

İstanbul Veli Akademileri Projesi kapsamında 29 Kasım 2024 cuma günü saat 20:30 ' da okulumuz rehber öğretmeni Elçin Çise KONDU velilerimize zoom üzerinden Bağımlılıklardan Korunma: “Çocuğumu Bağımlılıklardan Nasıl Korurum? konulu bilgilendirme yaptı. Etkinliğe katılım sağlayan velilerimizin sorularını yanıtlayarak etkinliği sonlandırdı.





TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE
BEDENSEL FARKINDALIK

Telefon Bağımlılığını Azaltmak

Telefonu uzak bir yerde tutmak

Bildirimleri kapatmak

Günlük telefon kullanım süresini takip etmek

Belirli saatlerde telefon kullanmamak



TOKİ YAHYA KEMAL ÇPAL REHBERLİK SERVİSİ

Oyun Bağımlılığı Belirtileri

1 Üstüne düşen görevleri daha az yapma

2 Aileyle daha az zaman geçirme

3 Başka hobilerinin olmaması



4 Arkadaşlarla yüz yüze görüşmenin azalması

5 Okul başarısında azalma

6 Çevrim dışı aktivitelerinin azalması

Destek Yoluyla Güçlenme

Madde kullanımı ve bağımlılığının
üstesinden gelin

1

Size özgü gereksinimleri karşılamak üzere uyarlanmış bireysel danışmanlık seanslarının dönüştürücü gücünü keşfedin.

2

Endişelerinizi açıkça tartışın, etkili başa çıkma yöntemlerini öğrenin ve ulaşılabilir dönüm noktalarına bir yol haritası çizin.

3

Çok sayıda paha biçilmez kaynağa erişin, uzman tavsiyeleri alın ve büyüme ve iyileşmeyi teşvik eden topluluk girişimlerine dahil olun.



Okul Psikolojik Danışmanı Aytaç YEŞİLKAYA
Okul Psikolojik Danışmanı Elçin ÇİSE KONDU