



TURKISH REPUBLIC OF
NORTHERN CYPRUS
MINISTRY OF EDUCATION



DİJİTALLEŞME VE İYİ OLUŞ:

Yenilikleri Nitelik İçin Yaşama Adapte
Etme Yolunda İlerlemeler Kapsamında
Değerlendirme ve Öneriler Çalıştayı

2024

III. POZİTİF OKULLAR VE İYİ OLUŞ ÇALIŞTAYLARI

**Dijitalleşme ve İyi Oluş: Yenilikleri Nitelik
İçin Yaşama Adapte Etme Yolunda
İlerlemeler Kapsamında Değerlendirme ve
Öneriler Çalıştayı**

31 Mayıs 2024

Düzenleme ve Yürütme Kurulu

Prof. Dr. Çağla Gür (Kongre Başkanı)

Cengiz Topel Uzun

Dr. İçim Çağınır Kavuklu

Uzm. Başak Eser

Bilim kurulu

Prof. Dr. Çağla Gür- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi (Kongre Başkanı)

Prof. Dr. Halil İbrahim Yalın- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Prof. Dr. Fatoş Silman- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Doç. Dr. Halil Kamışlı- Hakkari Üniversitesi

Doç. Dr. Sezer Kanbul- Yakındoğu Üniversitesi

Doç. Dr. Mukaddes Sakallı Demirok- Yakın Doğu Üniversitesi

Yrd. Dr. Buse Erzeybek Şemi- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Cahit Nuri- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Başak Bağlama-Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Fethi Turan - Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Uzm. Başak Eser- Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

Uzm. Pelin Gür

Çalıştay Raporu Düzenleme

Prof. Dr. Çağla GÜR

Doç. Dr. Sezer Kanbul

Yrd. Dr. Buse Erzeybek Şemi

Uzm. Başak Eser

Uzm. Pelin Gür

Moderatörler

Doç. Dr. Sezer Kanbul

Yrd. Dr. Buse Erzeybek Şemi

Koordinatör

Uzm. Başak Eser

Çalıştay Raportörü

Uzm. Pelin Gür

Editör: Prof.Dr.Çağla Gür

Kapak Tasarımı: Uzm. Başak Eser

e-Baskı: Milli Eğitim Bakanlığı, Leke koşa

Doi: 10.5281/zenodo.12587807

Mayıs 2024

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

Çalıştay Programı	1
Giriş	2
Çalıştayın Amaç ve Kapsamı.....	3
Çalıştay Yöntemi.....	4
Çalıştay Sonuçları	5
Çalıştay Sonuçlarına İlişkin Değerlendirme.....	17
Çalıştay Katılımcıları	20

III. POZİTİF OKULLAR VE İYİ OLUŞ ÇALIŞTAYLARI

Dijitalleşme ve İyi Oluş: Yenilikleri Nitelik İçin Yaşama Adapte Etme Yolunda İlerlemeler Kapsamında Değerlendirme ve Öneriler Çalıştayı

31 Mayıs 2024

PROGRAM AKIŞI

- 09.00-09.30** Kayıt
- 09.30- 10.00** Grup Tanışması ve Çalışma Esaslarının Belirlenmesi
- 10.00-11.30** Grup Çalışmaları
- 11.30-12.00** Kararların Onanması ve Grup Raporunun Oluşturulması
- 12.00-12.20** Rapor Sunumu
- 12.20-12.30** Kapanış (Katılım belgelerinin takdimi)

GİRİŞ

Son yıllarda, dijital teknolojilerin hızla ilerlemesi, günlük yaşamımızın çeşitli yönlerini, özellikle de eğitimi, önemli ölçüde dönüştürmüştür. Fiziksel, duygusal ve psikolojik sağlığı kapsayan "iyi oluş" kavramı, bu dijital çağda önem kazanmıştır. Benzer şekilde, "esenlik" terimi, genel sağlık ve iyi oluş durumunu ifade etmektedir. Bu çalıştay, dijitalleşme ve okullardaki öğrenci iyi oluşu arasındaki karmaşık ilişkiyi keşfetmeyi amaçlamakta ve dijital ilerlemelerin getirdiği faydalar ve zorluklar hakkında değerlendirme yapmak için bir platform sağlamaktadır. İyi oluş ve esenlik, bireyin genel yaşam kalitesini ve sağlığını yansıtan çok yönlü kavramlardır. İyi oluş, fiziksel, duygusal, sosyal ve zihinsel sağlık boyutlarını içeren daha geniş bir kavramken, esenlik, iyi sağlığa ulaşmak ve onu sürdürmek için proaktif önlemleri vurgular. Dijital araçlar eğitim ortamlarına daha fazla entegre oldukça, bunların öğrencilerin iyi oluş ve esenlikleri üzerindeki etkilerini anlamak önemlidir.

Well-being (İyi oluş) ve Wellness (Esenlik) Kavramlarının her ikisi de sağlık ve yaşam kalitesiyle ilgili olmakla birlikte, farklı anlam ve kapsamı içermektedir. Her iki kavram da bireyin genel sağlık ve mutluluğunu hedefler, ancak well-being daha geniş bir yaşam kalitesi perspektifi sunarken, wellness daha çok bireysel sağlığı iyileştirme ve sürdürme üzerine odaklanmaktadır. Well-being (İyi Oluş), bireyin genel yaşam kalitesini ve mutluluğunu ifade eden daha geniş bir kavramdır ve aşağıdaki unsurları içermektedir:.

