



T.C.
YENİŞEHİR KAYMAKAMLIĞI
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-84994148-605.01-95045742
Konu : Araştırma Uygulama İzin Talebi

23.01.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğünün 19.01.2024 tarih ve 94732966 sayılı yazısı

Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğünün "*Araştırma Uygulama İzin Talebi*" ile ilgili yazısı ekte gönderilmiş olup, konu hakkında, ilgi yazı doğrultusunda gerekli iş ve işlemlerin yapılması hususunda; Gereğini bilgilerinize rica ederim.

İbrahim YILMAZ
Müdür a.
Şube Müdürü

Ek: İlgi yazı ve ekleri (4 Sayfa)

Dağıtım:
Resmi/Özel Okul ve Kurum Müdürlüklerine
Bilgi İşlem ve Eğitim Teknolojileri Birimi

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Güvenciler Mah. 1. Cd No:118/A Yenişehir/MERSİN

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 324-3254325(26)-124

E-Posta:

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bilgi için: Selver TALAY

Unvan : Teknisyen

İnternet Adresi: Faks:

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 7725-d97a-3e60-a485-e0ad kodu ile teyit edilebilir.





T.C.
MERSİN VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-34776202-605.01-94732966
Konu : Araştırma Uygulama İzin Talebi

19.01.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Millî Eğitim Bakanlığı Personel Genel Müdürlüğünün 17.01.2024 tarih ve 94555987 sayılı yazısı.

Millî Eğitim Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanlığının "*Araştırma Uygulama İzin Talebi*" ile ilgili yazısı ekte gönderilmiş olup, konu hakkında ilgi yazı doğrultusunda gerekli iş ve işlemlerin yapılması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Fazilet DURMUŞ
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek : Bakanlık Yazısı ve Ekleri (12 Sayfa)

Dağıtım:
13 İlçe Kaymakamlığına
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Dumlupınar mah.GMK. Blv. Yenişehir/Mersin

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (324) 329 14 81
E-Posta: istatistik33@meb.gov.tr
Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bilgi için: Murat ORAKÇI (ŞEF)
Unvan : Büro Hizmetleri
İnternet Adresi: Faks:3243273518

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden e426-242a-3d1f-a402-c7e3 kodu ile teyit edilebilir.





Sayı : E-49614598-605.01-94555987

17.01.2024

Konu : Araştırma Uygulama İzni

DAĞITIM YERLERİNE

- İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21/01/2020 tarihli ve 81576613-10.06.02-E.1563890 sayılı yazısı (Genelge No:2020/2).
b) Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu'nun 05.12.2023 tarihli ve E-34817124-000-73985 sayılı yazısı

Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumunun Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi işbirliğinde "Ergenlerde Siber Sağlık Farkındalığı ile Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi" konulu çalışmaya veri sağlamak amacıyla anket çalışması yapma izin talebine ilişkin olarak İlgi (b) yazı ve ekleri incelenmiştir.

Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumunca, bünyesinde toplumu internetin risklerinden korumak, daha güvenilir, etkin ve bilinçli internet kullanımı noktasında çocukları, gençleri ve aileleri bilgilendirmek ve yaşanan problemlere çözümler sunmak amacıyla Güvenli İnternet Merkezinin kurulduğu belirtilerek, bu merkezin üniversiteler ve sivil toplum kuruluşlarıyla işbirliği içinde internetin bilinçli ve güvenli kullanımına yönelik ortak çalışmalar yürütüldüğü ve bu çalışmalardan birinde de internetin farklı konu başlıklarında ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri ile öğretmen ve ebeveynlere yönelik saha çalışmaları gerçekleştirmek olduğu ifade edilmiştir.

Bu kapsamda; Bakanlığımıza bağlı resmi/özel okul ve kurumlarda öğrencilerin katılımıyla yapılması planlanan uygulamanın denetimi il/ilçe millî eğitim müdürlükleri ve okul/kurum idaresinde olmak üzere, kurum faaliyetlerini aksatmadan, gönüllülük esasına göre; onaylı bir örneği Bakanlığımızda muhafaza edilen ve uygulama sırasında da mühürlü ve imzalı örnekten çoğaltılan, veri toplama araçlarının <http://meb.ai/2UP3y7> adresinden online olarak uygulanmasına ilgi (a) Genelge doğrultusunda izin verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

Ercan TÜRK
Bakan a.
Strateji Geliştirme Başkanı

Ek:

1-Onaylı Veri Toplama Araçları (9 Sayfa)

2-Ayşe Başvurusu (3 Sayfa)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : MEB Atatürk Bulvarı No:98 Bakanlıklar/ANKARA

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (312) 413 55 98

E-Posta: sgb_arastirmaiznleri@meb.gov.tr

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bilgi için: Muhammed TURŞAK

Unvan : Şube Müdürü

İnternet Adresi: www.meb.gov.tr

Faks:3124186401

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden b2b1-393e-3928-bb00-ae61 kodu ile teyit edilebilir.



