



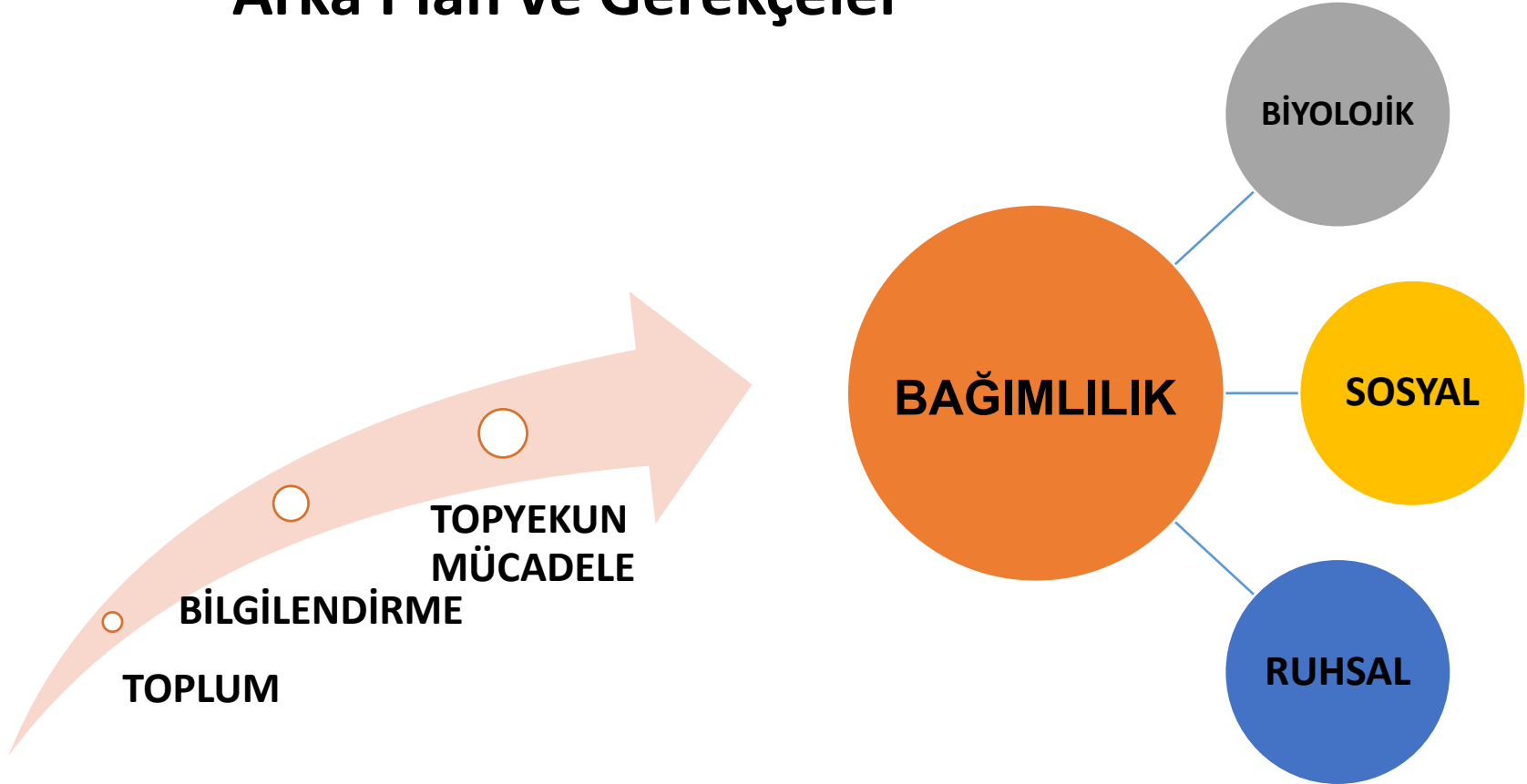
BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİMİ PROJESİ

tbm

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI

ANA HATLARIYLA Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesi

Arka Plan ve Gerekçeler



Arka Plan ve Gerekçeler

- Bazı bağımlılık türleri **hızla**, bazıları ise **sinsice** hayatımıza girmektedir.

KORUYUCU HİZMETLER

GENÇLER

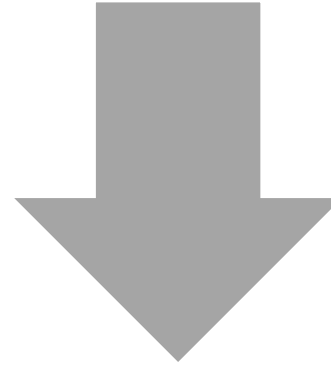
ÇOCUKLAR

Arka Plan ve Gerekçeler

- **Rehabilitasyon hizmetleri önleyici ve koruyucu hizmetlere oranla çok daha zor ve maliyetlidir.**



ÖNLEME
(MALİYET \$1)



MÜDAHALE
(MALİYET \$18)

Arka Plan ve Gerekçeler

Etkisi yerelde kalan küçük ölçekli çalışmalar

Birbirinden habersiz çalışmalar

Sürdürülebilir bir yapıdan ve ölçme-değerlendirme sisteminden yoksun çalışmalar

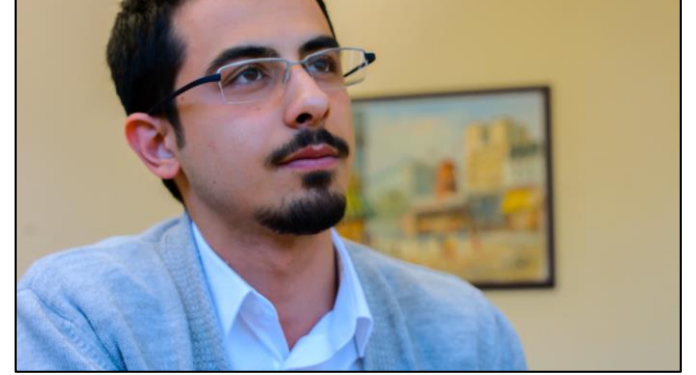
Denetimsiz ve riskli içerikler/görseller

Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesinin Amacı;

TEK YERDEN, TEK SESLE
GÜVENİLİR İÇERİKLERLE, ULUSAL
ÇAPTA, SİSTEMATİK VE
ÖLÇÜLEBİLİR BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE

Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesinin Farkı;

- Kurumlar arası işbirliği
- Yaş gruplarına özel içerik (ergenlere özel önem)
- Okul eksenli
- Medya desteği
- Toplumun katılımı ve işbirliği



Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesinin Farkı;

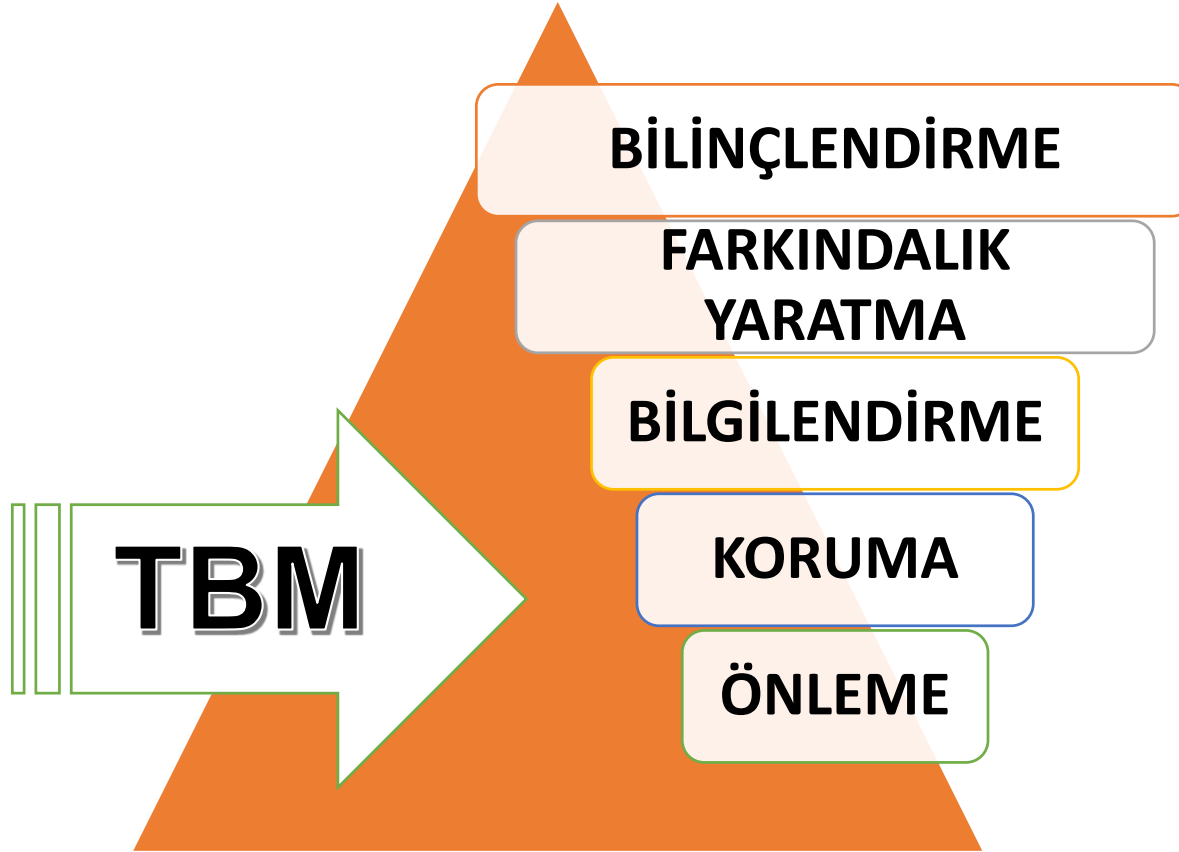
- İnteraktif eğitim yöntemleri
- Ebeveynlerin eğitimini
- Çeşitli davranış değişiklikleri için ebeveynlere öneriler
- Sürdürülebilir/sistemantik bir yapı
- Gönüllülük esası
- Özendirici ve merak uyandırıcı içeriklerden arındırılmış
- Kişisel ve sosyal yaşam becerileri geliştiren