- ✓ *Fiziksel Sağlık:* Genel sağlık durumu, vücut fonksiyonlarının düzgün çalışması, hastalıklardan korunma.
- ✓ *Zihinsel Sağlık:* Ruh hali, stres düzeyi, kaygı ve depresyon gibi zihinsel sağlık sorunlarının yönetimi.
- ✓ *Duygusal Sağlık:* Duyguların farkında olma, duygusal dayanıklılık, pozitif ve negatif duyguları yönetebilme.
- ✓ *Sosyal Sağlık:* Aile, arkadaşlar ve toplumla olan ilişkiler, sosyal destek ağları.
- ✓ *Finansal Sağlık:* Mali güvenlik, ekonomik stresin düşük olması, finansal hedeflerin karşılanması.
- ✓ *Çevresel Sağlık:* Yaşam ve çalışma ortamının sağlıklı ve güvenli olması, çevresel koşulların bireyin sağlığını desteklemesi.
- ✓ *Kariyer Sağlığı:* İş tatmini, iş-yaşam dengesi, kariyer hedeflerine ulaşma.

Dijitalleşmeyle birlikte gelen potansiyel fırsatları en iyi şekilde değerlendirerek eğitimde dönüşümü ilerletmek ve öğrencilerimizin teknolojiye uyumlu, eleştirel düşünen, dijital becerilere sahip ve onların güçlü bir dijital vatandaşlık bilinciyle donanmalarına yönelik katkı sağlamak günümüzde büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, eğitim kurumlarında dijitalleşme sürecini hızlandırmak, öğrencilerin dijital teknolojileri sağlıklı ve etkili bir şekilde kullanmalarını desteklemek ve böylece onların teknoloji kaynaklı bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerine katkıda bulunmak günümüzde bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır.

ÇALIŞTAYIN AMAÇ VE KAPSAMI

"Dijitalleşme ve İyi Oluş: Yenilikleri Nitelik İçin Yaşama Adapte Etme Yolunda İlerlemeler Kapsamında Değerlendirme ve Öneriler Çalıştayı"nın amacı, işbirlikçi tartışmalar ve uzman görüşleri aracılığıyla, dijitalleşmenin faydalarını en iyi şekilde kullanırken risklerini de en aza indirmek ve dijitalleşen dünyamızda öğrencilerin iyi oluş ve esenliklerini sağlamak için kapsamlı stratejiler geliştirmeye yönelik bakış açıları geliştirmektir.

"Dijitalleşme ve İyi Oluş: Yenilikleri Nitelik İçin Yaşama Adapte Etme Yolunda İlerlemeler Kapsamında Değerlendirme ve Öneriler Çalıştayı" kapsamında aşağıdaki alt başlıklar ele alınarak tartışılmış, değerlendirmeler yapılmış ve öneriler sunulmuştur:

- ✓ Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumlu etkileri nelerdir?
- ✓ Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumsuz etkileri nelerdir?
- ✓ MEB, okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek için ne gibi adımlar atabilir?
- ✓ Üniversiteler okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek için ne gibi adımlar atabilirler?
- ✓ Öğretmenler okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek için ne gibi adımlar atabilirler?
- ✓ Dijital iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilecek çeşitli araçlar, gereçler ve uygulamalar

Çalıştayın Yöntemi

Çalıştay 31 Mayıs 2024 tarihinde alan uzmanı, eğitimci, ve üniversitelerden katılımcıların katkılarıyla gerçekleşmiştir. Çalıştay kapsamında;

- Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumlu etkileri
- Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumsuz etkileri
- MEB'in, okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabileceği adımlar
- Üniversitelerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar
- Öğretmenlerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar
- Dijital iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilecek çeşitli araçlar, gereçler ve uygulamalar alt başlıkları ele alınmıştır.

Katılımcılar birbirlerini yüzyüze görebilecekleri masa oturma düzeninde oturmuşlar, sorulan sorulara ilişkin kısa bir süre düşünerek not almışlar ve ardından katılımcılar görüşlerini dile getirmişlerdir. Raportör görüşler dile getirildikçe not almıştır.

Çalıştay iki farklı oturumdan oluşmuş olup her oturumda bir moderatör olmak üzere toplam iki moderatör ve bir raportör görev almıştır. Katılımcılar, yöneltilen sorular bağlamında görüş ve önerilerini dile getirmiş, her bir katılımcının görüşü tartışılmıştır. Her soru bağlamında durum tespiti ve eylem önerileri detayları oluşturulmuştur. Raportörler tarafından kaydedilen görüş ve öneriler, çalıştay sonunda onanmıştır. Sonra, bu öneriler, moderatörler tarafından gözden geçirilmiştir. Görüş ve öneriler maddeler halinde ifade edilmiş, her tema altında yer alan benzer görüş ve öneriler birleştirilerek raporlaştırma çalışmaları tamamlanmıştır.

Çalıştay Soruları

1. Dijitalleşmenin eğitim ortamlarına getirdiği yenilikler ve kolaylıklar nelerdir?
2. Bu teknolojik yenilik ve kolaylıklar daha nitelikli bir eğitim süreci için okullarda nasıl değerlendirilebilir?
3. Bunlar arasından özellikle hangileri okullarda öğrenci iyi oluşunun desteklenmesi bağlamında değerlendirilebilir?
4. Okullarda öğrencilerin dijital iyi oluşunu desteklemek ve yükseltmek için eğitim paydaşları (Milli Eğitim Bakanlığı, Üniversiteler, Eğitimciler) ne gibi adımlar atabileceği yönündeki önerileriniz nelerdir?

ÇALIŞTAY SONUÇLARI

A) Okullarda Dijitalleşmenin Öğrenci İyi Oluşuna Olumlu Etkileri

Dijitalleşme, öğrenci iyi oluşunu artıracak birçok fayda sunar. Bunlar arasında kişiselleştirilmiş öğrenme deneyimleri, geniş bir eğitim kaynaklarına erişim ve işbirlikçi ve etkileşimli öğrenme fırsatları bulunur. Dijital araçlar, farklı ihtiyaçlara sahip öğrencilere hitap ederek farklılaştırılmış öğretimi kolaylaştırabilir ve kapsayıcı eğitimi teşvik edebilir. Ayrıca, teknoloji, rehberlik ve destek hizmetleri için platformlar sağlayarak olumlu bir okul ortamına katkıda bulunabilir.

