**DİJİTAL DÜNYANI YÖNET, HAYATI KAÇIRMA**

Davranışsal bağımlılıklar; fiziksel bir maddeye dayandırılamayan insan-makine etkileşiminin kurulduğu teknolojik bağımlılıkları kapsayan internet, oyun ve kumar gibi bağımlılıklar olarak tanımlanmaktadır. Dijital bir bağımlılık olun davranışların bırakılamaması ya da kontrol edilememesi, bağımlı durumdan her defasında alınan hazzın yeterli olmaması sebebiyle kullanım miktarının ya da süresinin giderek artırılmasına, kişinin zamanının büyük kısmını bağımlı olunan davranışla geçirmesine yol açmaktadır. Bunun sonucunda da özellikle psikolojik ve sosyal problemlerin görülmesiyle birlikte fiziksel hastalıkların ortaya çıkmasına da zemin hazırlanmaktadır. Bunun yanı sıra bilişim teknolojilerinin eğitim, bilgi sağlama gibi amaçlarla kullanılmasının aşırı ve zararlı kullanımını azaltabileceği saptanmıştır.

Çocuklarımız ve gençlerimiz başta olmak üzere toplumumuzda bilişim teknolojileri, internet ve sosyal medyanın bilinçli kullanımı konusunda farkındalık oluşturmak, çocukların ve gençlerin bilişim teknolojilerini daha faydalı alanlarda kullanmaları için onları teşvik etmek, İnternet, oyun oynama bozukluğu ve kumar bağımlılığı gibi ortaya çıkabilecek sorunları önlemek ve bağımlılık geliştirme riski olan bireylerin danışmanlık ve tedavi hizmetlerine yönlendirmek amacıyla İl Sağlık Müdürlüğümüz öncülüğünde kamu kurum ve kuruluşlarımızın desteği ile çalışmalar hızlanarak devam etmektedir.

**TEKİRDAĞ İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ**