

DİJİTAL DETOKS

Dergisi

Aralık/2024

Sayı No:5



FRANCE

HAREKETLİLİĞİ

2023-1-TR01-K122-SCH-30163-901
Nolu Erasmus+ Okul Eğitimi Projesi



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union



BİLİNÇLİ İNTERNET KULLANIMI: DİJİTAL DÜNYA İLE DOĞRU ETKİLEŞİM

Bilinçli İnternet Nedir?

Bilinçli internet, dijital dünyada farkındalık ve sorumluluk bilinciyle hareket etmek anlamına gelir. Günümüzde internet, bilgiye ulaşmak, iletişim kurmak ve eğlenmek için vazgeçilmez bir araçtır. Ancak bilinçsiz kullanım, güvenlik riskleri ve bilgi kirliliği gibi olumsuz sonuçlar doğurabilir. Örneğin, bilinçli bir internet kullanıcısı, kimlik avı dolandırıcılığına karşı dikkatli olurken, bilinçsiz bir kullanıcı kolayca bir sahte e-postaya inanarak kişisel bilgilerini paylaşabilir.



İNTERNETİ BİLİNÇLİ KULLANMANIN YOLLARI

Bilinçli internet kullanımı için dikkat edilmesi gereken bazı temel noktalar vardır:

Güvenli Şifre Kullanımı: İnternette hesap güvenliğini sağlamak için karmaşık ve güçlü şifreler kullanmak önemlidir. Örneğin, "123456" veya "password" gibi basit şifreler yerine harf, rakam ve özel karakterlerden oluşan güçlü şifreler tercih edilmelidir.

Kötü Amaçlı Yazılımlardan Kaçınma: Bilinmeyen kaynaklardan dosya indirmek veya güvenilmeyen bağlantılara tıklamak, cihazınıza zararlı yazılımlar bulaştırabilir. Örneğin, bir web sitesinden ücretsiz film indirdiğinizi sanarken, aslında bir virüs bilgisayarınıza bulaşabilir.

Sosyal Medya Paylaşımlarına Dikkat Etme: Sosyal medyada paylaşılan her içerik dijital kimliğin bir parçasıdır. Örneğin, konum bilgisi içeren bir fotoğraf paylaştığınızda kötü niyetli kişiler bu bilgiyi kullanarak size zarar verebilir.



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union



İTERNETİ BİLİNÇLİ KULLANMANIN YOLLARI

Kaynak Kontrolü Yapma: İnternette karşılaşılan bilgilerin doğruluğunu teyit etmek gerekir. Örneğin, bir haberin doğru olup olmadığını anlamak için güvenilir haber kaynaklarını kontrol etmek, yanlış bilginin yayılmasını önler.

Dijital Ayak İzinizi Takip Edin: İnternette yaptığınız her şey bir iz bırakır. Örneğin, bir forumda yazdığınız yorumlar veya paylaştığınız fotoğraflar yıllar sonra bile karşınıza çıkabilir.

Bağımlılığa Karşı Dikkatli Olun: Aşırı internet kullanımı, sosyal hayattan kopmaya neden olabilir. Örneğin, saatlerce sosyal medyada vakit geçirmek yerine, dışarıda vakit geçirmek veya bir hobi edinmek daha sağlıklı bir seçenektir.



BİLİNÇLİ İNTERNET KULLANIMININ FAYDALARI

Güvenliği Artırır: Bilinçli internet kullanımı, siber saldırılara karşı korunmanızı sağlar. Örneğin, güçlü şifreler kullanarak hesaplarınızı güvende tutabilirsiniz.

Zamanı Verimli Kullanmayı Sağlar: Gereksiz içeriklerden uzak durarak daha verimli vakit geçirebilirsiniz. Örneğin, sosyal medyada saatler harcamak yerine, online kurslarla kendinizi geliştirebilirsiniz.