**UNODC, Madde
Kullanımının Önlenmesi
Konusunda Uluslararası
Standartlar**

**Bağımlılıkla Mücadele
Eğitimi Projesi**

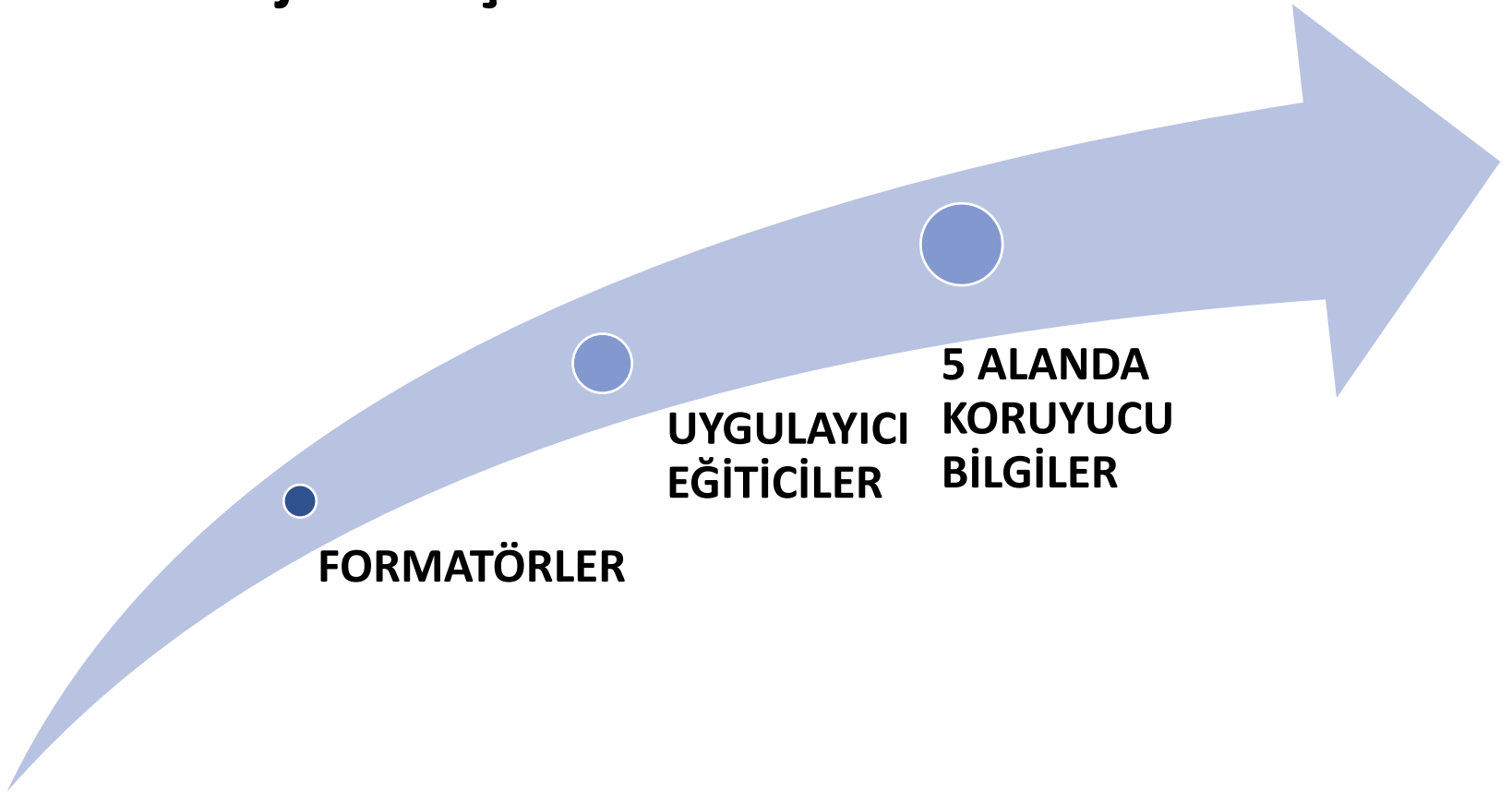
Arka Plan ve Gerekçeler



Yaş Gruplarına Göre Eğitim İçerikleri

Hedef Kitle	Teknoloji Bağımlılığı	Sağlıklı Yaşam	Tütün Bağımlılığı	Alkol Bağımlılığı	Madde Bağımlılığı
Anaokulu	✓	✓			
İlkokul (1, 2, 3, 4)	✓	✓	✓		
Ortaokul (5, 6, 7, 8)	✓	✓	✓		
Lise (9, 10, 11, 12)	✓	✓	✓	✓	✓
Yetişkin	✓	✓	✓	✓	✓

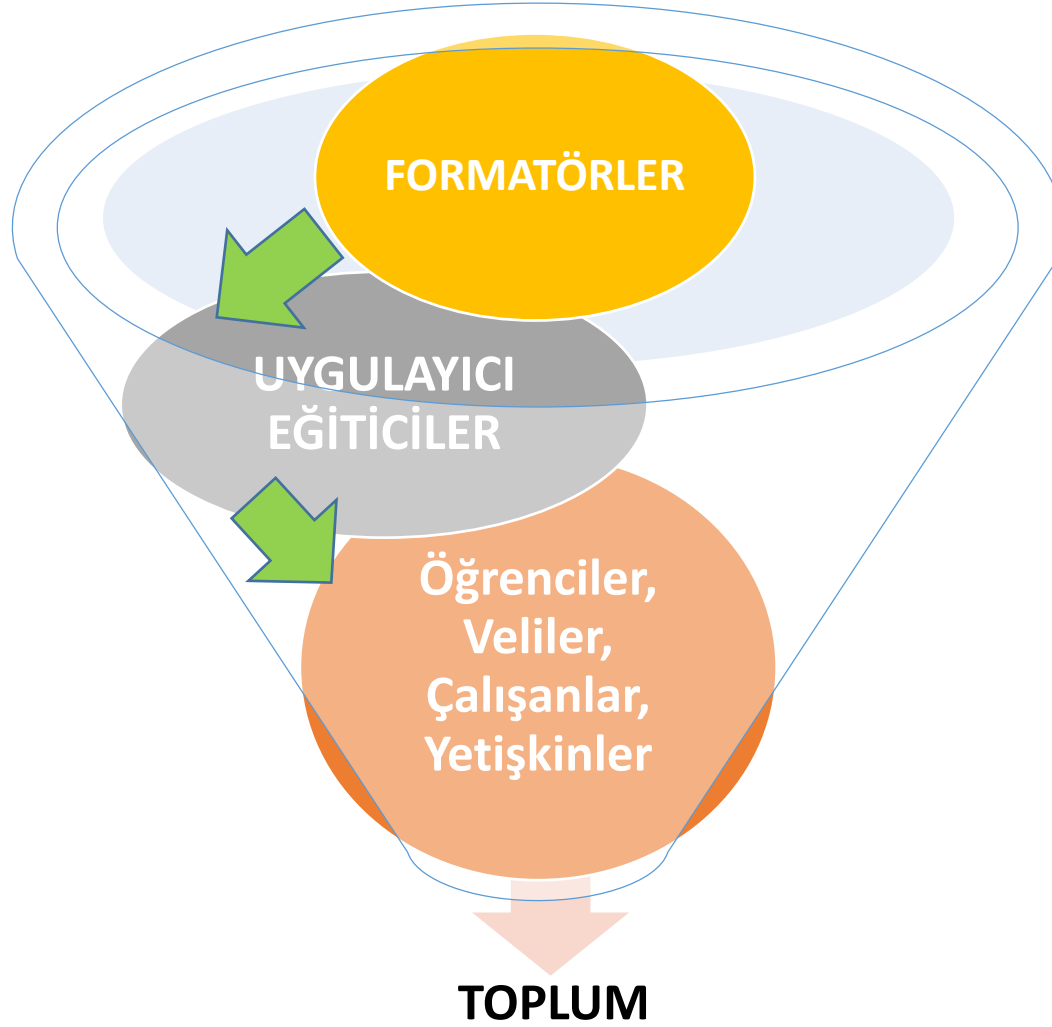
Proje Amaçları



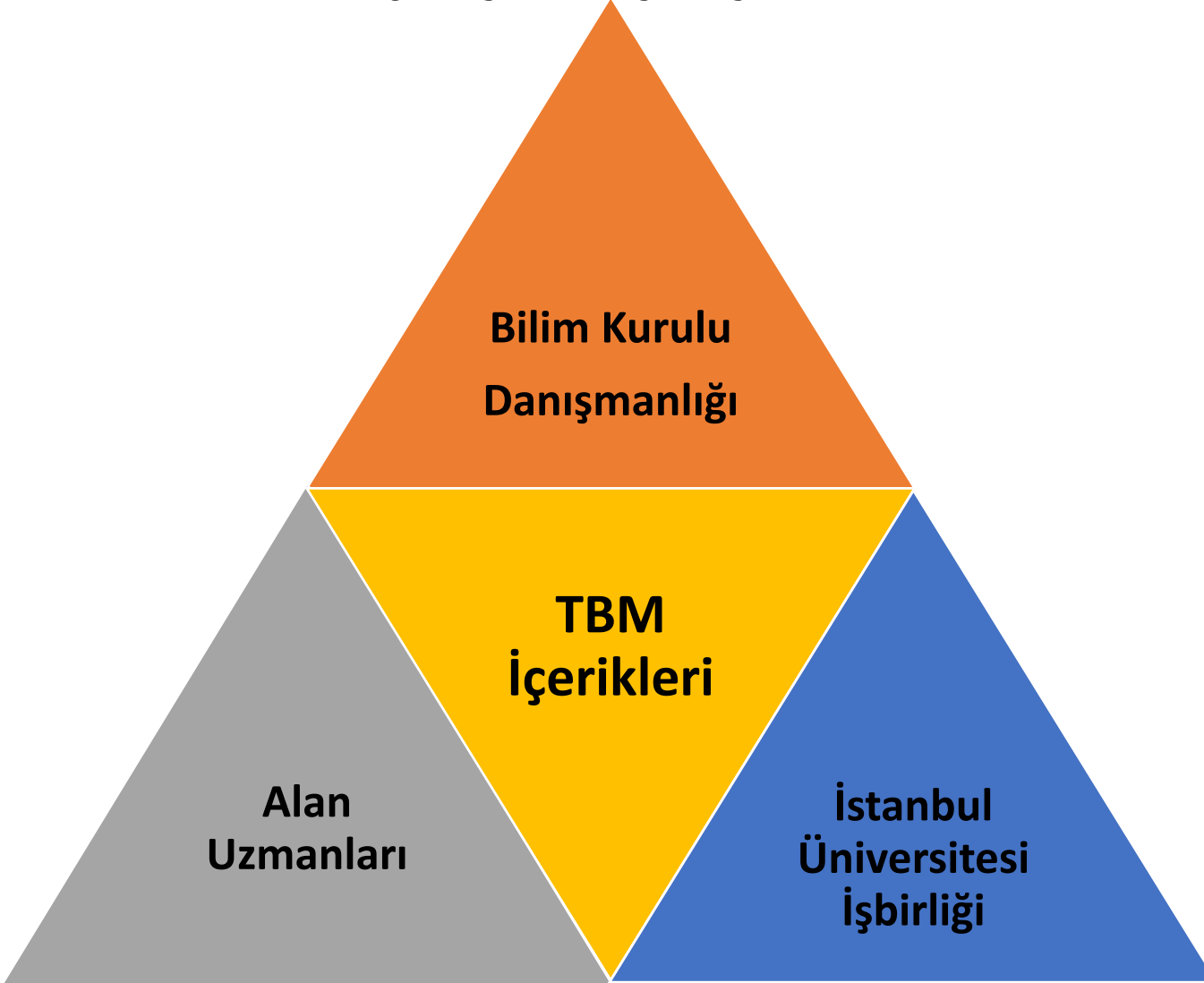
Projenin Uzun Vade Hedefleri

- Toplumda sağlıklı davranışların gelişmesini sağlamak
- Öncelikle yeni neslin sonrasında toplumun genelinin bağımlılık konusunda karşılaşılabilecekleri çeşitli risklerle ilgili önlemler almalarına katkıda bulunmak

Proje Aktörleri



Proje İçerik alışmaları



Eğitim Materyalleri

■ Eğitim Kitapları: Kazanım temelli 18 modül



Eğitim Materyalleri

- Uygulama Kılavuzu:
Kazanıma yönelik etkinlikler



Eğitim Materyalleri

Etkileşimli İçerikler;



Konular

Teknolojiye Bağımlı Yaşamamak İçin / Bağımlılık nedir?