Dağıtım:
Gereği:
B Planı

Bilgi:
Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumuna

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : MEB Atatürk Bulvarı No:98 Bakanlıklar/ANKARA

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (312) 413 55 98

E-Posta: sgb_arastirmaizimleri@meb.gov.tr

İnternet Adresi: www.meb.gov.tr

Bilgi için: Muhammed TURŞAK

Unvan : Şube Müdürü

Faks:3124186401

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden **b2b1-393e-3928-bb00-ae61** kodu ile teyit edilebilir.





Ek-1

Ek

Bilgi Teknolojileri ve İletişim KurumuNE

04/12/2023

BAŞVURU NO	202312042192184458
KURUM ADI	Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu
BAŞVURAN ADI SOYADI	ŞAHİN BAYZAN
BAŞVURAN TC KİMLİK NUMARASI	
KONU	Ergenlerde Siber Sağlık Farkındalığı ile Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi
ARAŞTIRMA TÜRÜ	Makale/Araştırma
ÖRNEKLEM GRUBU	Öğrenci,
KAPSAMI	Okul/Kurum,
İLLER	TÜRKİYE GENELİ ADANA ADİYAMAN AFYONKARAHİSAR AĞRI AMASYA ANKARA ANTALYA ARTVİN AYDIN BALIKESİR BİLECİK BİNGÖL BİTLİS BOLU BURDUR BURSA ÇANAKKALE ÇANKIRI ÇORUM DENİZLİ DİYARBAKIR EDİRNE ELAZIĞ ERZİNCAN ERZURUM ESKİŞEHİR GAZİANTEP GİRESUN GÜMÜŞHANE HAKKARİ HATAY



ISPARTA
MERSİN
İSTANBUL
İZMİR
KARS
KASTAMONU
KAYSERİ
KIRKLARELİ
KİRŞEHİR
KOCAELİ
KONYA
KÜTAHYA
MALATYA
MANİSA
KAHRAMANMARAŞ
MARDİN
MUĞLA
MUŞ
NEVŞEHİR
NİĞDE
ORDU
RİZE
SAKARYA
SAMSUN
SİİRT
SINOP
SİVAS
TEKİRDAĞ
TOKAT
TRABZON
TUNCELİ
ŞANLIURFA
UŞAK
VAN
YOZGAT
ZONGULDAK
AKSARAY
BAYBURT
KARAMAN
KIRIKKALE
BATMAN
ŞIRNAK
BARTIN
ARDAHAN
İĞDIR
YALOVA
KARABÜK
KİLİS
OSMANİYE
DÜZCE



KURUM TÜRLERİ	Özel Ortaokul, Resmi Ortaokul, Resmi Yatılı Bölge Ortaokulu, Resmi İmam - Hatip Ortaokulu, Açık Öğretim Ortaokulu,
İLETİŞİM BİLGİLERİ	Adres: Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu Eskişehir Yolu 10. Km No: 276 Posta Kodu: 06530 Çankaya/Ankara- Telefon: (535) 811-1672- Eposta: sahin.bayzan@btk.gov.tr

Yukarıda bilgiler kapsamında gerekli izinlerin verilmesi hususunda gereğini bilgilerinize arz ederim.

Ek listesi

Araştırma Önerisi
Veli Onam Formu
Veri toplama araçları


İmza
ŞAHİN BAYZAN

Dilekçeyi ekleri ile birlikte STRATEJİ GELİŞTİRME BAŞKANLIĞINA ulaştırınız. (Bilgi için: yegitek@meb.gov.tr)



Ek-4

Ek

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, “Ergenlerde Siber Sağlık Farkındalığı ile Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi” adıyla, 15.11.2023-15.06.2024 tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: İnternet kullanımı her ne kadar günlük yaşamı kolaylaştırırsa da bilinçsiz ve kötüye kullanımı özellikle ergenleri etkileyen önemli bir sorun olarak görülmektedir. İnternetin dezavantajlarına maruz kalmak ergenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları için risk oluşturabilmektedir. Bu araştırmanın amacını 6,7,8. Sınıf öğrencilerinin siber sağlık farkındalıkları ile yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin belirlenmesi oluşturmaktadır.

