



DİJİTAL BAĞIMLILIK

YARARLI
ZARARLI **MI**



JANDARMA
SİBER SUÇLARLA
MÜCADELE



www.jandarma.gov.tr/siber



T.C. İÇİŞLERİ BAKANLIĞI
JANDARMA GENEL KOMUTANLIĞI

DİJİTAL BAĞIMLILIK



- Dijital aygıtların aşırı ve kontrolsüz şekilde kullanılması şeklinde ortaya çıkan bağımlılık türüdür.



Dijital Bağımlılık Belirtileri;

- Gelişim ve dikkat bozuklukları,
- Dil ve konuşma bozuklukları,
- Kaygı ve öfke,
- Yalnızlık ve depresyon.

Ne Yapabiliriz?



- Dijital oyunların yaş gruplarına uygunluğu, içeriklerin barındırdığı şiddet, korku gibi öğeler bakımından uygunluğunu kontrol edin.



- İnternet ortamının risk ve tehlikeleri hakkında çocuklarınızı bilgilendirin.
- Teknoloji kullanımı esnasında fiziksel duruş bozukluklarına dikkat edin.



- Şiddet içeren oyunlardan uzak durun,
- Belirlediğiniz kullanım sürelerini aşmayın,
- Dijital oyun platformlarında bilgilerinizin güvenliğini sağlayın.



T.C. İÇİŞLERİ BAKANLIĞI
JANDARMA GENEL KOMUTANLIĞI