“Okullarda Dijitalleşmenin Öğrenci İyi Oluşuna Olumlu Etkileri” başlığı altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Kişiselleştirilmiş Öğrenme Deneyimi:

- Dijital araçlar ve platformlar, öğrencilerin bireysel öğrenme ihtiyaçlarına ve hızına göre özelleştirilmiş içerikler sunar. Bu sayede öğrenciler, kendi hızlarında ve ilgi alanlarına göre öğrenebilirler, bu da motivasyonu ve başarıyı artırır.

2. Erişilebilirlik ve Eşitlik:

- Dijital kaynaklar, öğrencilere coğrafi veya ekonomik farklılıklardan bağımsız olarak eşit eğitim fırsatları sunar. İnternet ve dijital cihazlarla eğitim materyallerine erişim, eğitimde fırsat eşitliğini artırır.

3. İnteraktif ve Katılımcı Öğrenme:

- Dijital araçlar, dersleri daha interaktif ve katılımcı hale getirir. Oyunlaştırma, simülasyonlar ve interaktif ders materyalleri, öğrencilerin öğrenme sürecine daha aktif katılımını sağlar ve ilgilerini canlı tutar.

4. Esneklik ve Zamandan Bağımsız Öğrenme:

- Dijital platformlar, öğrencilerin zamandan ve mekandan bağımsız olarak öğrenmelerini sağlar. Bu esneklik, öğrencilerin kendi programlarına uygun şekilde çalışabilmelerine ve öğrenme sürelerini daha verimli kullanmalarına olanak tanır.

5. İşbirliği ve İletişim:

- Dijital araçlar, öğrenciler arasında işbirliğini ve iletişimi artırır. Online forumlar, grup projeleri ve ortak çalışma platformları, öğrencilerin birlikte çalışmasını ve birbirlerinden öğrenmesini destekler.

6. Duygusal Destek ve Ruh Sağlığı:

- Dijitalleşme, öğrencilere ruh sağlığı ve duygusal destek sağlayan kaynaklara erişim imkanı sunar. Online danışmanlık hizmetleri, mental sağlık uygulamaları ve destek grupları, öğrencilerin stresle başa çıkmalarına ve genel iyi oluşlarını artırmalarına yardımcı olabilir.

7. Fiziksel Sağlık:

- Fiziksel aktiviteyi teşvik eden dijital uygulamalar ve oyunlar, öğrencilerin fiziksel sağlıklarını korumalarına yardımcı olabilir. Örneğin, hareketi teşvik eden eğitim uygulamaları veya online spor dersleri, öğrencilerin aktif kalmalarını sağlar.

8. Geri Bildirim ve İlerleme Takibi:

- Dijital platformlar, öğrencilere anlık geri bildirim ve ilerleme raporları sunarak, kendilerini değerlendirmelerine ve gelişimlerini takip etmelerine olanak tanır. Bu geri bildirimler, öğrencilerin güçlü ve zayıf yönlerini fark etmelerine ve öğrenme stratejilerini buna göre ayarlamalarına yardımcı olur.

B) Okullarda Dijitalleşmenin Öğrenci İyi Oluşuna Olumsuz Etkileri

Yukarıda ifade edilen faydalarla birlikte, dijitalleşme, öğrenci iyi oluşuna yönelik birtakım güçlükleri de beraberinde getirir. Ekran bağımlılığı, siber zorbalık ve bilgi yüklemesi gibi sorunlar, öğrencilerin zihinsel ve duygusal sağlıklarını olumsuz etkileyebilir. Dijital cihazların aşırı kullanımı, göz yorgunluğu ve kötü duruş gibi fiziksel sağlık sorunlarına yol açabilir. Ayrıca, dijital uçurum hala önemli bir endişe kaynağıdır, çünkü tüm öğrenciler teknolojiye eşit erişime sahip değildir ve bu durum mevcut eşitsizlikleri daha da kötüleştirebilir.

“Okullarda Dijitalleşmenin Öğrenci İyi Oluşuna Olumsuz Etkileri” başlığı altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Aşırı Ekran Süresi

- **Fiziksel Sağlık Sorunları:** Uzun süre ekran başında kalmak göz yorgunluğuna, baş ağrısına, boyun ve sırt ağrılarına yol açabilir.
- **Uyku Bozuklukları:** Gece geç saatlerde ekran kullanımı melatonin üretimini etkileyerek uyku kalitesini düşürebilir.

2. Sosyal Medya Bağımlılığı

- **Duygusal ve Zihinsel Sağlık:** Sosyal medya bağımlılığı kaygı, depresyon ve stres seviyelerinin artmasına neden olabilir. Sürekli kıyaslama ve onay bekleme duygusal sağlık üzerinde olumsuz etkilere yol açabilir.
- **Siber Zorbalık:** İnternet üzerinden yapılan zorbalık ve taciz, ciddi duygusal ve zihinsel zararlara yol açabilir.

3. Bilgi Kirliliği ve Yanlış Bilgilendirme

- **Güvenilirlik Sorunları:** İnternet üzerinde yayılan yanlış bilgi ve sahte haberler, bireylerin doğru bilgiye erişimini zorlaştırabilir ve güvensizlik yaratabilir.
- **Karar Verme Zorlukları:** Bilgi kirliliği, bireylerin bilinçli ve sağlıklı kararlar almasını engelleyebilir.

4. Dijital Bağımlılık

- **Dikkat Dağınıklığı:** Sürekli bildirimler ve uyarılar, bireylerin dikkatlerini toplamasını ve verimli çalışmasını zorlaştırabilir.
- **Zaman Yönetimi Sorunları:** Dijital bağımlılık, zaman yönetimini zorlaştırarak günlük görevlerin ve sorumlulukların ihmal edilmesine neden olabilir.

5. Sosyal İzolasyon

- **Yüz Yüze Etkileşimin Azalması:** Dijital dünyaya aşırı odaklanma, yüz yüze sosyal etkileşimlerin azalmasına ve yalnızlık hissinin artmasına yol açabilir.
- **Gerçek İlişkilerin Zayıflaması:** Çevrimiçi ilişkiler, yüz yüze ilişkiler kadar derin ve anlamlı olmayabilir, bu da sosyal bağların zayıflamasına neden olabilir.