- ▶ Bağımlılık nedir?
- Bağımlılık nedir?
- Bağımlılığın Belirtileri
- Bağımlılığın Göstergeleri
- ▶ Adım Adım Teknoloji Bağımlı
- ▶ Teknoloji Bağımlılığı ve Diğer
- ▶ Teknoloji Bağımlılığı ve Hedef
- ▶ Süreç Nasıl İlerler?
- ▶ Nelerden Kaynaklanabilir?
- ▶ Teknoloji Bağımlılığından Kur
- ▶ Teknoloji Bağımlılığı ve Fiziks
- ▶ İnterneti Etkili Kullanma

Video player controls: play, stop, next, previous, volume, full screen, close.



TBM Eğitimleri
Bağladı

TBM-GSB

SİGARA VE TÜTÜN ALKOL MADDE



2014 Yılı İtibarıyla Tütün ve Tütün Mamüllülerinden
HAYATINI KAYBEDENLERİN

SAYISI

005953460

Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre

VIDEOLAR

Madde

Sigara ve Tütün

Diğer Bağımlılıklar

Alkol



Uyuşturucu Sempozyumu



Madde Bağımlılığı-1

DUYURULAR

TÜM DUYURULAR İÇİN TIKLAYINIZ

Eğitimciler bağımlılıklarla mücadeleye
başladı

Türkiye Yeşilay Cemiyeti ve Milli Eğitim
Bakanlığı işbirliği ile başlatılan, Türkiye
Bağımlılıkla Mücadele Eğitim... [devamı](#)

HABERLER

TÜM HABERLER İÇİN TIKLAYINIZ



Proje Kapsamında Gerçekleştirilen Faaliyetler

Millî Eğitim Bakanlığı ile Türkiye Yeşilay Cemiyeti arasında 3 Ocak 2014 tarihinde imzalanan protokol çerçevesinde;

Türkiye genelinde **498 formatör**,
20.000 uygulayıcı eğitici
yetiştirilerek 2015 – 2016 eğitim
öğretim yılı sonuna kadar toplam
20 milyon öğrenciye koruyucu
önleyici eğitimler verilecektir.



Proje Kapsamında Gerçekleştirilen Faaliyetler

Pilot Eğitimler;

- Mayıs 2014'te İstanbul genelinde 41 **formatör** ve **832 uygulayıcı eğitici** yetiştirildi.
- 2013 – 2014 eğitim öğretim yılının ikinci yarısında İstanbul genelinde toplam **60.000 lise öğrencisine koruyucu önleyici eğitimler** verildi.

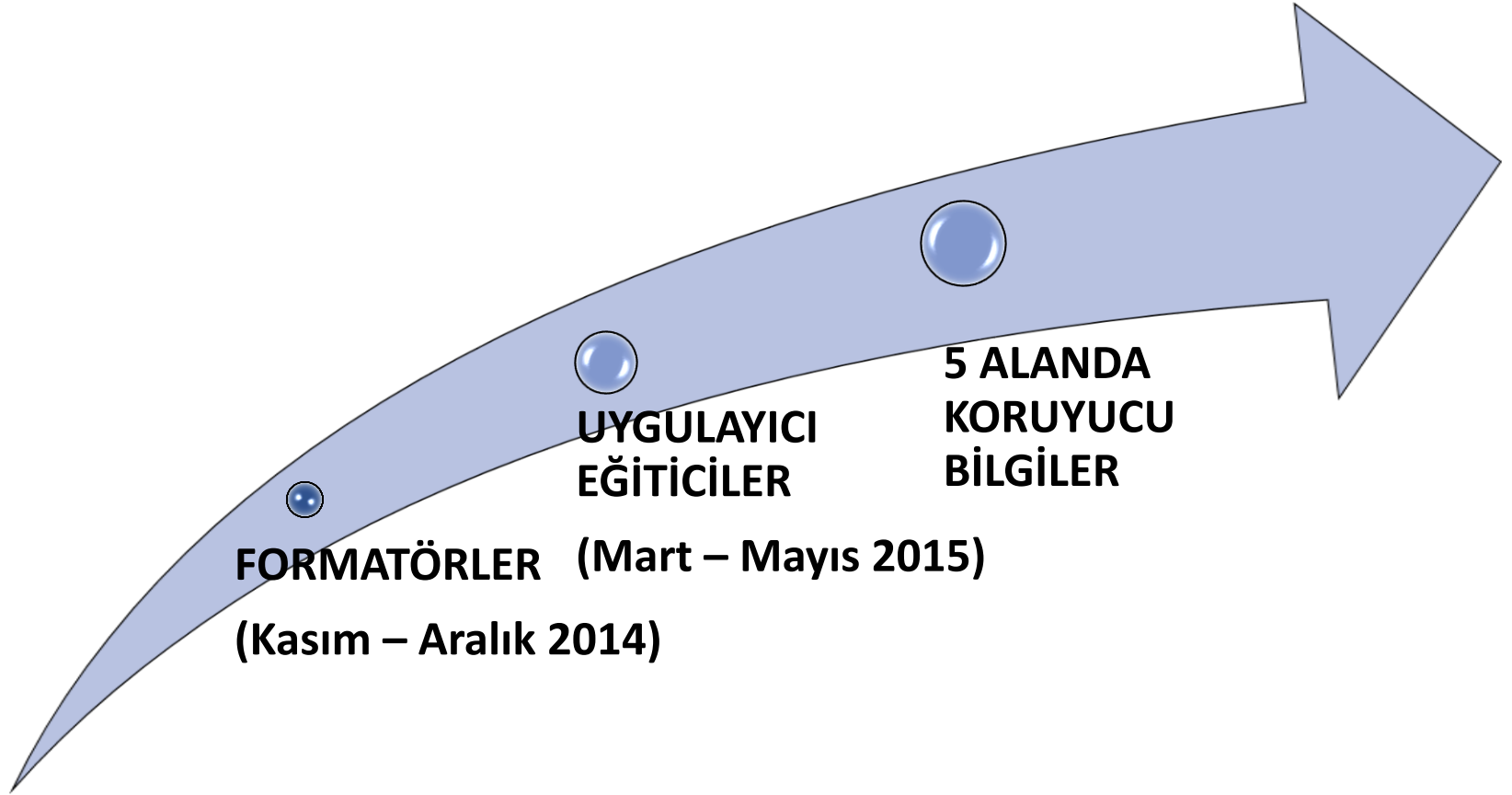


Formatör Eğitimleri

10 Kasım – 01 Aralık tarihleri arasında **498 rehber/branş öğretmeni** her alanda 4 günlük TBM Formatör Eğitimi olarak Hizmetiçi Eğitim Sertifikalarını aldı.



Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesi

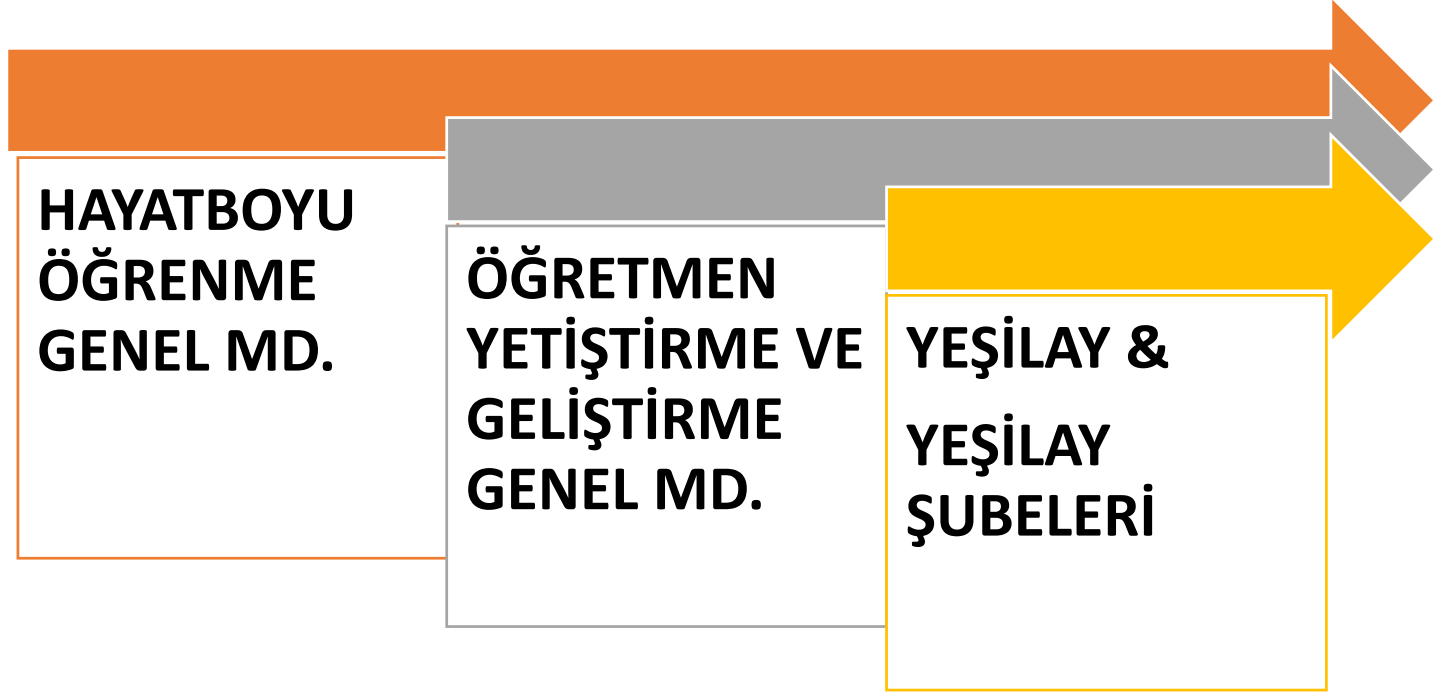


Proje Kapsamında Gerçekleştirilecek Faaliyetler

- 3 günlük TBM Uygulayıcı Eğitim Programı'nı başarı ile tamamlayan Uygulayıcı Eğiticiler TBM Eğitimlerini ülke genelinde öncelikle **öğrenciler** arasında sonrasında **toplumun genelinde yaygınlaştırma** çalışmalarına başlayacaklardır.