Araştırma Uygulaması: Anket şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

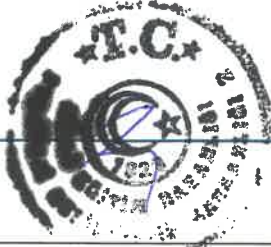
Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı : Dr. Şahin Bayzan – Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu

Dr. Dilek Uludaşdemir – Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

İletişim bilgileri: 05358111672 - 05545218526



KOD	ALT BÖLGE	İller	Örnekler..
TR1	İstanbul	İstanbul	1632
TR2	Batı Marmara	Tekirdağ, Edirne, Kırklareli, Balıkesir, Çanakkale	309
TR3	Ege	İzmir, Aydın, Denizli, Muğla, Manisa, Afyonkarahisar, Kütahya, Uşak	1001
TR4	Doğu Marmara	Bursa, Eskişehir, Bilecik, Kocaeli, Sakarya, Düzce, Bolu, Yalova	857
TR5	Batı Anadolu	Ankara, Konya, Karaman	872
TR6	Akdeniz	Antalya, Isparta, Burdur, Adana, Mersin, Hatay, Kahramanmaraş, Osmaniye	1369
TR7	Orta Anadolu	Kırıkkale, Aksaray, Niğde, Nevşehir, Kırşehir, Kayseri, Sivas, Yozgat	460
TR8	Batı Karadeniz	Zonguldak, Karabük, Bartın, Kastamonu, Çankırı, Sinop, Samsun, Tokat, Çorum, Amasya	431
TR9	Doğu Karadeniz	Trabzon, Ordu, Giresun, Rize, Artvin, Gümüşhane	240
TRA	Kuzeydoğu Anadolu	Erzurum, Erzincan, Bayburt, Ağrı, Kars, Iğdır, Ardahan	289
TRB	Ortadoğu Anadolu	Malatya, Elazığ, Bingöl, Tunceli, Van, Muş, Bitlis, Hakkâri	552
TRC	Güneydoğu Anadolu	Gaziantep, Adıyaman, Kilis, Şanlıurfa, Diyarbakır, Mardin, Batman, Şırnak, Siirt	1576
Toplam (En az)			9588

Araştırmanın Veri Toplama Araçları:

Araştırmanın verileri öğrenciler için sosyodemografik özellikler veri toplama formu, Öğrenci Siber Sağlık Ölçekleri ve Adölesan Yaşam Biçim Ölçeği ile toplanacaktır.

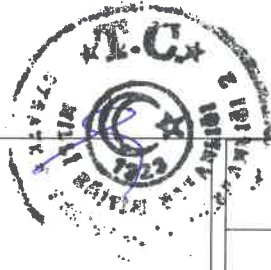
Sosyodemografik Özellikler Veri Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu formda öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi, aile gelir düzeyi, yaşadığı bölge, internette bir günde geçirdiği süreyi ve kullanma amacını, sosyal medya kullanma durumunu, internette oyun oynama durumunu sorgulayan 11 soru yer almaktadır.

Öğrenci Siber Sağlık Ölçekleri (ÖSSÖ): Ölçek, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencilerinin siber sağlık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Öz-bildirime dayalı 7 ayrı ölçekten, toplam 54 maddeden oluşan 4'lü Likert tipi bir ölçme aracı olan bu ölçek, Mihçı ve Kılıç-Çakmak tarafından 2017 yılında geliştirilmiştir (18). Geçerlik analizleri sonucunda, alt ölçeklerin toplam varyansı açıklama oranlarının sırasıyla İnternet bağımlılığı farkındalığı %40 (RMSEA=.059, GFI=.962, AGFI=.938, CFI=.964, NFI=.946,

**SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER VERİ TOPLAMA FORMU**

Bu çalışmada, “Ergenlerde Siber Sağlık Farkındalığı ile Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi” amaçlanmaktadır. Anket sorularına eksiksiz yanıt verilmesi ve verilen yanıtların doğruluğu, araştırmanın sonuçları açısından çok önemlidir. Anket için vereceğiniz tüm bilgiler gizli tutulacak ve yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Katılımınız için teşekkür ederiz.