6. Mahremiyet ve Güvenlik Riskleri

- **Kişisel Verilerin İhlali:** Çevrimiçi platformlarda paylaşılan kişisel verilerin kötüye kullanımı ve gizlilik ihlalleri bireylerin mahremiyetini tehdit edebilir.
- **Siber Güvenlik Tehditleri:** Kimlik hırsızlığı, veri sızıntıları ve diğer siber saldırılar bireylerin dijital güvenliğini tehlikeye atabilir.

7. Fiziksel Hareketin Azalması

- **Sedanter Yaşam Tarzı:** Dijital cihazların aşırı kullanımı, fiziksel aktivitenin azalmasına ve sedanter bir yaşam tarzına yol açabilir, bu da obezite ve diğer sağlık sorunlarına neden olabilir.

8. Profesyonel ve Akademik Etkiler

- **Verimlilik ve Konsantrasyon:** Dijital dikkat dağınıcı unsurlar, iş ve akademik performansı olumsuz etkileyebilir.
- **Sınırların Belirsizleşmesi:** Çalışma saatlerinin uzaması ve iş-özel hayat dengesinin bozulması gibi sorunlar ortaya çıkabilir.

C) MEB'in, Okullarda Dijital İyi Oluşu Desteklemek ve Geliştirmek Bağlamında Atabileceği Adımlar

Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), okullarda dijital iyi oluşu desteklemede kilit bir rol oynamaktadır. MEB, dengeli teknoloji kullanımını teşvik eden politikalar uygulayabilir, öğretmenlere dijital okuryazarlık ve iyi oluş konusunda eğitimler sağlayabilir ve dijital kaynakların tüm öğrencilere erişilebilir olmasını sağlayabilir. Dijitalleşmenin olası zararlarından öğrencileri korumak için güvenli ve sağlıklı dijital uygulamalar için kapsamlı kılavuzlar geliştirmek önemlidir. Bu başlık altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Müfredat Geliştirme

- **Dijital İyi Oluş Modülleri:** Dijital iyi oluşu teşvik eden özel ders modülleri geliştirerek, öğrencilere dijital dünyada sağlıklı alışkanlıklar kazandırmak.
- **Dijital Eğitim Becerileri:** Öğrencilere dijital cihazları etkin bir şekilde kullanma becerileri kazandırmak için müfredatta dijital eğitim bileşenlerine daha fazla yer vermek.

2. Öğretmen Eğitimi ve Destek

- **Dijital İyi Oluş Eğitim Programları:** Öğretmenlere dijital iyi oluş konusunda eğitim programları sağlamak ve bu konuda bilinçlenmelerini sağlamak.
- **Dijital Eğitim Kaynakları:** Öğretmenlere dijital iyi oluşu destekleyen kaynakları sunmak ve bu kaynaklara erişimlerini kolaylaştırmak.

3. Okul Ortamlarının Düzenlenmesi

- **Teknoloji Kullanımı Politikaları:** Okullarda dijital teknolojilerin kullanımını düzenleyen politikaları oluşturmak ve bu politikaların uygulanmasını sağlamak.
- **Ergonomik Çalışma Alanları:** Öğrencilere ergonomik çalışma alanları sağlamak ve bilgisayar kullanımı sırasında fiziksel sağlıklarını korumalarına yardımcı olmak.

4. Dijital Güvenlik ve Mahremiyet

- **Güvenlik Eğitimleri:** Öğrencilere çevrimiçi güvenlik ve mahremiyet konularında eğitimler vermek ve güvenli internet kullanımı konusunda farkındalık yaratmak.
- **Güvenlik Politikaları:** Okullarda dijital güvenlik politikalarının oluşturulmasına liderlik etmek ve bu politikaların etkin bir şekilde uygulanmasını sağlamak.

5. Dijital İyi Oluş Araştırmaları

- **Araştırma ve İncelemeler:** Dijital iyioluş alanında araştırmalar yapmak ve bu araştırmaların sonuçlarını değerlendirmek.
- **Veri Toplama ve Analiz:** Öğrencilerin dijital alışkanlıklarını ve dijital iyioluş seviyelerini değerlendirecek veri toplama ve analiz çalışmaları yapmak.

6. Toplumsal Farkındalık ve Kampanyalar

- **Kampanyalar ve Etkinlikler:** Dijital iyioluşu teşvik eden kampanyalar düzenlemek ve toplumsal farkındalığı artırmak için etkinlikler düzenlemek.
- **Aile Katılımı:** Aileleri dijital iyioluş konusunda bilgilendirmek ve ebeveynlerin çocuklarının dijital alışkanlıklarını yönetmelerine yardımcı olmak için etkinlikler düzenlemek.

7. Yenilikçi Teknolojiler ve Uygulamalar

- **Dijital Eğitim Araçları:** Öğrencilerin dijital dünyada sağlıklı bir denge kurmalarını destekleyecek yenilikçi dijital eğitim araçları ve uygulamalar geliştirmek.
- **Özel Programlar ve Projeler:** Dijital iyi oluşu desteklemek için özel programlar ve projeler oluşturmak ve uygulamak.

8. Siber Zorbalık ve Dijital Etik Eğitimi

- **Siber Zorbalıkla Mücadele:** Öğrencilere siber zorbalıkla başa çıkma becerileri kazandırmak ve siber zorbalıkla mücadele stratejileri öğretmek.
- **Dijital Etik Eğitimi:** Öğrencilere dijital dünyada etik davranışlar sergilemeyi öğretmek ve dijital etik konusunda farkındalık yaratmak.