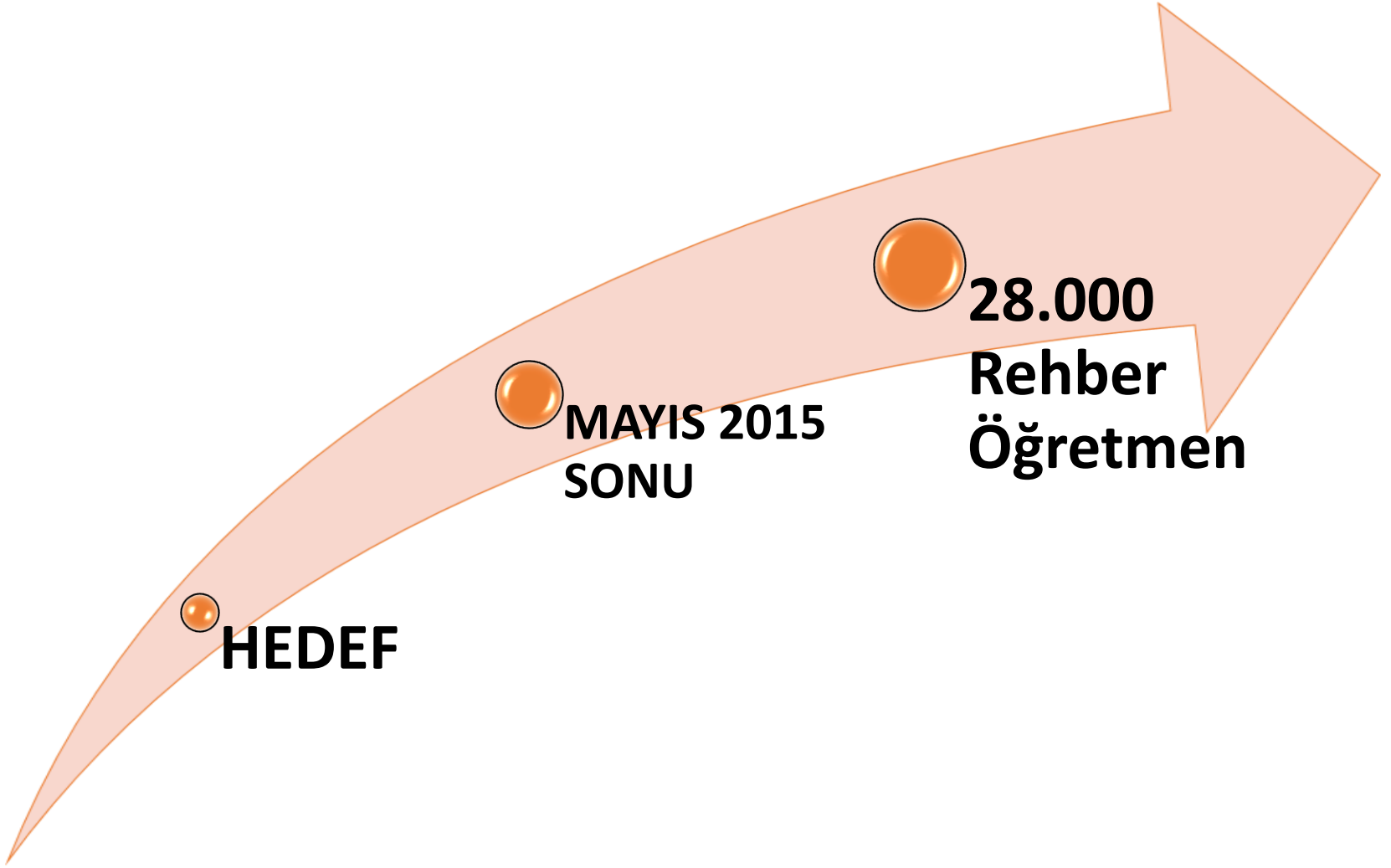
ÜLKE GENELİNDE TBM UYGULAYICI EĞİTİMLERİ



27 Nisan 2015 itibariyle

25.284
Uygulayıcı Öğretmen





Projenin Yaygınlaştırılması ve Takip Sisteminde Rol ve Sorumluluklar

UYGULAMA ADIMLARI	SORUMLULAR
1. Proje Kapsamında Eğitimlerin Başlatılmasını Talep Eden Yazının Gönderilmesi	İl Millî Eğitim Müdürlükleri (Hayat Boyu Öğrenmeden Sorumlu Müdür Yardımcıları / Şube Müdürleri Koordinasyonunda) Türkiye Yeşilay Cemiyeti
2. Eğitim Planlama Takvimlerinin Alınması	İl Millî Eğitim Müdürlükleri (Hayat Boyu Öğrenmeden Sorumlu Müdür Yardımcıları / Şube Müdürleri Koordinasyonunda)
3. Eğitimlerin Öğrenci, Veli, Okul/Kurum Çalışanları ve Yetişkinler İçin Uygulanması (2015 – 2016 Eğitim Öğretim Dönemi Sonuna Kadar)	İl Millî Eğitim Müdürlükleri (Hayat Boyu Öğrenmeden Sorumlu Müdür Yardımcıları / Şube Müdürleri Koordinasyonunda)
4. Eğitimlerin Öğrenci, Veli, Okul/Kurum Çalışanları ve Yetişkinler İçin Uygulanmasının Takibi	İl Millî Eğitim Müdürlükleri (Hayat Boyu Öğrenmeden Sorumlu Müdür Yardımcıları / Şube Müdürleri Koordinasyonunda) Türkiye Yeşilay Cemiyeti

Projenin Sürdürülebilirliği İçin;

- Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğüne Bağlı Kurumlar Aracılığıyla Verilen Eğitimler
- Eğitimleri Destekleyici Portal (www.tbm.org.tr)
- «Temel Yaşam Becerileri Etkinlikleri» ile Eğitim Müfredatında Yer Alma
- Tüm Okullarda TBM Kitaplarının Ücretsiz Dağıtılması Önemlidir

Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Projesi

ÖLÇME DEĞERLENDİRME SİSTEMİ

www.tbm.org.tr/anketler/
www.hayatboyuogren.gov.tr

www.tbm.org.tr

tbm

Üniversite Seçiniz

EĞİTİM TALESİ FORMU

İNTERAKTİF EĞİTİM PORTALI GİRİŞ İÇİN TIKLAYINIZ

TBM PROGRAMI MODÜLLER EĞİTİMLER BİLGİ İLETİŞİM

TBM Hakkında Bilgi
TBM Kılavuzları
Anketler
Raporlar
Formatörlerimiz
Saha Eğitimcilerimiz

GENÇ YEŞİLAY BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EDENLERİNİ TAK EDECEK

TBM Eğitim Merkezi projesi kapsamında Uygulayıcı Eğitimi alan 200 Genç Yeşilaycı, bağımlılıklar konusunda akranlarını bilgilendirerek, onları da bu mücadeleye ortak edecek.

SIGARA VE TÛTÛN ALKOL MADDE

2018 Yılı TBM'nin TBM ve TBM Mam'Olardan HAYATINI KAYBEDENLERİN SAYISI

002011398

Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre.

TBM Eğitim Merkezi Projesi

TBM- Haber

VİDEOLAR Madde Bağımlılığı Tütün Bağımlılığı Teknoloji Bağımlılığı Alkol Bağımlılığı Sağlık Yaşam

DUYURULAR TBM DUYURULARI İÇİN TIKLAYINIZ

anketler/

tbm

Üniversite Seçiniz


EĞİTİM TALESİ FORMU

İNTERAKTİF EĞİTİM PORTALI GİRİŞ İÇİN TIKLAYINIZ

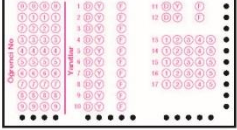
TBM PROGRAMI MODÜLLER EĞİTİMLER BİLGİ İLETİŞİM

Başlık	Açıklama	Görsel	Dosya
Öğrenci Anketleri (Ön test ve Son test)	Öğrencilere uygulanacak ön test ve son testleri bu linkten indirebilirsiniz.		İndir
TBM Yeşilay Boyama Sayfası			İndir
TBM Kokart Örnekları			İndir
Uygulayıcı Eğitim Programı Son test	Eğitimler öncesinde eğitime katılan Rehber öğretmenlerine uygulanacak son test		İndir

Yaş Gruplarına Özel Ölçme Değerlendirme Araçları (İLKOKUL)



YEŞİLCAN'LA SAĞLICAKLA
-ilkokul-



ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sağlıklı yaşamla ilgili çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretleme istenmektedir. Yanlış doğru buluyorsanız "D" gözeceğini, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğini işaretleiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

1. Yemek seçmek sağlıklı beslenme açısından önemlidir.
2. Yetersiz beslenme vücudun ihtiyacından daha fazla gıda tüketmesidir.
3. Katı maddeli hazır ürünlerden mümkün olduğunca kaçınılmalıdır.
4. Beden temizliği için kullanılan lif, tarak, diş fırçası vb. araçlar yalnızca aile fertleriyle paylaşılmalıdır.
5. Günlük su ihtiyacını karşılamak okulumuz tuvaletleri değil muslukları kullanmaktır.
6. Egzersiz yaparken vücudun sınırına uygun davranılmalıdır.
7. Hastalıklardan korunmak için mevsimine uygun, sağlıklı kıyafetler kullanılmalıdır.
8. Kişin inoer birkap kat katayef yerine tek bir kalın katayef giymeyi tercih etmeyiz.
9. Kiltelli bir uyku için gece erken yatılmaz, sabah erken kalkılmazdır.
10. Ağ olmanın sağlıklı bir hayat sürmemize herhangi bir katkısı yoktur.


ÖRNEK:

1. D Y F

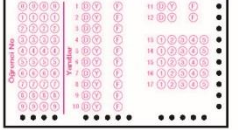
ÖRNEK:

sevinçlidir.	1	2	3	4	5	sevinmezdir.
lyi bir şeydir.	1	2	3	4	5	kötü bir şeydir.
harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.
kolay bir çözümdür.	1	2	3	4	5	zorlayıcı bir çözümdür.
önemlidir.	1	2	3	4	5	önemsizdir.

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak için 11. sorudan 22. soruya kadar, bu sorulara 20. soru için 40 puan, diğer sorulara 20 puan verilir.



