

BAŞLIK

Bağımlılıktan Siber Güvenliğe: Bilinçli ve Güvenli Yaşam

KONU

Bağımlılıkla Mücadele

TARİH/ TOPLANTI YERİ

7.10.2026 Gölhisar SHMYO

KAPSAM

Gölhisar Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerine yönelik olarak Burdur İl Emniyet Müdürlüğü tarafından düzenlenen “Bağımlılıktan Siber Güvenliğe: Bilinçli ve Güvenli Yaşam” başlıklı farkındalık eğitimi, 7 Ekim 2026 Çarşamba günü Gölhisar SHMYO Konferans Salonu’nda gerçekleştirilmiştir. Program 13.00–14.30 ve 14.30–16.00 saatleri arasında iki oturum hâlinde düzenlenmiştir.

Eğitim kapsamında bağımlılık kavramı, bağımlılığın gelişiminde etkili olabilen bireysel ve çevresel risk etmenleri ile tütün, alkol ve madde kullanımının fiziksel, ruhsal ve sosyal yaşam üzerindeki olumsuz etkileri ele alınmıştır. Bağımlılığın aile ilişkilerine, arkadaşlık bağlarına, akademik başarıya ve mesleki yaşama yansımaları üzerinde durulmuştur.

Bağımlılığın önlenmesine yönelik olarak sağlıklı yaşam alışkanlıklarının geliştirilmesi, akran baskısı karşısında bilinçli karar verilmesi, riskli tekliflere karşı “hayır” diyebilme becerisi ve stresle sağlıklı yollarla başa çıkmanın önemi vurgulanmıştır. Sosyal, kültürel ve sportif etkinliklere katılımın desteklenmesi; ihtiyaç duyulduğunda danışmanlık ve profesyonel destek alınması konularında bilgilendirme yapılmıştır.

Eğitimin siber güvenlik bölümünde internet ve sosyal medya kullanımında karşılaşılabilecek riskler değerlendirilmiştir. Kişisel verilerin korunması, güçlü ve her hesap için farklı parolalar oluşturulması, iki aşamalı doğrulamanın kullanılması ve hesap gizlilik ayarlarının düzenlenmesi konuları ele alınmıştır. Sahte internet siteleri, şüpheli bağlantılar ve çevrim içi dolandırıcılık yöntemlerine karşı dikkat edilmesi gereken hususlar açıklanmıştır.

Ayrıca sosyal medyada yapılan paylaşımların sonuçları, siber zorbalık, mahremiyet ve başkalarının kişisel verilerine saygı konuları ele alınmıştır. Dijital ortamlarda karşılaşılan bilgilerin doğruluğunun sorgulanması, güvenilir kaynakların tercih edilmesi ve şüpheli durumlarda ilgili birimlerden destek alınmasının önemi belirtilmiştir. Kontrolsüz teknoloji kullanımına karşı zaman yönetimi ve çevrim içi yaşam ile günlük yaşam arasında denge kurulması konuları da ele alınmıştır.

Eğitimle öğrencilerin bağımlılık ve siber riskler konusunda farkındalıklarının artırılması, kendilerini ve çevrelerini koruyabilecek bilinçli tercihler geliştirmeleri ve güvenli yaşam alışkanlıklarının desteklenmesi amaçlanmıştır.

TOPLANTI/ETKİNLİK FOTOĞRAFLARI