9. Esnek ve Etkileşimli Öğrenme Ortamları

- **Blended Learning (Harmanlanmış Öğrenme):** Dijital ve yüz yüze öğrenmeyi harmanlayan eğitim modelleri geliştirerek, öğrencilerin esnek ve çeşitli öğrenme deneyimleri yaşamasını sağlamak.
- **İnteraktif Ders Materyalleri:** Öğrencilerin ilgisini çekecek ve aktif katılımını sağlayacak interaktif dijital ders materyalleri ve uygulamaları geliştirmek.

D) Üniversitelerin Okullarda Dijital İyi Oluşu Desteklemek ve Geliştirmek Bağlamında Atabilecekleri Adımlar

Üniversiteler, dijital iyi oluş üzerine araştırmalar yaparak, kanıta dayalı müdahaleler geliştirerek ve eğitimciler için mesleki gelişim programları sunarak katkıda bulunabilirler. Okullarla işbirliği yaparak dijital iyi oluş müfredatını oluşturmak ve uygulamak, araştırma ve uygulama arasındaki boşluğu kapatmaya yardımcı olabilir. Üniversiteler ayrıca, yeni dijital araçlar ve stratejiler geliştirerek öğrenci iyi oluşunu artırmada yenilik merkezleri olarak hizmet edebilirler. Bu başlık altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Eğitim ve Farkındalık Programları

- **Seminerler ve Atölyeler:** Dijital iyi oluş, dijital detoks, siber zorbalık ve dijital bağımlılık gibi konularda öğrencilere yönelik seminerler ve atölyeler düzenlemek.
- **Müfredat Entegrasyonu:** Dijital iyi oluş konularını ders programlarına entegre ederek öğrencilere bu konuda bilgi ve beceri kazandırmak.

2. Destek Hizmetleri

- **Danışmanlık ve Rehberlik:** Öğrencilere dijital iyi oluş, stres yönetimi ve zaman yönetimi konularında danışmanlık hizmetleri sunmak.
- **Mental Sağlık Hizmetleri:** Üniversite içinde erişilebilir psikolojik danışmanlık ve destek hizmetleri sağlamak.

3. Teknoloji ve Araçların Sağlanması

- **Ergonomik Çalışma Alanları:** Öğrencilere ergonomik çalışma alanları sunarak fiziksel sağlıklarını korumalarına yardımcı olmak.
- **Dijital İyi Oluş Uygulamaları:** Üniversite tarafından önerilen veya sağlanan dijital iyi oluş uygulamaları ile öğrencilerin dijital cihaz kullanımını yönetmelerine yardımcı olmak.

4. Politika ve Yönetmelikler

- **Dijital Kullanım Politikaları:** Öğrencilerin dijital cihaz kullanımını düzenleyen ve sağlıklı kullanım alışkanlıklarını teşvik eden politikalar geliştirmek.
- **Veri Güvenliği ve Mahremiyet:** Öğrencilerin dijital güvenliğini ve mahremiyetini korumak için sıkı veri güvenliği politikaları uygulamak.

5. Topluluk ve Sosyal Etkinlikler

- **Sosyal Bağlantılar:** Öğrencilerin yüz yüze etkileşimlerini artıracak sosyal etkinlikler ve kulüpler düzenlemek.
- **Dijital Detoks Günleri:** Öğrencilerin dijital cihazlardan uzaklaşarak sosyal etkinliklere katılmalarını teşvik eden dijital detoks günleri organize etmek.

6. Araştırma ve Geliştirme

- **Dijital İyi Oluş Araştırmaları:** Dijital iyi oluş alanında araştırmalar yaparak bu konudaki bilgi birikimini artırmak ve bulguları paylaşmak.
- **Yeni Teknolojiler:** Dijital iyi oluşu destekleyecek yeni teknolojiler ve uygulamalar geliştirmek için projeler yürütmek.

7. Fiziksel Aktivite ve Sağlıklı Yaşamı Teşvik

- **Spor ve Egzersiz Olanakları:** Öğrencilere çeşitli spor ve egzersiz olanakları sunarak fiziksel sağlığı teşvik etmek.
- **Beslenme Programları:** Sağlıklı beslenme alışkanlıklarını destekleyen programlar ve sağlıklı yiyecek seçenekleri sunmak.

8. Uyku ve Dinlenme

- **Uyku Eğitim Programları:** Öğrencilere uyku düzeni ve kalitesini artırmaya yönelik eğitimler vermek.
- **Dinlenme Alanları:** Kampüs içinde sessiz ve rahat dinlenme alanları sağlamak.

9. İş ve Eğitim Dengesini Desteklemek

- **Esnek Çalışma ve Öğrenme Modelleri:** Öğrencilerin ders ve çalışma yükünü dengelemelerine yardımcı olacak esnek çalışma ve öğrenme modelleri sunmak.
- **Staj ve İş Deneyimleri:** Öğrencilerin kariyerleri için gerekli deneyimi kazanmalarını sağlayacak fırsatlar sunarken dijital iyilişlerini korumalarına yardımcı olmak.

10. Geri Bildirim ve Sürekli İyileştirme

- **Öğrenci Anketleri ve Geri Bildirim:** Öğrencilerin dijital iyiliş konusundaki ihtiyaçlarını anlamak ve bu ihtiyaçlara yönelik sürekli iyileştirmeler yapmak için düzenli anketler ve geri bildirim mekanizmaları oluşturmak.

E) Öğretmenlerin Okullarda Dijital İyi Oluşu Desteklemek ve Geliştirmek Bağlamında Atabilecekleri Adımlar

Öğretmenler, sınıflarda dijital iyi oluş uygulamalarını hayata geçirme konusunda ön saflarda yer almaktadırlar. Dijital vatandaşlık eğitimini derslerine entegre ederek, öğrencilere teknolojiyi sorumlu ve sağlıklı bir şekilde kullanmayı öğretebilirler. Dengeli dijital davranışları modelleyerek ve iyi oluşu ön planda tutan bir sınıf ortamı oluşturarak, öğretmenler, öğrencilerinin teknoloji kullanımına yönelik tutumlarını ve alışkanlıklarını önemli ölçüde etkileyebilirler. Bu başlık altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Dijital Okuryazarlık Eğitimi

- **Eğitim Verme:** Öğrencilere dijital okuryazarlık konularında eğitim vermek. Bu eğitimler, güvenli internet kullanımı, veri gizliliği, çevrimiçi etik ve siber zorbalıkla başa çıkma konularını içerebilir.
- **Kaynak Sağlama:** Öğrencilere güvenilir ve faydalı dijital kaynaklar sağlamak ve bu kaynakları nasıl kullanacaklarını öğretmek.