YEŞİLCAN'LA ZARARSIZ TEKNOLOJİ
-ilkokul-



ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda teknoloji kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretleme istenmektedir. Yanlış doğru buluyorsanız "D" gözeceğini, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğini işaretleiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

1. Teknoloji kullanımını zaman zaman bırakarak kullanmak her zaman hatadır.
1. Bir kişinin bir maddeyle veya davranışla bağımlı olması onun yaşayamayacağına düşündürmez, bağımlılık olarak adlandırılır.
2. Bağımlılık tedavi edilmezse gereken önemi bir hastalıktır.
3. Teknoloji bağımlılığının ilk adımı sosyal kullanımdır.
4. Teknoloji kullanım süresinin artması çocukların ve gençlerin düşünme kabiliyetlerini artırır.
5. Kişi teknolojiyi ne kadar kullansa sosyal ilişkileri de o kadar artar.
6. Teknoloji bağımlısı kişi, bağımlı olduğu aracı kullanmadığından kendini sınırlı ve stresli hissedebilir.
7. Teknoloji bağımlıların diğer insanlara göre daha ve hızlı iletişim kurabilirler.
8. Teknoloji bağımlılığından kurtulmanın yollarından biri de teknoloji kullanma zamanlarını sınırlamaktır.
9. Teknoloji bağımlılığının kişinin derinleştirilmesine herhangi bir etkisi yoktur.
10. Düzenli spor yapmak, hobiler edinmek, sanat ve müzik faaliyetleri ile uğraşmak vb. teknoloji bağımlılığı riskinden insanı koruyamaz.


ÖRNEK:

1. D Y F

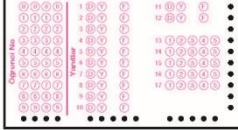
ÖRNEK:

güvenlidir.	1	2	3	4	5	tehlikelidir.
iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
faydalıdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
eğlencelidir.	1	2	3	4	5	sıkıcıdır.
harikadır.	1	2	3	4	5	berbatdır.

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak için 11. sorudan 22. soruya kadar, bu sorulara 20. soru için 40 puan, diğer sorulara 20 puan verilir.



YEŞİLCAN'LA TEMİZ HAVA
-ilkokul-



ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretleme istenmektedir. Yanlış doğru buluyorsanız "D" gözeceğini, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğini işaretleiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

1. Sigara zararlı bir maddedir.
1. Nikotin bağımlılığı dünyadaki en yaygın bağımlılık çeşididir.
2. Sigara içildiğinde akciğerlere çekilen dumanın insanı zehirler.
3. Sigaranın içerisinde 4 binden fazla zehirli madde vardır.
4. Sigara; nefes darlığı, kalp krizi, felç, astım, zatürree, kronik bronşit gibi ağır hastalıklara sebep olur.
5. Sigara kullanıcıları ile kullanmayanların hasta olma oranları aynıdır.
6. Kendisi içmeyen ama sigara içilen ortamlarda bulunan kişiler de sigaradan zarar görürler.
7. Kişinin istediği zaman sigarayı bırakması çok kolaydır.
8. Sigaranın zararlarını öğrenmek, sigara bağımlılığından korunmada etkilidir.
9. Sigara tükürüklerine hayır demek insanı sigara bağımlılığından koruyan bir sedvidir.
10. Sigara içmek insanı olduğundan daha büyük gösterir.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmam...


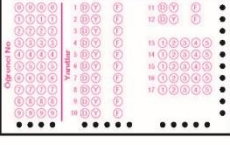
1. sevmezdir. 1 2 3 4 5 severimdir.

ÖRNEK:

faydalıdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
keyfidir.	1	2	3	4	5	keyifsizdir.
çekicidir.	1	2	3	4	5	ilicidir.
harikadır.	1	2	3	4	5	berbatdır.
iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak için 11. sorudan 22. soruya kadar, bu sorulara 20. soru için 40 puan, diğer sorulara 20 puan verilir.

Yaş Gruplarına Özel Ölçme Değerlendirme Araçları (ORTAOKUL)

SAĞLIK ELİNİZİN KAYIP GİTMEDEN -ortaokul-

ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sağlıklı yaşamla ilgili çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizin görüşünüzü, cevaplarınız için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/ilginiz yok ise "İ" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sağlıklı yaşamak için sağlıklı beslenmek önerilir.

● ● ● ● ●

1. Dengesiz beslenme vücudun ihtiyacıdan daha az besin maddesi tüketilmesi durumudur.

2. Beslenme ile alınan enerji, gün içinde harcanandan fazlası vücut tarafından yağa dönüştürülerek depolanır.

3. Tırnak makası, diş fırçası, tarak gibi kişisel temizlik araçlarını sadece aile bireyleriyle ortak kullanmayın.

4. Fiziksel aktivite ve egzersiz düşünme becerisinin gelişmesine katkı sağlar.

5. Soğuk havalandırma ince ve çok katlı giysiler tercih edilmelidir.

6. Mevsimine uygun kıyafetler giyinmek hastalıklardan korunmanıza yardımcı olur.

7. Günlük ortalama uyku süresi kişiden kişiye değişebilir.

8. Gece geç yatıp sabah geç kalkmak kaliteli bir uykunun temel özelliğidir.

9. Grip, kronik bir hastalıktır.

10. Alerji rahatsızlığı olan kişilerin evlerinde tüyü hayvan beslemeleri sakıncalıdır.

11. Kişin olabildiğince kalın tek kat kıyafet giymek tercih edilmelidir.

12. Evinde tüyü hayvan beslemek alerji rahatsızlığı olanlara iyi gelir.

Aşağıda sağlıklı yaşamaya ilişkin duyularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygular ifade edilmiştir. Bu ifadeleri sıfat çiftleri halinde hazırlanmıştır. Sizden, duyuların ifade eden seçeneği, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, her bir sıfat çiftinin duyuların ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:


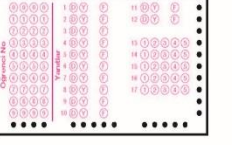
Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

1.	çektirici:	1	2	3	4	5	İhtid:
	● ● ● ● ●						

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak size çok çekici bir şey gelirse "1", çekici bir şeydir "2", bir derece kadar çekici "3", bir derece kadar çekici "4", çok bir çekici "5" işaretleyiniz.

Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

13.	iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
14.	harikadır.	1	2	3	4	5	berbatır.
15.	ispatlıdır.	1	2	3	4	5	zarardır.
16.	önemlidir.	1	2	3	4	5	önemsizdir.
17.	hazırlıdır.	1	2	3	4	5	etiştir.

TEKNOLOJİ CANAVARA DÖNÜŞMEDEN -ortaokul-

ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda teknoloji kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizin görüşünüzü, cevaplarınız için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/ilginiz yok ise "İ" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Teknoloji kullanmak her zaman hatadır.

● ● ● ● ●

1. Kişinin kullandığı bir nesne üzerinde kontrolünü kaybetmesi ve onun bir yaşam süremeye başlaması bağımlılık halindedir.

2. Problemlerden kaçınmak için teknolojiyi kullanmak bağımlı olma sürecindeki aşamaların biridir.

3. Bazen arkadaşlarımız tarafından deklanman için istemek de istememek de bazı bilgisayar oyunlarını oynamayıdır.

4. Arkadaşı olmayanlar için sosyal oyunlar iyi birer çözümdür.

5. Teknoloji bağımlılığı görme problemlerine neden olur.

6. Bağımlı olunan araçları her gün aynı saatlerde kullanmak bağımlılıktan kurtulmada etkili bir çözümdür.

7. Günlük hayatta teknolojinin uzak kalma ile ilgili hedefler koymak bağımlılığı önlemekte etkilidir.

8. Düzenli spor yapmak insanı bağımlılıktan uzak tutar bir etkidir.

9. Teknoloji bağımlısı bir kişi bağımlı olduğu teknoloji ürünü ile ne kadar aktif geçireceğini belirlemek zorluk çekmez.

10. Arkadaş bulmak için sosyal ortamlar tercih etmek gerekir.

Aşağıda teknolojinin sını kullanılması ilişkin duyuların ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygular ifade edilmiştir. Bu ifadeleri sıfat çiftleri halinde hazırlanmıştır. Sizden, duyuların ifade eden seçeneği, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, her bir sıfat çiftinin duyuların ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:


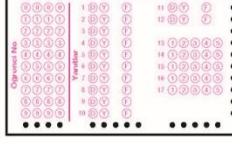
Bence teknolojinin sını kullanımı...

1.	sevindir.	1	2	3	4	5	sevimsizdir.
	● ● ● ● ●						

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak size çok çekici bir şey gelirse "1", çekici bir şeydir "2", bir derece kadar çekici "3", bir derece kadar çekici "4", çok bir çekici "5" işaretleyiniz.

Bence teknolojinin sını kullanımı...

13.	güzelidir.	1	2	3	4	5	terstir.
14.	iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
15.	iyidir.	1	2	3	4	5	zarardır.
16.	etkilidir.	1	2	3	4	5	sıkıcıdır.
17.	hazırlıdır.	1	2	3	4	5	berbatır.

SİGARA OCAĞINI SÖNDÜRMEYEN -ortaokul-

ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizin görüşünüzü, cevaplarınız için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/ilginiz yok ise "İ" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sigara zararlı bir maddedir.

● ● ● ● ●

1. Sigara içildiğinde ilk anda olabilecek değişikliklerden biri beyindeki kan akışının yavaşlamasıdır.

2. Uzun süre sigara kullanımı dişlerin sararmasına sebep olur.

3. Sigara bağımlılığı saç dökülmesine sebep olmaz.

4. Sigaranın akciğerler dışında bir organa zarar vermez.

5. Sigara kullananların hastalıklara yakalanma oranı kullananlara göre daha azdır.

6. Sigara kullanmak bağımlılık yapan başka maddeleri (alkol, uyuşturucu vb.) kullanma riskini artırır.

7. Gevektiğinde "layın" demeyi bilmek, sigaradan korunmak için kazanılması gereken önemli bir beceridir.

8. Sigara kullanan kişinin kötü kokusu başkalarıyla olan iletişimine olumsuz etkilerde bulunur.

9. Sigara içmek kişinin büyüdüğünü gösterir.

10. Sigara bağımlılık yaptığı için bazı insanların sigarayı bırakma konusunda yardım almaları gereklidir.

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin duyuların ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygular ifade edilmiştir. Bu ifadeleri sıfat çiftleri halinde hazırlanmıştır. Sizden, duyuların ifade eden seçeneği, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş olursanız "D" gözeceğinizi, her bir sıfat çiftinin duyuların ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmak...


1.	sevindir.	1	2	3	4	5	sevimsizdir.
	● ● ● ● ●						

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak size çok çekici bir şey gelirse "1", çekici bir şeydir "2", bir derece kadar çekici "3", bir derece kadar çekici "4", çok bir çekici "5" işaretleyiniz.

