



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# LOG ON BACK TO LIFE

## BU SAYIDA

### GENEL BAKIŞ

Son yıllarda kaydedilen modern bir olgu İnternet Bağımlılığı (IAD)'dır. İnternet bağımlılığı, sarhoş edici bir ilacın kullanılmasını içermeyen ve patolojik kumar oynamaya çok benzeyen dürtü kontrolü bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. İnternet kullanıcıları sohbet odaları, sosyal ağ siteleri veya "sanal topluluklar" yoluyla internetin sosyalleşmelerini ve fikir alışverişinde bulunmalarını sağlayan özelliklerinin tadını çıkarabilir.

İnternet Bağımlılığı, Avrupa ortaöğretim öğrencilerinin karşılaştığı temel sorunlardan biri haline gelmiştir. Bu nedenle toplumumuz, öğrenciler üzerinde aşağıda ifade edilen kısa ve uzun vadeli etkilere sebep olan sorunun kaynağı ve etkileri üzerine çalışmak zorundadır:

- Okulda düşük performans (eğitimsel zorluk) ve birçok durumda erken okul terki
- Duygusal Belirtiler: bilgisayar başındayken anksiyete, depresyon, taşkın duygu durumu, programlarını tutamama, zaman duygusunun olmaması, izolasyon, savunmasızlık, işten kaçınma, ajitasyon
- Fiziksel Semptomlar: Sırt ağrısı, baş ağrısı, kilo alımı veya kaybı, uykuda rahatsızlıklar, karpal tünel sendromu, bulanık görme

### AMAÇLAR

Log On Back To Life, proje ortaklarını tüm ortak ülkelerdeki yatay bir etki olan İnternet Bağımlılığı ile mücadelede desteklemeyi hedeflemektedir. Projenin temel önceliği internet bağımlılığı olgusunu ele almada öğretmenleri desteklemeye olan katkısından kaynaklanmaktadır.

Daha çekici bir kariyer rehberliği perspektifi yaratarak, eğitimde kaliteyi ana aktörlerin, yani öğrencilerin lehine geliştiriyoruz. Buna paralel olarak, öğrenciler tarafından yeni teknolojilerin faydasının akılcı bir şekilde anlaşılması için BİT araçlarının öğretimdeki entegrasyonuna vurgu yapmaktayız.

Log On Back To Life projesinin amaçları ve sonuçları, kaliteli eğitim ve öğretime etkin yatırım için AB'nin önceliği ile uyumludur.

Sonuç olarak, Log On Back To Life uzun süreli internet bağımlılığına yol açan başlangıç semptomlarının erken müdahale ve önleme ile erken tedavisini desteklemektedir. Proje süresince geliştirilecek materyaller ve metodolojiler ile okul terki olgusu ele alınarak, öğrencilere internetin olumlu etkisinin gösterilmesi ve internetin olumsuz sonuçların önlenmesi için yöntemlerin ortaya konulmasıyla mümkün olacaktır.

### SONUÇLAR

Öğrencilerin internet kullanımı ve etkisi ile ilgili bağımlılık sorununun bölgesel ve ikincil müdürlükler, sertifikalı eğitim merkezleri, okullar, kamu otoriteleri ve uzman kurumlar gibi farklı tür ve sorumlulukları olan örgütler ile iş birliği içerisinde Avrupa düzeyinde kayıtların tutulması;

Uzman bilim adamları tarafından özel olarak tasarlanmış bir anket kullanılarak öğretmenler, eğitim organizasyonları ve özellikle de veliler ve ortaöğretim öğrencilerinin konu hakkında farkındalığını arttırmak amacıyla ortaöğretim öğrencilerinin internete bağımlılık düzeylerinin araştırılması;

İnternet bağımlılığının farklı yollarla etkilerini bildiren, okullara ve müdürlüklere dağıtılmak üzere kamuoyunun özellikle bilinçlendirilmesi için IAD kampanya kutusu oluşturulması;

Proje kapsamında geliştirilecek olan İnternet Bağımlılığı Değerlendirme, Önleme ve Tedavi Referans El Kitabı, Açık Öğretim Kaynakları ve E-Öğrenme Platformu aracılığıyla öğretmenlere yönelik eğitimlerin sunulması.

**DÖRDÜNCÜ TOPLANTI****TRİKALA/YUNANİSTAN****4-5 NİSAN 2019**

Avrupa Birliği Eğitim ve Gençlik Programları Erasmus + AE2 Okul Eğitimi kapsamında Türkiye Ulusal Ajansı tarafından desteklenen "Log On Back To Life" projesinin dördüncü toplantısı Developmental Center of Thessaly kurumunun ev sahipliğinde ve İstanbul Valiliği, İzmir Yaşar Üniversitesi, Dipnot, Inspectoratul Scolar Județean Iasi (Romanya) ve Università Degli di Studi Milano (İtalya) kurumlarının katılımıyla 4-5 Nisan 2019 tarihlerinde Trikala'da düzenlendi.

Toplantıda ISJ IASI Eğitim Materyalinin son halini sundu. DIPNOT tarafından sunulan Farkındalık Materyalleri hakkında geri dönüş alındı.



AKETH tarafından ortaklara Eğitim ve Farkındalık platformu ile ilgili güncellemeler ve yeni görevler verildi. AKETH liderliğinde planlanan kısa dönem personel öğrenme faaliyeti hakkında fikir ve öneri alışverişinde bulunuldu.

Lise öğrencilerinde internet bağımlılığının ölçülmesi ve önlenmesi için Katılımcı Metodoloji kapsamında bir süreç olarak Tartışma Gruplarının oluşturulmasına dair taslak rehber ve formlar/şablonlar hakkında Yaşar Üniversitesi tarafından bir sunum yapıldı.

İnternet Bağımlılığının Ölçme, Önleme ve Müdahale Referans El Kitabı için içerik önerileri İstanbul Valiliği tarafından sunuldu ve projenin sosyal ağlarının ve çevrimiçi platformlarının etkisinin geliştirilmesi hakkında fikir ve öneri alışverişinde bulunuldu.

**ORTAKLAR**

T.C. İSTANBUL VALİLİĞİ

İSTANBUL VALİLİĞİ

ilse@istanbul.gov.tr



DEVELOPMENTAL CENTER OF THESSALY

info@aketh.gr



YASAR ÜNİVERSİTESİ

euc@yasar.edu.tr

Inspectoratul Școlar Județean  
Iasi

INSPECTORATUL SCOLAR JUDEȚEAN IASI

proiecte.isjiasi@yahoo.com

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI MILANO

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

international.agreements@unimi.it



DIPNOT

proje@dipnot.tv

İnternet Sitesi:

[www.logonback2life.eu](http://www.logonback2life.eu)

Öğrenme ve Farkındalık Platformu:

<https://lms.logonback2life.eu>**Bir sonraki aşama:**

- Her ortak ülkenin dilinde Farkındalık Materyalleri
- Liselerde öğrenci, veli ve öğretmenlerin katılımıyla düzenlenecek olan Tartışma Grupları etkinlikleri ile lise öğrencilerinin internet bağımlılığının ölçülmesi ve önlenmesi için Katılımcı Metodolojinin geliştirilmesi
- İnternet Bağımlılığının Ölçme, Önleme Ve Müdahale El Kitabı
- Haziran 2019'da Yunanistan Trikala'da gerçekleştirilecek olan Öğrenme Faaliyeti
- 18-19 Temmuz 2019 tarihlerinde İzmir'de düzenlenecek olan beşinci uluslararası toplantı