2. Dijital Kullanım Politikaları Oluşturma

- **Net Kurallar Belirleme:** Sınıf içinde ve dışında dijital cihazların nasıl ve ne zaman kullanılacağına dair net kurallar koymak. Bu, dikkat dağınıklığını önlemek ve dijital cihazların amacına uygun kullanılmasını sağlamak için önemlidir.
- **Ekran Süresi Sınırları:** Öğrencilerin ekran süresini sınırlamak ve belirli aralıklarla dijital molalar vermelerini teşvik etmek.

3. Dijital ve Fiziksel Aktivite Dengesi

- **Dijital Molalar:** Öğrencilere düzenli aralıklarla dijital molalar vermek ve bu molalarda fiziksel aktiviteler veya sosyal etkileşimler teşvik etmek.
- **Fiziksel Aktiviteler Entegre Etme:** Ders programlarına fiziksel aktiviteler ve hareketi teşvik eden etkinlikler eklemek.

4. Siber Zorbalıkla Mücadele

- **Farkındalık Artırma:** Siber zorbalık konusunda öğrencileri bilinçlendirmek ve bu tür durumlarla nasıl başa çıkacaklarını öğretmek.
- **Destek Sağlama:** Siber zorbalık mağdurlarına destek olmak ve gerekli önlemleri almak.

5. Duygusal ve Psikolojik Destek

- **Açık İletişim:** Öğrencilerle açık ve destekleyici bir iletişim kurarak, onların dijital dünyada karşılaştıkları zorlukları paylaşmalarını teşvik etmek.
- **Ruh Sağlığı Kaynakları:** Öğrencilere ruh sağlığı ile ilgili dijital kaynaklar ve destek hizmetleri hakkında bilgi vermek.

6. Dijital Kullanımda Örnek Olma

- **Rol Model Olma:** Öğretmenlerin dijital cihazları nasıl kullandığı konusunda öğrencilere iyi bir örnek olması. Dijital detoks ve sağlıklı dijital alışkanlıklar konusunda model oluşturmak.
- **Pozitif Dijital Kullanım:** Dijital araçları eğitim amaçlı etkili ve yaratıcı bir şekilde kullanarak, öğrencilere dijital araçların olumlu yönlerini göstermeyi amaçlamak.

7. Geri Bildirim ve İzleme

- **Düzenli Geri Bildirim:** Öğrencilere dijital çalışmalarında düzenli ve yapıcı geri bildirim vermek. Bu geri bildirimler, öğrencilerin dijital becerilerini geliştirmelerine ve dijital davranışlarını iyileştirmelerine yardımcı olabilir.
- **İlerleme Takibi:** Öğrencilerin dijital araçları nasıl kullandıklarını ve bu kullanımın akademik ve kişisel gelişimlerine olan etkilerini izlemek.

8. Dijital Projeler ve Yaratıcılık

- **Yaratıcı Dijital Projeler:** Öğrencilere yaratıcı dijital projeler ve görevler vererek, dijital becerilerini geliştirmelerini ve dijital dünyada pozitif içerik üretmelerini teşvik etmek.
- **İşbirliği ve Katılım:** Dijital platformlar aracılığıyla işbirlikçi projeler ve grup çalışmaları düzenleyerek, öğrencilerin dijital dünyada birlikte çalışma becerilerini geliştirmek.

9. Eğitim Teknolojilerini Entegre Etme

- **Etkili Araçlar Kullanma:** Eğitimde kullanılan dijital araçları ve platformları etkili bir şekilde entegre etmek. Bu, öğrencilerin dijital öğrenme materyallerine erişimini kolaylaştırır ve dijital eğitimi destekler.
- **Profesyonel Gelişim:** Öğretmenlerin dijital araçlar ve eğitim teknolojileri konusunda sürekli olarak kendilerini geliştirmeleri ve yeni teknolojilere uyum sağlamaları.

F) Dijital İyi Oluşu Olumlu Yönde Etkileyebilecek Çeşitli Araçlar, Gereçler ve Uygulamalar

Eğitim ortamlarında dijital iyi oluşu desteklemek için kullanılabilecek çok sayıda araç, gereç ve uygulama bulunmaktadır. Bunlar arasında farkındalık artırıcı eğitim uygulamaları, çevrimiçi mental sağlık destek platformları ve ekran süresi sırasında fiziksel aktivite molalarını teşvik eden yazılımlar bulunur. Bu kaynakların kullanılması, dijitalleşmenin olumsuz etkilerini azaltmaya ve öğrencilerin genel iyi oluşunu artırmaya yardımcı olabilir. Bu başlık altında dile getirilen görüşler aşağıda yer alan alt başlıklar altında ele alınarak özetlenmiştir:

1. Zaman Yönetimi ve Dijital Detoks Uygulamaları

- **Forest:** Kullanıcıların odaklanmasına yardımcı olan bir uygulama. Kullanıcılar belirli bir süre boyunca telefonlarını kullanmadıklarında sanal bir ağaç büyütürler.
- **Moment:** Kullanıcıların ekran süresini takip etmelerine ve dijital detoks yapmalarına yardımcı olan bir uygulama.
- **Offtime:** Kullanıcıların dikkatlerini dağıtan uygulamaları ve bildirimleri geçici olarak engelleyerek odaklanmalarını sağlar.