Bence sigara kullanmak...

13.	iyidir.	1	2	3	4	5	zarardır.
14.	iyidir.	1	2	3	4	5	kişisizdir.
15.	çektirici.	1	2	3	4	5	İhtid.
16.	harikadır.	1	2	3	4	5	berbatır.
17.	hazırlıdır.	1	2	3	4	5	etiştir.

Yaş Gruplarına Özel Ölçme Değerlendirme Araçları (LİSE)



ALKOLSÜZ BİR HAYAT İÇİN
-lise-

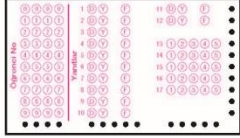
ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda alkol ve alkol kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görülmüştü, cevaplarına için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. Yargıya doğru buluyorsanız "D" gözetimini, yanlış buluyorsanız "Y" gözetimini, bilginiz/ fikriniz yok ise "F" gözetimini işaretleiyorsünüz. Cevaplamazlar için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

- Alkol kimyasal bir maddedir.

1



Aşağıda alkol ve alkol kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler emneniz için hazırlanmış bazı duygular için yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfat çiftileri halinde hazırlanmıştır. Sizden duyguların ifade eden seçeneği, cevaplamaya için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. İşaretlemediğiniz, her bir sıfat çiftinin duygularına ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yaparsınız.

ÖRNEK:

Bence alkol kullanmak...


1.	çekicidir.	1	2	3	4	5	İhtisidir.
----	------------	---	---	---	---	---	------------

1

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırsanız az çok çekici ise "1", çekici ise "2", bir derece daha etkisizdir "3", bu parlansa "4", çok da parlansa "5" işaretleyiniz.

Bence alkol kullanmak...

13.	iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
14.	hayalidir.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
15.	keyiflidir.	1	2	3	4	5	keyiflisidir.
16.	havalıdır.	1	2	3	4	5	erkekli hissettirir.
17.	harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.



UYUŞTURUCU MADDELERDEN KORUNMAK İÇİN
-lise-

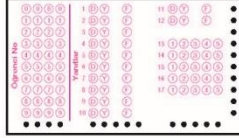
ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda madde ve madde kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görülmüştü, cevaplamaya için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. Yargıya doğru buluyorsanız "D" gözetimini, yanlış buluyorsanız "Y" gözetimini, bilginiz/ fikriniz yok ise "F" gözetimini işaretleiyorsünüz. Cevaplamazlar için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

- Bütün uyuşturucu maddeler kimyasal birer maddedir.

1



Aşağıda madde ve madde kullanımına ilişkin duyguların ifade emneniz için hazırlanmış bazı duygular için yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfat çiftileri halinde hazırlanmıştır. Sizden duyguların ifade eden seçeneği, cevaplamaya için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. İşaretlemediğiniz, her bir sıfat çiftinin duygularına ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yaparsınız.

ÖRNEK:

Bence madde kullanmak...


1.	çekicidir.	1	2	3	4	5	İhtisidir.
----	------------	---	---	---	---	---	------------

1

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırsanız az çok çekici ise "1", çekici ise "2", bir derece daha etkisizdir "3", bu parlansa "4", çok da parlansa "5" işaretleyiniz.

Bence madde kullanmak...

13.	iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
14.	kişiyi sergisi yapandır.	1	2	3	4	5	kişiyi sergisi yapandır.
15.	kişiyi havalı gösterir.	1	2	3	4	5	kişiyi etkisiz gösterir.
16.	bir soruna yol açmaz.	1	2	3	4	5	sorunlara neden olur.
17.	harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.



SAĞLIKLI BİR HAYAT İÇİN
-lise-

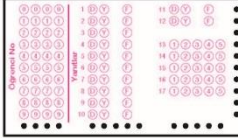
ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sağlıklı yaşama ile ilgili çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görülmüştü, cevaplamaya için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. Yargıya doğru buluyorsanız "D" gözetimini, yanlış buluyorsanız "Y" gözetimini, bilginiz/ fikriniz yok ise "F" gözetimini işaretleiyorsünüz. Cevaplamazlar için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

- Sağlıklı yaşamak için sağlıklı beslenmek önemlidir.

1



Aşağıda sağlıklı yaşama ile ilgili çeşitli ifadeler emneniz için hazırlanmış bazı duygular için yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfat çiftileri halinde hazırlanmıştır. Sizden duyguların ifade eden seçeneği, cevaplamaya için verilen alanda kodlayarak işaretleme yapmaktasınız. İşaretlemediğiniz, her bir sıfat çiftinin duygularına ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yaparsınız.

ÖRNEK:

Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

1.	çekicidir.	1	2	3	4	5	İhtisidir.
----	------------	---	---	---	---	---	------------

1

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırsanız az çok çekici ise "1", çekici ise "2", bir derece daha etkisizdir "3", bu parlansa "4", çok da parlansa "5" işaretleyiniz.

Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

13.	iyidir.	1	2	3	4	5	kötüdür.
14.	harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.
15.	kolaydır.	1	2	3	4	5	zorudur.
16.	önemlidir.	1	2	3	4	5	önemsizdir.
17.	harikalıdır.	1	2	3	4	5	etkisizdir.

Yaş Gruplarına Özel Ölçme Değerlendirme Araçları (YETİŞKİN)

tbm TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI

ALKOL KÜTÜLÜKLERİN ANASI -yetişkin-

ÖĞRENCİ NO: _____

Aşağıda alkol ve alkol kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden gördüğünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Yargıyı doğru buluyorsanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Alkol kimyasal bir maddedir.

1 ● ○ ○ ○ ○

1. Alkol zihni açar.

2. Alkol uykuyu düzenler.

3. Alkol kullanımı, reflekslerin yavaşlamasına sebep olur.

4. Uzun süreli alkol kullanımı görme sinirlerinde tahribata yol açar.

5. Alkol kullanımının yetişkin birine verdiği zarar ile gençte verdiği zarar arasında bir fark yoktur.

6. Alkol cinsel gücü artırır.

7. Alkolikler alkol kullanmayan insanlara göre daha uzun yaşarlar.

8. Uzun süreli alkol kullanımı kalp kasının yapısını bozar.

9. Alkolikler araç kullanırlar bir sürücünün ölümüne sonuçlanan bir kazaya sebep olma riski diğer sürücülere göre daha fazladır.

10. Alkol vücuda alındığı ilk andan itibaren sadece üç dakika içinde vücuttaki tüm hücelere ulaşmış olur.

11. Alkol kullanımı gençler için yetişkinlere oranla çok daha zararlıdır.

12. Uzun süreli alkol kullanımı kalp kaslarını geliştirir.

Aşağıda alkol ve alkol kullanımına ilişkin duygularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygusal ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfır çitilen halinde kullanınız. Sizde, duygularınız ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınıza ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence alkol kullanmak...

1.

güçlendirir	1	2	3	4	5	zayıflatır
-------------	---	---	---	---	---	------------

1 ○ ○ ○ ○ ●

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırken size çok zevkli ise "1", çoktan ise "2", bir diğer ifade etmişse "3", hiç gelmiyorsa "4", çok hoş gelmiyorsa "5" işaretleyiniz.

Bence alkol kullanmak...

13.

hiddetli	1	2	3	4	5	korutucu
----------	---	---	---	---	---	----------

14.

fiyşaklıdır	1	2	3	4	5	zararlıdır
-------------	---	---	---	---	---	------------

15.

güçlendirir	1	2	3	4	5	ikiletilir
-------------	---	---	---	---	---	------------

16.

hoşdur	1	2	3	4	5	rahatsız
--------	---	---	---	---	---	----------

17.

ejlençlendirir	1	2	3	4	5	stresli verir
----------------	---	---	---	---	---	---------------

tbm TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI

UYUŞTURUCU ÖZGÜRLÜĞÜN SONU -yetişkin-

ÖĞRENCİ NO: _____

Aşağıda madde ve madde kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden gördüğünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Yargıyı doğru buluyorsanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Bütün uyuşturucu maddeler kimyasal bir maddedir.

1 ○ ● ○ ○ ○

1. Kendilerine uyuşturucu tefkil edildiğinde ne yapmaları gerektiği hakkında gençlere bilgi verilmektedir.

2. Çocuğunun madde kullandığını öğrenen anne babalar derhal onunla ilişkilerini kesmektedirler.

3. Anne babalar çocuklarını hatalarını düzeltme görevini bizzat üstlenmektedirler.

4. Alkolli içecekler bağımlılık yapıcı maddeler arasında sayılmaz.

5. Dünyadaki insanların çok az bağımlılık yapıcı maddeleri kullanır.

6. Bağımlılık yapıcı maddeler ergin beyne yetişkinininkine göre daha az zarar verir.

7. Madde bağımlısı kişinin ölümcül hastalıklara yakalanma riski artar.

8. Sadece zayıf insanlar bağımlı olur.

9. Kişinin "Hayır" diyebilme becerisine sahip olması madde kullanım riskini azaltır.

10. Arkadaşının madde kullandığını fark eden bir kişi arkadaşına madde kullanımını bırakması onunla arkadaşlığını keseceğini söylemelidir.

Aşağıda madde ve madde kullanımına ilişkin duygularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygusal ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfır çitilen halinde kullanınız. Sizde, duygularınıza ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınıza ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence madde kullanmak...

1.

sevimsizdir	1	2	3	4	5	sevimsizdir
-------------	---	---	---	---	---	-------------

1 ○ ○ ○ ○ ●

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırken size çok zevkli ise "1", çoktan ise "2", bir diğer ifade etmişse "3", hiç gelmiyorsa "4", çok hoş gelmiyorsa "5" işaretleyiniz.

Bence madde kullanmak...

13.

keyiflidir	1	2	3	4	5	keyiflidir
------------	---	---	---	---	---	------------

14.

güçlendirir	1	2	3	4	5	itiditir
-------------	---	---	---	---	---	----------

15.

ejlençlendirir	1	2	3	4	5	sıkıntı verir
----------------	---	---	---	---	---	---------------

16.

bir soruna yol açmaz	1	2	3	4	5	soruza sebep olur
----------------------	---	---	---	---	---	-------------------

17.

halka hissettirir	1	2	3	4	5	berbat hissettirir
-------------------	---	---	---	---	---	--------------------

tbm TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI

SAĞLIK HER İŞİN BAŞI -yetişkin-

ÖĞRENCİ NO: _____

Aşağıda sağlıklı yaşamaya ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden gördüğünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Yargıyı doğru buluyorsanız "D" gözeceğinizi, yanlış buluyorsanız "Y" gözeceğinizi, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözeceğinizi işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sağlıklı yaşamak için sağlıklı beslenmek önemlidir.

1 ● ○ ○ ○ ○

1. Şeker hastalığı kronik bir hastalık değildir.