Yaş																	
Cinsiyet	<input type="checkbox"/> Kız <input type="checkbox"/> Erkek																
Sınıf	<input type="checkbox"/> 6.sınıf <input type="checkbox"/> 7.sınıf <input type="checkbox"/> 8.sınıf																
Anne Eğitim Düzeyi	<input type="checkbox"/> İlköğretim (İlkokul/ortaokul) <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Master/Doktora																
Baba Eğitim Düzeyi	<input type="checkbox"/> İlköğretim (İlkokul/ortaokul) <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Master/Doktora																
Yaşadığınız Bölge	<table border="1"><tr><td><input type="checkbox"/> İstanbul</td><td>İstanbul</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Batı Marmara</td><td>Tekirdağ, Edirne, Kırklareli, Balıkesir, Çanakkale</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Ege</td><td>İzmir, Aydın, Denizli, Muğla, Manisa, Afyonkarahisar, Kütahya, Uşak</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Doğu Marmara</td><td>Bursa, Eskişehir, Bilecik, Kocaeli, Sakarya, Düzce, Bolu, Yalova</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Batı Anadolu</td><td>Ankara, Konya, Karaman</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Akdeniz</td><td>Antalya, Isparta, Burdur, Adana, Mersin, Hatay, Kahramanmaraş, Osmaniye</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Orta Anadolu</td><td>Kırıkkale, Aksaray, Niğde, Nevşehir, Kırşehir, Kayseri, Sivas, Yozgat</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/> Batı Karadeniz</td><td>Zonguldak, Karabük, Bartın, Kastamonu,</td></tr></table>	<input type="checkbox"/> İstanbul	İstanbul	<input type="checkbox"/> Batı Marmara	Tekirdağ, Edirne, Kırklareli, Balıkesir, Çanakkale	<input type="checkbox"/> Ege	İzmir, Aydın, Denizli, Muğla, Manisa, Afyonkarahisar, Kütahya, Uşak	<input type="checkbox"/> Doğu Marmara	Bursa, Eskişehir, Bilecik, Kocaeli, Sakarya, Düzce, Bolu, Yalova	<input type="checkbox"/> Batı Anadolu	Ankara, Konya, Karaman	<input type="checkbox"/> Akdeniz	Antalya, Isparta, Burdur, Adana, Mersin, Hatay, Kahramanmaraş, Osmaniye	<input type="checkbox"/> Orta Anadolu	Kırıkkale, Aksaray, Niğde, Nevşehir, Kırşehir, Kayseri, Sivas, Yozgat	<input type="checkbox"/> Batı Karadeniz	Zonguldak, Karabük, Bartın, Kastamonu,
<input type="checkbox"/> İstanbul	İstanbul																
<input type="checkbox"/> Batı Marmara	Tekirdağ, Edirne, Kırklareli, Balıkesir, Çanakkale																
<input type="checkbox"/> Ege	İzmir, Aydın, Denizli, Muğla, Manisa, Afyonkarahisar, Kütahya, Uşak																
<input type="checkbox"/> Doğu Marmara	Bursa, Eskişehir, Bilecik, Kocaeli, Sakarya, Düzce, Bolu, Yalova																
<input type="checkbox"/> Batı Anadolu	Ankara, Konya, Karaman																
<input type="checkbox"/> Akdeniz	Antalya, Isparta, Burdur, Adana, Mersin, Hatay, Kahramanmaraş, Osmaniye																
<input type="checkbox"/> Orta Anadolu	Kırıkkale, Aksaray, Niğde, Nevşehir, Kırşehir, Kayseri, Sivas, Yozgat																
<input type="checkbox"/> Batı Karadeniz	Zonguldak, Karabük, Bartın, Kastamonu,																