Yanlış Bilgilerden Kaçınmanızı Sağlar: Bilinçli kullanıcılar, yanlış bilgilerin yayılmasını önler. Örneğin, bir haberin kaynağını kontrol etmeden paylaşmamak, bilgi kirliliğini önler.

Sosyal ve Psikolojik Sağlığı Destekler: Aşırı internet kullanımı, stres ve kaygıya neden olabilir. Örneğin, sürekli haberleri takip etmek yerine dijital detoks yapmak ruh sağlığını olumlu etkiler.

BİLİNÇLİ İNTERNET KULLANIMININ ZARARLARI

Kötü Amaçlı Yazılımlara Maruz Kalma: Bilinçsiz internet kullanımı, kötü amaçlı yazılımların yayılmasına neden olabilir. Örneğin, bilinmeyen bir e-posta ekini açarak virüs bulaştırabilirsiniz.

Dijital Bağımlılık: Kontrolsüz internet kullanımı sosyal hayatı olumsuz etkileyebilir. Örneğin, bir kişi sürekli telefonuna bağlı kalıyorsa, ailesiyle zaman geçirme oranı azalabilir.

Yanlış Bilgiye Maruz Kalma: Kaynakları doğrulamadan bilgiye inanmak yanlış yönlendirmelere neden olabilir. Örneğin, bir sağlık bilgisine güvenerek yanlış bir ilaç kullanımı tehlikeli sonuçlar doğurabilir.

Siber Zorbalık ve Taciz: Bilinçsiz internet kullanımı siber zorbalığın yayılmasına neden olabilir. Örneğin, sosyal medyada yapılan nefret söylemleri, insanların psikolojik olarak zarar görmesine yol açabilir.

İNTERNETİ NEDEN BİLİNÇLİ KULLANMALIYIZ?

Bilinçli internet kullanımı, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde birçok avantaj sağlar. Öncelikle, kişisel bilgilerimizin güvende olması için dikkatli olmalıyız. Örneğin, sahte bir e-ticaret sitesinden alışveriş yapmak yerine, güvenilir platformları tercih etmek dolandırıcılığı önleyebilir.

Ayrıca, zamanı verimli kullanarak daha üretken olabiliriz. Örneğin, boş zamanlarda faydalı içeriklere yönelmek, kişisel gelişimi destekler.

Son olarak, bilinçli internet kullanımı, sosyal medyada olumsuz etkileşimlerden kaçınmayı sağlar. Örneğin, gereksiz tartışmalara girmek yerine, olumlu ve yapıcı diyaloglar kurmak daha sağlıklı bir ortam oluşturur.

Bilgi çağında yaşadığımız bu dönemde, bilinçli internet kullanımı büyük önem taşır. Doğru alışkanlıklar geliştirerek hem kendimizi hem de çevremizi daha güvenli ve verimli bir internet deneyimine taşıyabiliriz.



FRANSA HAREKETLİLİĞİ

Türkiye Ulusal Ajansı tarafından desteklenen, Müdürlüğümüz tarafından yürütülen 2023 Erasmus Kısa Süreli Okul Personel ve Öğrenci Hareketliliği kapsamında 02-06 Aralık 2024 tarihleri arasında Fransa'nın Lievin şehrindeki "Lycee Henri Darras" kurumu'nda "Bilinçli İnternet Kullanımı ve Dijital Detoks" konulu İşbaşı Gözlem faaliyeti gerçekleştirildi.

Faaliyete, okulumuzdan 3 refakatçi öğretmen katılmıştır. Eğitimi başarıyla tamamlayan katılımcılarımız, katılım sertifikalarını almaya hak kazandılar.

Tüm katılımcılarımıza teşekkür eder, edindikleri kazanımları ve öğrendikleri yenilikçi uygulamaları ilimize ve kurumlarımıza taşımalarını temenni ederiz.



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union





Okul ziyaretimizden kareler



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union



FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union





Bonjour



Co-funded by the
European Solidarity Corps
of the European Union





PELİTLİ
AHMET CAN BALI
ANADOLU LİSESİ



Daha fazlası için bizi takipte kalın

