Biziñ döwrümiziñ keseli – internet garaşlylygy

Category: Kitapcy,Medisina
написано kitapcy | 23 января, 2025
Biziñ döwrümiziñ keseli – internet garaşlylygy BIZIÑ DÖWRÜMIZIÑ KESELI – INTERNET GARAŞLYLYGY

Biziñ döwrümizde tehnologiýanyñ ymykly ornaşmagy täze-täze garaşlylyklary özi bilen getirdi. Internet garaşlylygy-da şolardan biridir. Ösen tehnologiýanyñ adamlara birnäçe ugurda peýda getirýändigine garamazdan ýaşlaryñ añynda we özlerini alyp baryşlarynda birnäçe kemçilikleri-de döredýär. Ýogsa-da internet garaşlylygy näme? Tehnologik garaşlylygy döredýän şertleri nämelerden gözlese bolar? Geliñ, şu sowallara jogap gözlemäge synanyşalyñ…

- **Tehnologiki garaşlylyk näme?**

Internete we tehnologiýa garaşlylyk diýip, beýleki endiklerde bolşy ýaly adamyñ endige öwrülen tehnologiki enjamy ýok wagtynda özüniñ bir zady kem ýaly duýup başlamagyna aýtsa bolar.
Tehnologiýa garaşlylygy diýlende: internet garaşlylygy, kompýuter oýunlaryna bolan garaşlylyk, sosial set garaşlylygy, söwda garaşlylygy we beýleki potansial zyýanlaryndan ötri, el telefonlarynyñ aşa köp ulanylmagy ýaly mysallary-da getirmek bolar.

•Tehnologiki garaşlylygyñ döredýän kynçylyklary näme?

Fiziki kemçilikler: Gözleriñ awuşamagy, boýunagyrynyñ döremegi, bedende näzazlyk, eliñ gurşmagy, tapsyzlyk, semizlik, eşidiş organyñ peselmegi.
Durmuşda duş gelinen kemçilikleri: ylmy we zähmet karýeranyñ pese düşmegi, şahsy durmuşda, maşgalada we mekdepde agsamalaryñ peýda bolmagy, wagtyñ bisarpa tutulmagy, ukusyzlyk, işdäñ kesilmegi, işjeñligiñ azalmagy, internet arkaly tanşan dostlaryñdan başgalara üns bermezlik, agressiwleşmek, özüñi gizlemek, ýalançylyga endik etmek, stress, yzygiderli ünssüzlik, bu günki işiñi ertä goýma keseli.

- **Tehnologiki garaşlylyga sebäp bolýan faktorlar**

Işinde we şahsy durmuşynda bolup geçýän wakalar adamlary tehnologiki garaşlylyga iterip bilýär. Iş karýerasynda yzygiderli şowsuzlyga uçramak ünsüni sowmak, alada-gaýgysyny ýeñletmek üçin käbir adamlary internete gyzykdyrýar. ABŞ-da geçirilen bir barlaglar kämillik ýaşyna ýetenleriñ 100-inden 58-inde öýjükli telefonyñ bardygyny we ýaşlaryñ 100-inden 37-siniñ tehnogik garaşlylyga talaşgärdigini görkezdi.
Durmuş gatnaşyklaryndaky şowsuzlyklardan ýadan we köplenç çekinjeñ kişiler tehnologiýanyñ berýän mümkinçiliklerinden peýdalanmagy has amatly hasaplaýar. Bular ýaly adamlar üçin internet we sosial set töweregindäki adamlardan gaçmagyñ iñ añsat ýoly bolup, anonim ýagdaýda (ýagny, özüni tanatmazdan, başgalaryñ arasyna içgin aralaşmazdan we özüñe ýakynlaşdyrmazdan) bir jemgyýete (internet köpçüligine) goşulyp gitme mümkinçiligi döreýär.

Internet maglumatlary esasynda taýýarlandy.

@Kitapçylar. Medisina