

NUORTEN TEKNOLOGIARIIPPUVUUDEN EHKÄISY

Aina verkossa

Jos tunnet vastustamatonta halua tarkistaa puhelintasi usein, ja se on ensimmäinen asia, jonka teet aamuisin ja viimeinen asia, jonka teet ennen nukahtamista, se voi tarkoittaa, että olet riippuvainen teknologiasta.



Digitaalinen tuutulaulu

Monet nuoret vievät puhelimensa sänkyyn ja surffailevat internetissä nukkumiseen saakka, vaikka näytön sininen valo vaikeuttaa nukahtamista.



Avuttomuus ilman teknologiaa

Nomofobia
- on fobia, kun henkilö pelkää olla ilman matkapuhelinta.



Kytkettynä

Teknologian lisääntyminen ei vaikuta vain arkeen, vaan henkiseen ja fyysiseen terveyteen, ihmissuhteisiin sekä työstä tai opiskelusta suoriutumiseen.

