



Ruhsal ve bedensel sıkıntılara rağmen teknolojiyi kullanmaya devam eder.



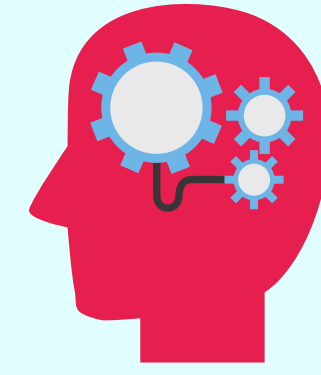
Bağımlı olduğu şeyle gittikçe daha çok vakit geçirmek ister.



Teknolojiyi istediği gibi kullanamazsa aksi, asabi ve öfkeli olur.



Program Yap!



Başka Alternatifler Oluştur!



Spor Yap!

BELİRTİLERİ

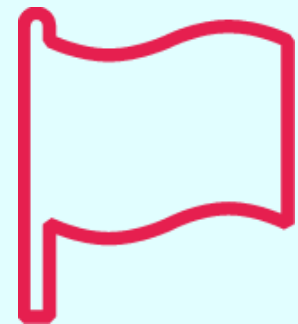
TEKNOLOJİ BAĞIMLISI OLMAMAK İÇİN



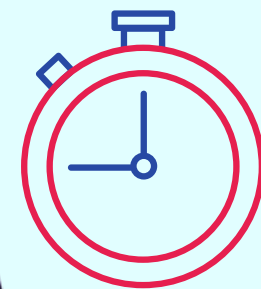
Bağımlı olduğu şeyi kullanmazken bile onu düşünür.



Sorumluluklarını yerine getirmekte zorlanır.



Zaman Sınırlaması Şart!



Gerektiğinde Yardım Almasını Bil!



Ailenle Geçirdiğin Zamanı Arttır!



Dışarı Çık!



T E K N O



Ruhsal ve bedensel
sıkıntılara rağmen
teknolojiyi kullanmaya
devam eder.



BELİ



**Bağımlı olduğu şeyle
gittikçe**

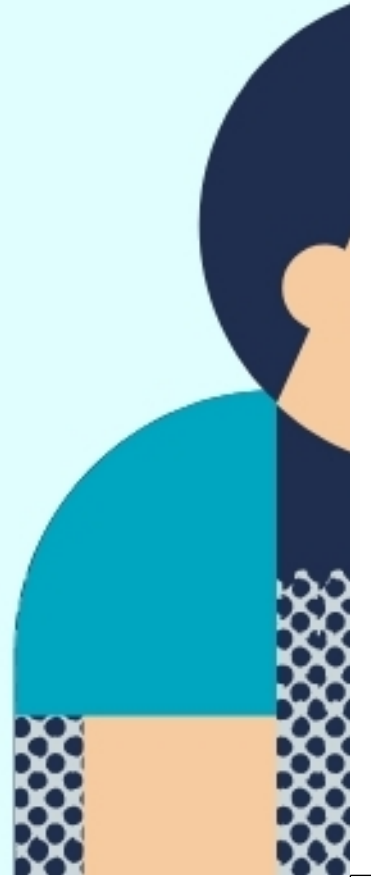
**daha çok vakit
geçirmek ister.**



**Teknolojiyi istediği
gibi kullanamazsa
aksi, asabi ve öfkeli
olur.**



RTİLERİ





Program

Yap!



**Başka
Alternatifler**

Oluştur!



**TEKNOLO
BAĞIMLI**





**Spor
Yap!**



**B
A
G
I
M
L**

**Ji
SI**

L
O
J
i

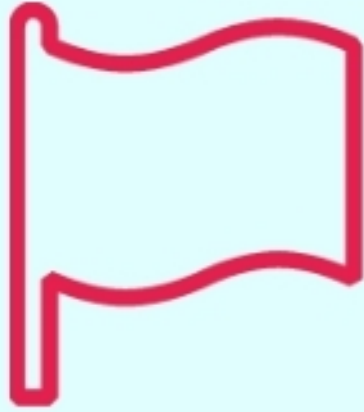


**Bağımlı olduğu şey
kullanmazken
bile onu düşünür.**





**Sorumluluklarını
yerine
getirmekte zorlanır.**



OLMAMAK



Zaman

Sınırlaması

Şart!



Gerektiğinde

Yardım

Almasını Bil!



Ai

Geçirdi

Ar



İÇİN



Dışarı
Çık!

lenle
ğın Zamanı
ttır!



İ
L
İ
G
İ