	<input type="checkbox"/> Doğu Karadeniz <input type="checkbox"/> Kuzeydoğu Anadolu <input type="checkbox"/> Ortadoğu Anadolu <input type="checkbox"/> Güneydoğu Anadolu <input type="checkbox"/>	Çankırı, Sinop, Samsun, Tokat, Çorum, Amasya Trabzon, Ordu, Giresun, Rize, Artvin, Gümüşhane Erzurum, Erzincan, Bayburt, Ağrı, Kars, Iğdır, Ardahan Malatya, Elazığ, Bingöl, Tunceli, Van, Muş, Bitlis, Hakkâri Gaziantep, Adıyaman, Kilis, Şanlıurfa, Diyarbakır, Mardin, Batman, Şırnak, Siirt
Aile Gelir Düzeyi	<input type="checkbox"/> Gelir giderden az <input type="checkbox"/> Gelir gidere eşit <input type="checkbox"/> Gelir giderden fazla	
Günlük internet kullanım süresiniz kaç dakika/saattir?		
İnternet kullanma amacı	<input type="checkbox"/> Sosyal medya kullanmak <input type="checkbox"/> Ödev/araştırma yapmak <input type="checkbox"/> Müzik dinlemek/Video izlemek <input type="checkbox"/> Oyun oynamak	
Sosyal medya hesabı kullanma	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
İnternette oyun oynar mısınız?	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	

**SİBER SAĞLIK FARKINDALIĞI ÖLÇEĞİ**

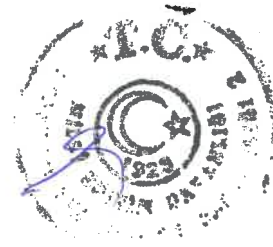
Değerli Katılımcı

Bu ölçek, ortaokul öğrencilerinin güvenli ve sorumlu internet kullanımına yönelik davranışları konusunda yapılan bir araştırma için bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu çalışmada toplanan bilgiler, yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Veriler topluca değerlendirileceğinden kimlik bilgilerinizin belli olmasını sağlayan herhangi bir soruya yer verilmemektedir.

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
İNTERNET BAĞIMLILIĞI					
1	Benim için internete girebilmek önemlidir.	1	2	3	4
2	İnternete girdiğimde kendimi mutlu hissederim.	1	2	3	4
3	İnternete girdiğimde kendimi enerji dolu hissederim.	1	2	3	4
4	Sürekli internete girmek isterim.	1	2	3	4
5	İnternette geçirdiğim süreyi ailemden ve öğretmenlerimden gizlerim.	1	2	3	4
6	İnternet yüzünden ailemle daha az zaman geçiririm	1	2	3	4
7	İnternet yüzünden arkadaşlarımla daha az zaman geçiririm.	1	2	3	4
8	İnternete girmek için daha az uyurum.	1	2	3	4
9	Başka işler yapmak istesem de kendimi yine internet başında bulurum.	1	2	3	4
10	İnternete girdiğimde yapmam gereken işleri unuturum.	1	2	3	4
11	İnternete girdiğimde sorunlarımı unuturum.	1	2	3	4
SİBER ZORBALIK					
1	İnternette fotoğraf ve bilgi paylaşırken kötü amaçlı kullanılabileceğini dikkate alırım.	1	2	3	4
2	İnternette başkalarının hesap bilgilerimi kullanarak arkadaşlarımla ilişkilerimi bozabileceğini dikkate alırım.	1	2	3	4
3	Kişilerin internette benimle ilgili söylentiler yayabileceğini dikkate alırım.	1	2	3	4
4	İnternette konuştuğum kişilerin bana sahte kimlik bilgileri verebileceğini göz önünde bulundururum.	1	2	3	4
5	İnternette bana karşı yapılan tehdit/hakaret/küfür içeren konuşmaları kapatırım.	1	2	3	4
6	İnternette bana kötü davranan (hakaret, küfür, dışlama, alay, taciz, tehdit vs...) birey/gruplardan uzaklaşıyorum.	1	2	3	4
7	İnternette birileri bana kötü davrandığında onları engellerim.	1	2	3	4
8	Bana yönelik tehdit/hakaret/küfür içerikli mesajları güvendiğim bir büyüğüme (aile, öğretmen gibi...) anlatırım.	1	2	3	4
ÇEVİRİMİÇİ NEZAKET					
1	Öfkeli olduğumda mesajlara veya e-postalara yanıt yazmaktan kaçınırım.	1	2	3	4
2	İletilerimde (e-posta, mesaj, paylaşım gibi) dilbilgisi ve yazım kurallarına dikkat ederim.	1	2	3	4
3	E-posta ve mesajlarımın anlaşılır olmasına özen gösteririm.	1	2	3	4
4	E-posta ve mesajlarımı kısa yazmayı tercih ederim.	1	2	3	4
5	E-posta ve mesajlarıma yanıt beklerken sabırlı olurum.	1	2	3	4
6	İnternet ortamındaki tartışmalarda sadece konu ile ilgili yorumlar yaparım.	1	2	3	4
7	E-posta ve mesajlarıma mümkün olduğunca hızlı yanıt yazarım.	1	2	3	4
8	İnternette sohbet ederken karşımdakinin iletisini yazmasını beklerim.	1	2	3	4
ÇEVİRİMİÇİ MAHREMİYET					
1	İnternette paylaşacağım kişisel bilgilerimi güvendiğim bir büyüğüme (ailem, öğretmenlerim gibi...) sorarım.	1	2	3	4



		Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
2	Sitelere üye olurken kayıt formundaki zorunlu alanları doldururum.	1	2	3	4
3	İnternette arkadaşlarıma ait fotoğraf / video / içeriği paylaşırken onlardan izin alırım.	1	2	3	4
4	İnternet hesaplarımdaki gizlilik ayarlarını nasıl yapacağımı güvendiğim bir büyüğüme (ailem, öğretmenlerim gibi...) sorarım.	1	2	3	4
UYGUNSUZ ÇEVİRİMİÇİ İÇERİK					
1	Sitedeki uygunsuz içerikleri emniyete/polise bildiririm.	1	2	3	4
2	Sitedeki uygunsuz içerikleri sitenin sorumlusuna bildiririm.	1	2	3	4
3	İnternetteki rahatsız edici afiş/resimleri güvendiğim bir büyüğüme (ailem, öğretmenlerim gibi...) gösteririm.	1	2	3	4
4	Uygunsuz sitelere girmekten kaçınırım.	1	2	3	4
5	Uygunsuz sitelerdeki bilgilere kuşkuyla yaklaşırım.	1	2	3	4
6	Gezindiğim sitelerin "biz kimiz" ya da "site hakkında" gibi bölümlerini incelerim.	1	2	3	4
7	İnternetteki şüphelendiğim bilgileri güvendiğim bir büyüğüme (ailem, öğretmenlerim gibi...) inceletirim.	1	2	3	4
ÇEVİRİMİÇİ GÜVENLİK					
1	Bilgisayarımın antivirüs programını kullanırım.	1	2	3	4
2	İnternetteki üyeliklerimde güçlü şifreler (en az 8 karakter büyük küçük harf sayı gibi) kullanırım.	1	2	3	4
3	İnternet ortamındaki üyelik şifrelerimi arkadaşlarımla paylaşırım.	1	2	3	4
4	Her üyeliğim (sosyal medya, e-posta, oyun vb.) için farklı şifre kullanırım.	1	2	3	4
5	Tanımadığım kişilerle internet ortamında iletişim kurarım.	1	2	3	4
6	İnternette tanıştığım kişilerle yüz yüze görüşmeye giderim.	1	2	3	4
7	İnternette tanıştığım insanlarla tanışmaya gitmeden önce güvendiğim bir büyüğüme (ailem, öğretmenlerim gibi...) sorarım.	1	2	3	4
8	İnternet ortamında gelen arkadaşlık tekliflerinin hepsini kabul ederim.	1	2	3	4
9	İnternet kullanırken gelen reklam içerikli pencerelere girerim.	1	2	3	4
10	Hediye kazandığımı bildiren e-postaları açarım.	1	2	3	4
11	Güvenli internet paketi kullanırım.	1	2	3	4

**ADOLESAN YAŞAM BİÇİMİ ÖLÇEĞİ**

Sevgili gençler,

Aşağıdaki ölçek sizlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarınızı ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Lütfen aşağıdaki sorulara size en uygun olan cevabı veriniz. Cevabınız için dairenin içini doldurunuz ve her bir madde için sadece bir cevap veriniz. Verdiğiniz cevaplar gizli tutulacaktır. Katkılarınız için teşekkür ederim