2. Zihinsel Sağlık ve Meditasyon Uygulamaları

- **Headspace:** Meditasyon ve mindfulness egzersizleri sunarak zihinsel sağlığı destekler.
- **Calm:** Meditasyon, uyku hikayeleri ve rahatlatıcı sesler gibi çeşitli özelliklerle stresi azaltmaya yardımcı olur.
- **Insight Timer:** Farklı meditasyon tekniklerini ve rehberli meditasyon seanslarını içeren bir uygulama.

3. Fiziksel Aktivite ve Sağlık İzleme Araçları

- **Fitbit:** Fiziksel aktivite, uyku düzeni ve kalp atış hızı gibi sağlık verilerini izleyerek sağlıklı yaşamı teşvik eder.
- **Apple Health:** Kullanıcıların sağlık ve fitness verilerini toplar ve analiz eder.
- **Google Fit:** Kullanıcıların günlük aktivitelerini takip etmelerine ve sağlık hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olur.

4. Uyku Kalitesi İzleme Uygulamaları

- **Sleep Cycle:** Kullanıcıların uyku düzenlerini izler ve uyandırmak için en uygun zamanı belirler.
- **Pillow:** Uyku analizi yaparak uyku kalitesini artırmaya yönelik önerilerde bulunur.
- **Calm:** Uyku hikayeleri ve rahatlatıcı sesler ile uyku kalitesini artırmaya yardımcı olur.

5. Dijital Güvenlik ve Mahremiyet Araçları

- **1Password:** Güvenli şifre yönetimi sağlayarak dijital güvenliği artırır.
- **NordVPN:** İnternet üzerindeki kişisel verileri korumak için VPN hizmeti sunar.
- **DuckDuckGo:** Kullanıcıların gizliliğini koruyan bir arama motoru.

6. Sosyal Medya Yönetim Araçları

- **Freedom:** Belirli web sitelerini ve uygulamaları geçici olarak engelleyerek odaklanmayı artırır.
- **StayFocusd:** Tarayıcı üzerinde zaman kaybettiren siteleri sınırlayan bir eklenti.
- **RescueTime:** Kullanıcıların internet ve uygulama kullanımını izleyerek üretkenliği artırmaya yardımcı olur.

7. Eğitim ve Kişisel Gelişim Uygulamaları

- **Coursera:** Çevrimiçi kurslar sunarak sürekli öğrenmeyi teşvik eder.
- **Duolingo:** Dil öğrenme sürecini eğlenceli ve etkili hale getiren bir uygulama.
- **Khan Academy:** Çeşitli konularda ücretsiz eğitim materyalleri sunar.

8. Ergonomi ve Fiziksel Sağlık Araçları

- **DeskTime:** Kullanıcıların bilgisayar başında ne kadar zaman geçirdiğini ve ne kadar süre ara verdiğini izler.
- **Stretchly:** Kullanıcılara düzenli molalar ve esneme egzersizleri hatırlatmaları gönderir.

ÇALIŞTAY SONUÇLARINA İLİŞKİN DEĞERLENDİRME

Çalıştay 31 Mayıs 2024 tarihinde alan uzmanı, eğitimci, ve üniversitelerden katılımcıların katkılarıyla gerçekleşmiştir. Çalıştay kapsamında;

- Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumlu etkileri
- Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumsuz etkileri
- MEB'in, okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabileceği adımlar
- Üniversitelerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar
- Öğretmenlerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar
- Dijital iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilecek çeşitli araçlar, gereçler ve uygulamalar alt başlıkları ele alınmıştır.

Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumlu etkileri alt başlığı altında, kişiselleştirilmiş öğrenme deneyimi, erişilebilirlik ve eşitlik, interaktif ve katılımcı öğrenme, esneklik ve zamandan bağımsız öğrenme, işbirliği ve iletişim, duygusal destek ve ruh sağlığı, fiziksel sağlık, geri bildirim ve ilerleme takibi konuları ele alınarak, bunların olumlu katkıları vurgulanmıştır. Bu bağlamda teknolojinin sağladığı kolaylık ve getirdiği destekleyici uygulamaların okullarda kullanılması, bu kapsamda öğretmenlerin ve yöneticilerin hizmet içi eğitim alarak bunların uygulayabilir, bu kolaylıklardan faydalanabilir niteliğe ulaşmalarının önemi vurgulanabilir.

Okullarda dijitalleşmenin öğrenci iyi oluşuna olumsuz etkileri alt başlığı altında, aşırı ekran süresi kullanımı ve bunun getirileri, duygusal ve zihinsel sağlığa olumsuz etkiler, sosyal medya kullanımının yol açtığı olumsuz durumlar, bilgi kirliliği ve yanlış bilgilendirme, dijital bağımlılık, sosyal izolasyon, mahremiyet ve güvenlik riskleri, sedanter (hareketsiz) yaşam tarzı ve olumsuz getirileri, profesyonel ve akademik etkiler bağlamında konsantrasyon problemleri-verimliliğin düşmesi, çalışma saatlerinin uzaması ve belirsizleşmesi ve bunun getirilerine yönelik konular ele alınmıştır. Bu olumsuz durumların okullar bağlamında ele alınarak, önüne geçilmesi ya da mümkün mertebe azaltılması yönünde çalışmalar yürütülmesinin önemi ifade edilebilir.

MEB'in, okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabileceği adımlar alt başlığı altında, öğrencilerin dijital dünyada sağlıklı alışkanlıklar kazanmalarına yönelik dijital iyi oluş modülleri, dijital cihazları ve programları etkin kullanmaya yönelik beceri kazandırmak amaçlı eğitimler ve bu kapsamda müfredat çalışmaları özellikle vurgulanmıştır. Bu kapsamda öğretmen eğitimi ve okul ortamlarının düzenlenmesi de anlamlı kazanımlar için bir gerekliliktir. Dijital güvenlik ve mahremiyet, siber zorbalık ve mahremiyet

eğitimi de bu kapsamda ayrıca ele alınmalıdır. Bununla birlikte dijital iyi oluş araştırmalarının geleceğe yönelik olarak gerekliliklerin ve atılacak adımların belirlenmesi, doğru adımların atılabilmesi için teşvik edilmesi gerekmekte, araştırmacılarla işbirliği yapılmasına, niversite-bakanlık işbirliklerine önem verilmesi gerekmektedir. Toplumsal iyi oluşu desteklemek adına farkındalık çalışmaları, kampanyalar, etkinlikler, aile katılımının teşvik edilmesi günümüzde bir ihtiyaç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda ifade edilecek bir diğer nokta ise, yenilikçi teknolojiler ve uygulamalar ve günümüz ihtiyaçlarına uygun esnek ve etkileşimli öğrenme ortamlarıdır.

Üniversitelerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar alt başlığı altında, topluma katkı çalışmaları bağlamında eğitim ve farkındalık programları, destek hizmetler, öğrencilere teknoloji ve araçların sağlanması suretiyle günümüz ihtiyaçlarına uygun mezunların verilmesinin hedeflenmesi, günümüz ihtiyaçları bağlamında politika ve yönetmeliklerin geliştirilmesi yönünde katkı sunmak, dijital iyi oluşu desteklemek bağlamında topluma yol gösterici topluluk ve sosyal etkinlikler planlamak, AR-GE alışmaları yürütmek, Etkin dinlenme alışkanlıkları geliştirilmesi bağlamında destek sunmak, İş ve eğitim dengesini destekleyici modeller geliştirmek ve uygulamak, geri bildirimler alarak sürekli iyileştirme çalışmaları gerçekleştirmek bileşenleri vurgulanmıştır.

Öğretmenlerin okullarda dijital iyi oluşu desteklemek ve geliştirmek bağlamında atabilecekleri adımlar alt başlığı altında, dijital okur yazarlık eğitimi, sınıf içi ve okul kapsamında dijital kullanım politikaları oluşturmak, fiziksel aktivite dengesini ön planda tutmak, siber zorbalık konusunda ğrenci farkındalığının desteklenmesine yönelik çalışmalar yürütmek, olumlu örnek olabilmek, yaratıcı dijital projeler ve görevler vererek ğrenci katılımını desteklemek ve olumlu kazanımlar elde etmelerini hedeflemek, öğrenciler için duygusal ve psikolojik destek imkanları sunmak ya da mevcut imkanlar konusunda bilgilendirme yapmak, eğitime teknolojiyi entegre etme ve geri bildirim ve izleme çalışmaları vurgulanmış ve bunların önemi dile getirilmiştir.

Dijital iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilecek çeşitli araçlar, gereçler ve uygulamalar alt başlığı altında, zaman yönetimi ve dijital detoksa yönelik uygulamalar, zihinsel sağlık ve meditasyona yönelik uygulamalar, fiziksel aktivite ve sağlık izleme araçları, uyku kalitesi izleme kapsamında uygulamalar, dijital güvenlik ve mahremiyet araçları, sosyal medya yönetim araçları, eğitim ve kişisel gelişime yönelik uygulamalar, ergonomi ve fiziksel sağlık araçları kapsamında öneriler sunulmuş, etkili olabilecek program, uygulama ve araçlar bağlamında örnekler dile getirilmiştir. Etkili olabilecek program, uygulama ve araçların kullanımı konusunda eğitimler verilmesi, özellikle yönetici, ğretmen, akademisyen, milli eğitim bakanlığı personeli, alan uzmanları gibi anahtar kişilerin bu konuda bilgi sahibi olması, öğrencilerin yaşlarına uygun, yaşam kalitelerini ve eğitim kalitelerini arttıracak uygulamalarla tanıştırılması ve olumsuzluk içeren unsurların yaşamlarında oluşturabilecek tehdit ve olumsuzluklar konusunda farkındalık sahibi olmalarına yönelik çalışmalar nitelikli gelecek açısından kaçınılmaz gereklilikler olarak ifade edilebilir.

DİJİTALLEŞME VE İYİ OLUŞ: YENİLİKLERİ NİTELİK İÇİN YAŞAMA ADAPTE ETME YOLUNDA İLERLEMELER KAPSAMINDA DEĞERLENDİRME VE ÖNERİLER ÇALIŞTAYI KATILIMCI LİSTESİ

Moderatörler: Doç. Dr. Sezer Kanbul- Yrd. Doç. Dr. Buse Erzeybek Şemi

Koordinatör: Uzm. Başak Eser

Raportör: Uzm. Pelin Gür

KATILIMCI ADI	TEMSİL ETTİĞİ KURUM
Prof. Dr. Yağmur Çerkez	Yakın Doğu Üniversitesi
Doç. Dr. Halil Kamışlı	Hakkari Üniversitesi
Doç. Dr. Mehtap Köse Ulukök	Kıbrıs İlim Üniversitesi
Yrd. Doç. Dr. Şahin Akdağ	Yakın Doğu Üniversitesi
Yrd. Doç. Dr. Belgin Parlakyıldız	Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Uzm. Uğurcan Taşdelen	Uluslararası Fındık Üniversitesi
Uzm. Zöhre Serttaş	Yakın Doğu Üniversitesi
Uzm. Elanur Kınık Kanbul	Yakın Doğu Üniversitesi
Uzm. Elif Öykü Akın	Kıbrıs İlim Üniversitesi
Uzm. Ruma Rafiq	Kıbrıs İlim Üniversitesi
Uzm. İrfan Sarıyıldız	Kıbrıs İlim Üniversitesi
Sevkat Sıtkı Eres	Yakın Doğu Üniversitesi
Gülay Aksoy	MEB
Nilüfer Gülşen	MEB
Belkıs Kutlar Yolak	MEB
Lyazzat Bingöl	MEB
Behiye Yıldız	MEB
Fatih Bülbül	MEB
Emirali Evcimen	MEB
Birke Karaderi	MEB
Esmâ İnceci	MEB
Tuğba Genç	MEB
Vedia Eşe	Yakın Doğu Üniversitesi
Sinan Kudret	MEB
Hakan Bağmen	MEB