2. Evcil hayvan besleyenler evde pencereleerin sürekli kapalı tutulmasına dikkat etmelidirler.

3. HACCP besin maddesi üretin testi, makine ve ürünlerin temizliği ile ilgili belgedir.

4. Uykuya dalınacak ortamın gürültülü olması melatonin salgısını artırır.

5. Düzenli uyku güçlü bir antioksidandır.

6. Uykudan hemen önce egzersiz yapılırsa uyku bozukluğu yaşamamasını engeller.

7. Sağlıklı bir yaşam biçimini sürdürmek üzere yapılan eylemlerin sonuçları hemen görülür.

8. Sağlık okuryazarlığı sağlıklı yaşam kalitesini artırır.

9. Sağlık okuryazarı olmayan bireyler sağlık hizmetlerinden yararlanmada sorunlar yaşarlar.

10. Kişisel hijyen kişinin kullandığı ilaçlarla sağlanan bir tedavidir.

Aşağıda sağlıklı yaşamaya ilişkin duygularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygusal ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeleri sıfır çitilen halinde kullanınız. Sizde, duygularınıza ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınıza ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

1.

güçlendirir	1	2	3	4	5	itiditir
-------------	---	---	---	---	---	----------

1 ○ ● ○ ○ ○

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışırken size çok zevkli ise "1", çoktan ise "2", bir diğer ifade etmişse "3", hiç gelmiyorsa "4", çok hoş gelmiyorsa "5" işaretleyiniz.

Sağlıklı yaşamaya çalışmak bence...

13.

iyidir	1	2	3	4	5	kötüdür
--------	---	---	---	---	---	---------

14.

taşkıdır	1	2	3	4	5	zararlıdır
----------	---	---	---	---	---	------------

15.

halka hissettirir	1	2	3	4	5	berbat hissettirir
-------------------	---	---	---	---	---	--------------------


16.

kolaydır	1	2	3	4	5	zordur
----------	---	---	---	---	---	--------

17.

önemlidir	1	2	3	4	5	önemlidir
-----------	---	---	---	---	---	-----------

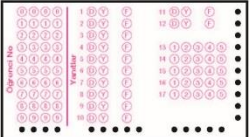
Yaş Gruplarına Özel Ölçme Değerlendirme Araçları (YETİŞKİN)



**SIGARA VÜCUDUN
DÜŞMANI
-yetişkin-**

ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sıdenden görüşlerinizi, cevapları için verilen alanda kodlayarak işaretlemiş istenmektedir. Yanlış doğru buluyorsanız "D" gözetniğini, yanlış buluyorsanız "Y" gözetniğini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözetniğini işaretleyiniz. Cevaplamalarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.



ÖRNEK:

1. Sigara zararlı bir maddedir.

1

1. Sigara kanser riskini artırır.

2. Hafif (light) sigaralarda nikotin oranı normal sigaralara göre yaklaşık % 50 daha azdır.

3. Mide ülseri sigaranın tetiklediği hastalıklardan birisidir.

4. Tüm dünyada sigara kullananlar sigara kullananlardan çok daha fazladır.

5. Anne babaların çocuklarını yanında sigara içmelerini salıncaldır.

6. Saç dökülmesi probleminin sigara ile bir bağlantısı yoktur.

7. Sigara kullanımı, dünyada meydana gelen ölüm nedenlerinin başında yer almaktadır.

8. Sigara için anne babaların, çocuklarına sigaranın zararları konusunda bilgi vermelerine ihtiyaç yoktur.

9. Sigara kalp hastalıkları oluşmasını riskini artırır.

10. Sigaranın içinde bulunan zehirli maddelerden birisi de hidrojen sünyandır.

11. Anne babalar çocuklarını sigaranın zararlarını bizzat gözlemleyebilmeleri için onları görebileceği şekilde sigara içmelidirler.

12. Sigara kullanımının sağlığı tehlikeye düşürdüğüne dair herhangi bir bilimsel kanıt yoktur.

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin duyularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygular ifade edilmiştir. Bu ifadeleri sıfat çiftleri halinde kullanınız. Sıdenden duyularınıza ifade eden seçeneği, cevaplamaya ilişkin verilen alanda kodlayarak işaretlemiş istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duyularınıza ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmak...


1. sevimsizdir. 1 2 3 4 5 sevimsizdir.

1

Eğer sağlığı yapımınıza gelmezse size çok çekici ise "1", çekici ise "2", bir derece daha etkilerse "3", iki dereceye "4", çok iki dereceye "5" işaretleyiniz.

Bence sigara kullanmak...

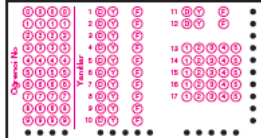
13. içtirdi.	1	2	3	4	5	kişilerdir.
14. faydasızdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
15. keyiflidir.	1	2	3	4	5	keyiflidir.
16. geçicidir.	1	2	3	4	5	ikiçidir.
17. hoşdur.	1	2	3	4	5	rahatsızdır.



**TEKNOLOJİ YERİNDE
YETERİNCE
-yetişkin-**

ÖĞRENCİ NO.: _____

Aşağıda teknoloji kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sıdenden görüşlerinizi, cevaplamaya ilişkin verilen alanda kodlayarak işaretlemiş istenmektedir. Doğru yanlış buluyorsanız "D" gözetniğini, yanlış buluyorsanız "Y" gözetniğini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözetniğini işaretleyiniz. Cevaplamalarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.



ÖRNEK:

1. Teknoloji kullanmak her zaman hatalıdır.

1

1. Bağımlılık kişinin toplumsal sorumluluklarını yerine getirmesini engellemez.

2. Teknoloji bağımlılığında ilk adım olan deneysel kullanım aşaması herhangi bir problem teşkil etmez.

3. Uzun süre teknoloji kullanımına bağlı olarak işletim sistemlerinde hasarlar oluşur.

4. Teknoloji bağımlılığında kurtulmak için kullanım miktarına sınırlama veya süre sınırlaması koymak bir fayda sağlamaz.

5. Gerçek hayattaki problemlerinden kaçmak için teknoloji kullanan kişi bu yolla çözüme ulaşabilir.

6. Teknoloji bağımlılığı bazı bireylerde epilepsi nöbetlerinin ortaya çıkmasına sebep olur.

7. Çocuğa sosyal medyada kişisel bilgilerini açık ve net bir şekilde paylaşması gerektiği öğretilmelidir.

8. Teknoloji bağımlı olan, bağımlısı olmadığı araç ile uzun süre vakit geçirmek için uykudan fedakarlık ederek ihtiyaçlarından çok daha az uyur.

9. Bağımlılık konusu olan cihazları kapatıp tek bir cihaz ortak kullanım alanlarında evin diğer üyeleriyle paylaşarak kullanmak teknoloji bağımlılığında kurtulma konusunda herhangi bir fayda sağlamaz.

10. Teknoloji bağımlısı olan kişilerin yakınları bağımlıyı yardım etmek istediklerinde çatışmalar ve kavga-lar yaşanır.

11. Teknoloji bağımlılığında deneysel kullanım aşaması bağımlılığın en yüksek düzeyine ulaştığı aşamadır.

12. Sosyal medyada kişisel bilgilerin paylaşılması tehlikeli sonuçlar doğurabilir.

Aşağıda teknolojinin ağız kullanımına ilişkin duyularınıza ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygular ifade edilmiştir. Bu ifadeleri sıfat çiftleri halinde kullanınız. Sıdenden duyularınıza ifade eden seçeneği, cevaplamaya ilişkin verilen alanda kodlayarak işaretlemiş istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duyularınıza ne derece tanımladığınıza bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence teknolojinin ağız kullanımını...

1. sevimsizdir. 1 2 3 4 5 sevimsizdir.

1

Eğer sağlığı yapımınıza gelmezse size çok çekici ise "1", çekici ise "2", bir derece daha etkilerse "3", iki dereceye "4", çok iki dereceye "5" işaretleyiniz.

Bence teknolojinin ağız kullanımını...

13. güvenlidir.	1	2	3	4	5	tehlikelidir.
14. iyidir.	1	2	3	4	5	kişilerdir.
15. faydasızdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
16. eğlencelidir.	1	2	3	4	5	sıkıcıdır.
17. sorunu doğurmaz.	1	2	3	4	5	soruna neden olur.

Uygulama

Öğrenci Numaralarının optik formdaki alana hem ön-testte hem de son-testte doğru kodlanmaları son derece önemlidir!

Bilgi düzeyi - 12 soru
(Doğru/Yanlış/Fikrim Yok)

tbm TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİMİ PROJESİ

SİGARA VÜCUDUN DÜŞMANI -yetişkin-

ÖĞRENCİ NO: _____

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Yanlış doğru buluyorsanız "D" gözenegini, yanlış buluyorsanız "Y" gözenegini, bilginiz/fikriniz yok ise "F" gözenegini işaretleyiniz. Cevaplarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sigara zararlı bir maddedir.

1 D Y F

1. Sigara kısırlık riskini artırır.

2. Hafif (light) sigaralarda nikotin oranı normal sigaralara göre yaklaşık % 50 daha azdır.

3. Mide ülseri sigaranın tetiklediği hastalıklardan birisidir.

4. Tüm dünyada sigara kullananlar sigara kullanmayanlardan çok daha fazladır.

5. Anne babaların çocuklarının yanında sigara içmeleri sakıncalıdır.

6. Saç dökülmesi probleminin sigara ile bir bağlantısı yoktur.

7. Sigara kullanımı, dünyada meydana gelen ölüm nedenlerinin başında yer almaktadır.

8. Sigara için anne babaların, çocuklarına sigaranın zararları konusunda bilgi vermelerine ihtiyaç yoktur.

9. Sigara kalp hastalıklarının oluşmasını artırır.

10. Sigaranın içinde bulunan zehirli maddelerden birisi de hidrojen siyanürdür.

11. Anne babalar çocuklarının sigaranın zararlarını bizzat gözlemleyebilmeleri için onların görebileceği şekilde sigara içmelidirler.

12. Sigara kullanımının sağlığı tahrip ettiğine dair herhangi bir bilimsel kanıt yoktur.

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin duygularınızı ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duyguların ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeler sıfat çifidleri hâlinde hazırlanmıştır. Sizden, duygularınızı ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınıza ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmak...

sevimsizdir. 1 2 3 4 5 sevimsizdir.

1 1 2 3 4 5

Eğer sağlıklı yaşamaya geçmek nize çok çekti ise 1', çekti ise 2', bir doğru ifade olmuyorsa 3', ilacı geçiyorsa 4', çok ilacı geçiyorsa 5'i işaretleyiniz.

Bence sigara kullanmak...

13. iyidir. 1 2 3 4 5 kötüdür.

14. faydalıdır. 1 2 3 4 5 zararlıdır.