	ASLA	BAZEN	SIK SIK	HER ZAMAN
1. Ailemle sohbet etmek için zaman ayırırım.	A	B	S	H
2. Ailem ile aktif zaman geçiririm (yürüyüş, oyun oynama).	A	B	S	H
3. Kendimi iyi hissetmediğim zaman aile sağlığı merkezine ya da hastaneye giderim.	A	B	S	H
4. Haftada en az üç gün yirmi dakika ya da dahafazla güç gerektiren fiziksel aktivite yaparım (yürüyüş, koşu, ip atlama, bisiklet, yüzme gibi).	A	B	S	H
5. Gecede altı-sekiz saat uyurum.	A	B	S	H
6. Başkaları iyi bir şey yaptığı zaman onları kutlarım.	A	B	S	H
7. Şekerden ve şeker oranı yüksek diğer yiyeceklerden uzak dururum.	A	B	S	H
8. Sağlıkla ilgili konularda dergi ve kitaplar okurum.	A	B	S	H
9. İnanç ve düşüncelerim hakkında başkaları ile konuşurum.	A	B	S	H
10. Az yağlı süt veya süt ürünlerini tercih ederim (yoğurt, peynir, dondurma).	A	B	S	H
11. Her gün gevşemek ve dinlenmek için kendime zaman ayırırım.	A	B	S	H
12. Başkalarının duygularına karşı duyarlı olmaya çalışırım.	A	B	S	H
	A	B	S	H



	ASLA	BAZEN	SIK SIK	HER ZAMAN
13. Her gün çeşitli besin gruplarını içeren kahvaltı yaparım (zeytin, peynir, yumurta, bal, ekmek vb.).				
	A	B	S	H
14. Doktor veya hemşirenin sağlığımla ilgili önerilerini daha iyi anlayabilmek için sorular sorarım.	A	B	S	H
15. Yaşamımı sürdürmeye olanak sağlayan yüksek bir gücüm olduğumu hissedirim.	A	B	S	H
16. Eğlenceli veya sportif aktivitelere katılırım.	A	B	S	H
17. Yaşamımdaki değiştiremeyeceğim şeylere uyum sağlamaya çalışırım.	A	B	S	H
18. Geleceği düşünmek beni heyecanlandırır.	A	B	S	H
19. Yakın arkadaşlarımla zaman geçiririm.	A	B	S	H
20. İnanç ve düşüncelerimi paylaşacağım bir gruba katılırım.	A	B	S	H
21. Her gün iki-dört defa meyve yerim.	A	B	S	H
22. Sağlığımı koruma ve iyileştirme ile ilgili seminer, toplantı ve eğitimlere katılırım.	A	B	S	H
23. Kendimle barışığımıdır.	A	B	S	H
24. Her gün üç-beş defa sebze yerim.	A	B	S	H
25. Hoşlandığım şeyleri yapabilmek için kendime zaman ayırırım.	A	B	S	H
26. Yaşamım için önemli olan amaçlarımı gerçekleştirilmeye çalışırım.	A	B	S	H
27. Boş zamanlarımda yürüyüş veya egzersiz yaparım.	A	B	S	H
28. Her yeni güne umutla bakarım.	A	B	S	H
29. İnanç ve düşüncelerimin gelişmesine yardım eden faaliyetlerde bulunurum.				



	ASLA	BAZEN	SIK SIK	HER ZAMAN
	A	B	S	H
30. Arkadaşlarımla aktif sporlar yaparım. (Futbol,basketbol,voleybol,tenis gibi...)	A	B	S	H
31. İhtiyacım olduğu zaman okuldaki rehber öğretmenimden yardım isterim.	A	B	S	H
32. Kendime ibadet ya da rahatlamak için zaman ayırırım.	A	B	S	H
33. Uykuya dalarken güzel şeyler düşünmeye çalışırım.	A	B	S	H
34. Başkalarına yardımcı olmak için özel çaba harcarım.	A	B	S	H
35. Kendime başarabileceğim hedefler belirlerim.	A	B	S	H
36. İyi bir şey yaptığımda kendimi iyi hissederim.	A	B	S	H
37. Kalp atışlarım hızlanana ve terleyene kadar egzersiz yaparım.	A	B	S	H
38. Ne yapacağıma inanç ve düşüncelerim doğrultusunda karar veririm.	A	B	S	H
39. Her gün altı bardak veya daha fazla su içerim.	A	B	S	H
40. Sorunlarımı bana yakın olan/güvendiğim biri ile tartışırım ve çözmeye çalışırım.	A	B	S	H