



Zeynep Zat  
DBE Klinik Psikoloğu

## **Teknolojik imkanların sınırsızlaşması bağımlılığın pekişmesi için dönüm noktaları oldu**

Sosyal medya her bireye kendisine ait bir profil oluşturma ve buna ait de bir vitrin dizayn etme imkânını herkese sundu. Sosyal medyada yapılan paylaşımlar gelecek beğeni ve yorumları takip etmeye sebep oluyor. Gelen beğenilerin kişiye hissettirdiği olumlu duygular yeni bir paylaşımın ihtimalini artırıyor. İnsanların tüm bu aktiviteleri ellerindeki telefondan takip edebilmesi de işleri bir hayli kolay kılıyor. Kişiler ayrıca istedikleri an, istedikleri fotoğrafı, yazıyı, videoyu paylaşabiliyor. Ayrıca, internet üzerinden oynanan oyunların çok kolaylıkla gençler tarafından satın alınabilmesi, oyunların kalitesinin giderek artması oyuna bağımlılık duyanların sayısını artırıyor. Öte yandan, ülkemizde pek çok teknolojik cihaz neredeyse tüm dünya ile aynı anda ulaşılabilir olmuş durumda. Dolayısı olumlu hislere ulaşmayı kolaylaştıran bu imkanlar bağımlılığın pekişmesi için dönüm noktalarını oluşturuyor.