15. keyiflidir. 1 2 3 4 5 keyifsizdir.

16. çekicidir. 1 2 3 4 5 iticidir.

17. hoştur. 1 2 3 4 5 nahostur.

Duyusal alan – 5 soru
(5'li Likert)

Uygulamada Sorumluluklar

UYGULAMA ADIMLARI	SORUMLULAR
1. TBM Uygulayıcıları İçin Ölçme Değerlendirme Yönergesinin Duyurulması	Türkiye Yeşilay Cemiyeti İl/İlçe Millî Eğitim Müdürlükleri (Hayat Boyu Öğrenmeden Sorumlu Müdür Yardımcıları / Şube Müdürleri)
2. Ölçme Değerlendirme Araçlarının www.tbm.org.tr adresinden indirilmesi	Formatör Öğretmenler Uygulayıcı Öğretmenler
3. Hedef Kitleye Anketlerin Doğru Şekilde Uygulanması	Formatör Öğretmenler Uygulayıcı Öğretmenler
4. Doldurulan Anketlerin Yeşilay Genel Müdürlüğü'ne Ulaştırılması	Eğitimlerin Yapıldığı Okul/Kurum Müdürlükleri

Ölçme Değerlendirme Araçlarının Gönderimi

Eğitimlerin Yapıldığı Okul/Kurum Müdürlükleri Tarafından;

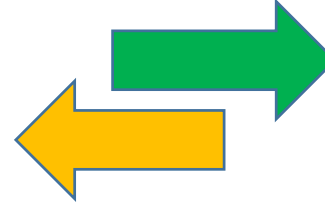
MNG Kargo ile «ALICI ÖDEMELİ» olarak aşağıdaki adrese gönderilecektir:

***Türkiye Yeşilay Cemiyeti – TBM Ekibi
Sepetçiler Kasrı, Sirkeci 34110 İstanbul***

Ölçme Değerlendirme Araçlarının Yakından Takip Edileceği İller

1. IĞDIR
2. MALATYA
3. URFA
4. İSTANBUL
5. TEKİRDAĞ
6. AYDIN
7. BURSA
8. KONYA
9. HATAY
10. KAYSERİ
11. AMASYA
12. RİZE

PROJE EKİBİ



İl Millî Eğitim
Müdürlükleri

tbm

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI

tbm.org.tr

Eğitimleri Destekleyici
Uzaktan Eğitim Portalı

tbm.org.tr

Tamamen 'Dinamik' bir yapı

- Seçilen yaş grubuna göre web sitesinde gösterilecek video, haber ve içeriklerin gösterilmesi,
 - Slider'da bulunan haberler, görseller,
 - Video bölümünde bulunan videolar,
 - Haberler bölümü,
 - Duyurular bölümü,
 - Eğitim takvimi ,
 - ve indirilebilir içerikler,

The screenshot displays the TBM website interface. At the top, there is a navigation bar with the TBM logo, a 'Libre Yağ Grubu Seçiniz' dropdown, and a 'EĞİTİM TALEP FORMU' button. Below this is a main menu with 'TBM PROGRAMI', 'MODÜLLER', 'EĞİTİMLER', 'BİLGİ', and 'İLETİŞİM' options. The main content area features a large red banner for the 'GENÇ YEŞİLAYCILAR, AKRANLARINI BAĞIMLILIKLA MÜCADELEYE ORTAK EDECEK' project, which includes a description of the project's goals and logos for TBM, the Ministry of National Education, and the Ministry of Health. To the right, a yellow statistics card titled 'SİGARA VE TÜTÜN' shows the number of lives lost in 2015, with a large digital display showing '001995402'. Below the banner, there are two buttons: 'TBM Eğitim Merkezi Projesi' and 'TBM - Haber'. At the bottom, there is a 'VİDEOLAR' section with filters for 'Madde Bağımlılığı', 'Tütün Bağımlılığı', 'Teknoloji Bağımlılığı', 'Alkol Bağımlılığı', and 'Sağlıklı Yaşam'. Two video thumbnails are visible, both titled 'Teknoloji Bağımlılığı'. To the right of the videos is a 'DUYURULAR' section with a notice about the 'BU HAYAT BENİM, GELECEK HEPİMİZİN BEŞİKTAŞ MEYDAN ETKİNLİĞİ (1-7 MART)'. The footer contains the TBM logo, the title 'BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİMİ PROJESİ', and logos for the Ministry of National Education and the Ministry of Health.

BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİMİ PROJESİ



Uzaktan Eğitim Portalı

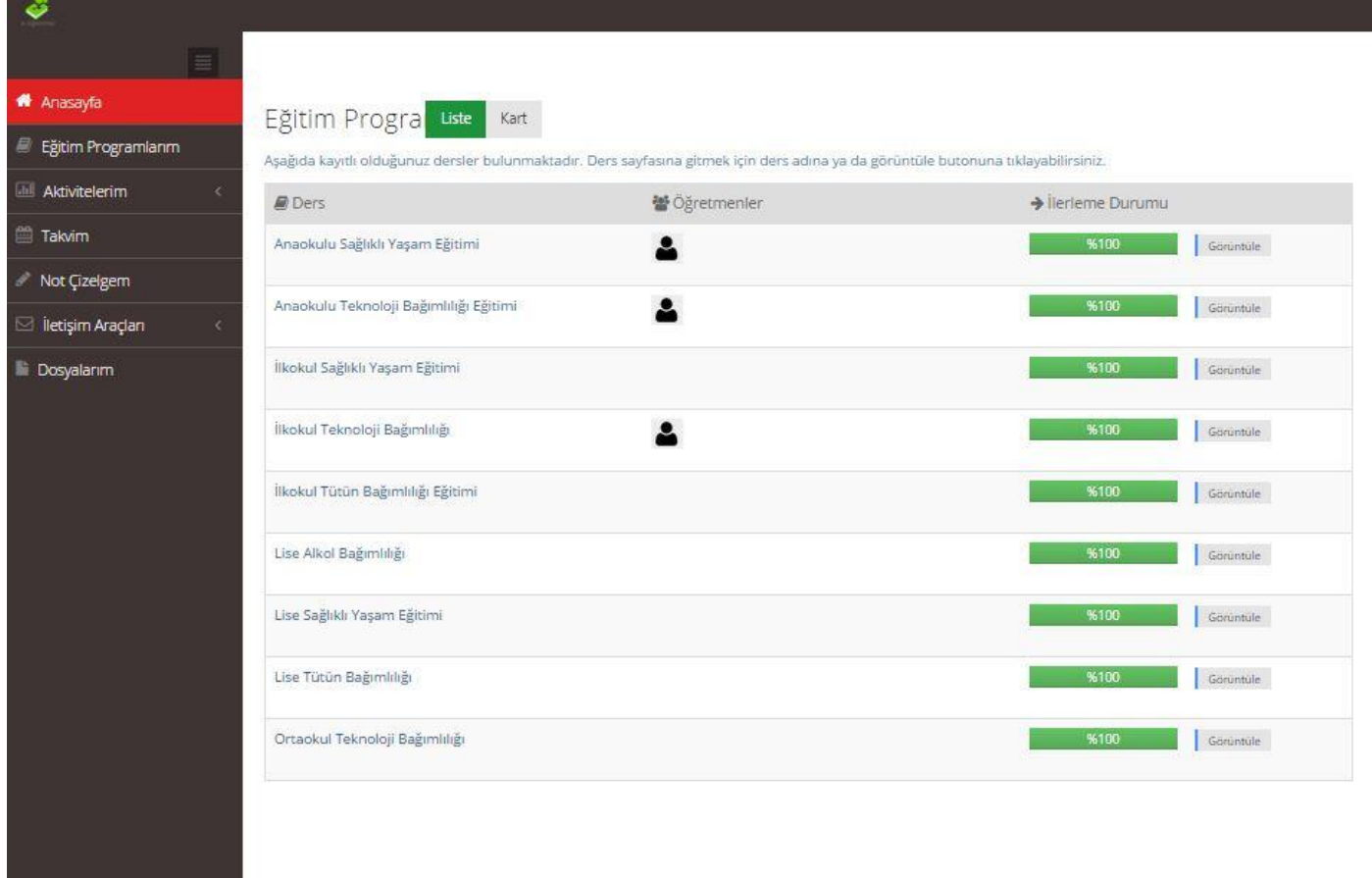
- Öğrenme Yönetim sistemi (LMS- Learning Management System)
- Sanal Sınıf

Uzaktan Eğitim Portalı

- Öğrenme Yönetim sistemi (LMS-Learning Management System)
- Yeşilay Bilim kurulunda bulunan konu alan uzmanları danışmanlığında İstanbul Üniversitesi tarafından hazırlanmış uzaktan eğitim içeriklerini barındıran bir sistemdir. İçerikleri;
 - Videolar,
 - Etkileşimli içerikler,
 - Oyunlar
 - Ölçme değerlendirme etkinlikleri

Uzaktan Eğitim Portalı

- Öğrenme Yönetim sistemi (LMS-Learning Management System)



The screenshot displays the 'Eğitim Progra' (Education Program) page in the LMS. The page is divided into a sidebar on the left and a main content area. The sidebar contains navigation options: Anasayfa (Home), Eğitim Programları (Education Programs), Aktivitelerim (My Activities), Takvim (Calendar), Not Çizelgesi (Grade Book), İletişim Araçları (Communication Tools), and Dosyalarım (My Files). The main content area shows a list of courses with columns for 'Ders' (Course), 'Öğretmenler' (Teachers), and 'İlerleme Durumu' (Progress Status). The progress status is indicated by a green bar showing 100% completion and a 'Görüntüle' (View) button.

Ders	Öğretmenler	İlerleme Durumu
Anaokulu Sağlıklı Yaşam Eğitimi		%100 Görüntüle
Anaokulu Teknoloji Bağımlılığı Eğitimi		%100 Görüntüle
İlkokul Sağlıklı Yaşam Eğitimi		%100 Görüntüle
İlkokul Teknoloji Bağımlılığı		%100 Görüntüle
İlkokul Tütün Bağımlılığı Eğitimi		%100 Görüntüle
Lise Alkol Bağımlılığı		%100 Görüntüle
Lise Sağlıklı Yaşam Eğitimi		%100 Görüntüle
Lise Tütün Bağımlılığı		%100 Görüntüle
Ortaokul Teknoloji Bağımlılığı		%100 Görüntüle

Uzaktan Eğitim Portalı

- Sanal Sınıf
 - Eğitimlerimize katılmış öğretmenle tarafından talep gelmesi durumunda sanal sınıf açabilme yetkisi verilecektir.
 - Sanal sınıf üzerinden canlı ders anlatımı yapılabilmekte yada yapılan bir dersin-seminerinin daha sonra kullanıcı tarafından izlenebilmesi sağlanmaktadır.



BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİMİ PROJESİ

tbm

TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI