

SOSYAL MEDYA KULLANIMINA

Sosyal Medyanın fazla kullanılması
aşağıdaki sorunlara yol açabilir:

- Depresyon
- Anksiyete
- Düşük Özgüven
- Uyku sorunları
- Sosyal Medya Bağımlılığı
- Ders Başarısında Düşüş
- Fiziksel Rahatsızlıklar
- Düşük Benlik Saygısı
- Zaman Kaybı
- Obezite
- Siber Zorbalık
- Stres
- Yalnızlık



SINIR KOY!



Görsel Kaynak: Pixabay

Sosyal Medyada fazla vakit geçiriyorsan ama tek başına Sınır Koymakta zorlanıyorsan ailenden, öğretmenlerinden ve rehberlik servisinden destek almayı **UNUTMA!**

Hazırlayanlar

Şaban EĞERDİKER

Nimet ÇELİK

Furkan PERÇEMKAYA

Aybekühan UYUMAZ



KAHRAMANMARAS
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