

## 2. ZARARLI ALIŞKANLIKLARA BAŞLAMA SEBEPLERİ



### BİLGİ KÜPÜ

Alışkanlık kazanmada ailenin etkisi büyüktür. Bu hem faydalı hem de zararlı alışkanlıklar için geçerlidir. Aile fertlerinden birinin zararlı bir alışkanlığı varsa diğer fertler de bu durumdan olumsuz yönde etkilenir. Aileden sonra en önemli etken, arkadaş ortamıdır. Çünkü insan davranışları birbirine bakarak oluşmaktadır. Zararlı alışkanlıklarla ilgili eğitim ve bilinçlendirme faaliyetlerinin yeterli seviyede olmaması da bunlara yönelmeyi kolaylaştırmaktadır. Sosyal hayatta topluluklara katılma ve kabullenilme arzusu da zararlı alışkanlıklar edinmeye neden olmaktadır. Merak ve zevklere düşkünlük gibi kişilik özellikleri de bunda etkilidir. Çözülemediği sorunları unutmak ve acıları bastırmak için de kötü alışkanlıklar kullanılmaktadır. Sosyal medya ve reklamlar da bunların yayılmasında en önemli etkenlerden biridir. Bu konudaki en önemli eksiklik ise iyi alışkanlıkların, örneklerin azlığı ve öne çıkartılmamasıdır.



### BOŞLUK DOLDURULAM

Aşağıda verilen cümlelerdeki noktalı yerlere uygun kelimeleri yazınız.

arkadaş ortamı

zararları

çözumsuz

teknoloji bağımlılığı

eğitim

kötü alışkanlıklar

kişisel özellikler

merak duygusu

ailemizden

kardeşlik

1.

Sahip olduğumuz değerlerin oluşmasında ....., aile, arkada, eğitim ve çevre gibi unsurların önemli bir rolü vardır.

2.

Hayata dair ilk izlenimlerimizi ve tecrübelerimizi ..... ediniriz.

3.

Aile ortamında kötü alışkanlıkların ..... hakkında bilinç kazanırız.

4.

....., alışkanlıklarımızı ve arta kalan zamanımızı değerlendirme şeklimizi etkiler.

5.

İnsanı kötü alışkanlıklara iten sebeplerden biri ..... zannedilen sorunlardır.

6.

....., sorunu çözmediği gibi bu sorunların artarak devam etmesine sebep olur.

7.

....., zararlı alışkanlıklara başlamada etkilidir.

8.

Çağımızın bağımlılık geliştiren kötü alışkanlıklarından biri .....dır.



## OKUYALIM

Metni okuyarak soruları cevaplayınız.

Görsel 3.1



Hayata dair ilk izlenimlerimizi ve tecrübelerimizi ailemizden ediniriz. İyi ile kötüyü, doğru ile yanlış ilk olarak ailemizde öğreniriz. Kötü alışkanlıklardan uzak durmamız gerektiği bilincini de aile ortamında kazanırız. Bu alışkanlıkların zararlarını gözlemleyerek irademizle kendimizi bunlardan koruyabiliriz. Arkadaş ortamı, alışkanlıklarımızı ve arta kalan zamanımızı değerlendirme şeklimizi etkiler. Bir gruba dâhil olma, özenme, kendini kanıtlama isteği ve iddialaşma gibi etkenler de bizi bu olumsuz davranışlara iten sebepler arasındadır.

İnsanı kötü alışkanlıklara iten sebeplerden biri de çözümsüz zannedilen sorunlardır. Hayatta karşılaşılan sıkıntılar ve onlarla baş edememek kişide içinde bulunduğu durumdan uzaklaşma isteği uyandırır. Kötü alışkanlıklar, sorunu çözmediği gibi bu sorunların artarak devam etmesine sebep olur. İnsanın gerçekle yüzleşmesini engeller.

Televizyon, radyo, gazete, internet gibi medya organlarında çıkan reklamlar; içeriğinde kötü alışkanlıkların özendirici bir şekilde yer aldığı filmler, oyunlar, söyleşiler, fotoğraflar vb. çocukları ve gençleri kötü alışkanlıklara yönlendirebilmektedir. Zaten özentisi, kötü alışkanlıklara başlamada önemli bir etkidir. Hem aileler hem toplum hem de devlet bu konuda duyarlı olmalıdır. Çocukları ve gençleri kötü alışkanlıklara özendirici reklam ve yayınlardan uzak tutmalıdır.

### Sorular

- Okuduğunuz metne en uygun başlık sizce ne olabilir?

---



---

- Zararlı alışkanlıklara sebep olan unsurlar nelerdir?

---



---

- Zararlı alışkanlıklara sebep olan fakat metinde yer almayan, sizin belirlediğiniz başka unsurlar var mıdır?

---



---



## YAZALIM

Aşağıdaki ifadelerden doğru olanların yanına “D”, yanlış olanların yanına “Y” yazınız.

1

İnsanı kötü alışkanlıklara iten sebeplerden biri, çözümsüz zannedilen sorunlardır.

2

Hayata dair ilk izlenimlerimizi ve tecrübelerimizi arkadaş ortamından ediniriz.

3

Kötü alışkanlıklar, insanın gerçekte yüzleşmesini engeller.

4

Kötü alışkanlıklardan uzak durmamız gerektiği bilincini de aile ortamında kazanırız.

5

İyi ile kötüyü, doğru ile yanlış ilk olarak ailemizde öğreniriz.

6

Özenme, kendini kanıtlama isteği, iddialaşma olumsuz davranışlara iten sebeplerdendir.

7

Kötü alışkanlıklar, sorunlara çözüm üretir.

8

Çağımızın bağımlılık geliştiren kötü alışkanlıklarından biri teknoloji bağımlılığıdır.

9

Cep telefonu, televizyon ve bilgisayar gibi teknolojik ürünlerin gereğinden fazla kullanılmasına teknoloji bağımlılığı denir.

**BOYAYALIM**

Zararlı alışkanlıklara başlamada etkili olan sebeplerin yer aldığı kutuları boyayınız.

Ebeveynlerin çocuklarıyla  
ilgilenmesi

Aile içi iletişimsizliğin olması

Eğitimli olmak

Ebeveynin kötü alışkanlıkları

Kötü arkadaş ortamı

Çevrede kötü alışkanlıkların  
yaygın olması

Eğitimsizlik

Aile içi iletişimin sağlam  
olması

Merak duygusu

İyi bir arkadaş ortamına sahip  
olmak

Daha Fazla İçin Tıkla

[onurhoca-dkabakademi.com](http://onurhoca-dkabakademi.com)

