



ÇOCUĞUNUZUN TEKNOLOJİ BAĞIMLISI OLMASINI NASIL ENGELERSİNİZ?

- Özellikle ilk çocukluk çağındaki çocuklara, bilgisayar, tablet vb. başındayken ona seyrettikleriyle ilgili sorular sormasını temin edin.
- Çocuğunuza izlediği filmlerde veya oyunlarda yer alan belli karakterleri niçin sevdiğini sorun, bu çocuklar çeşitli yaş dönemlerinde bu karakterleri rol modeli olarak alabilirler.
- Ergenlik çağındaki çocuğunuza televizyonda gördüklerine yaklaşılabilirliği için seyrettikleriyle ilgili sorular sorun. Örneğin "Gerçek yaşamda bu karakter gibi davranan birini tanıyor musun? Bu karakterin yerinde olmak ister miydin?"
- Çocuğunuzun severek oynadığı bir oyunu siz de kendi kendinize oynamayın, seyrettiği filmleri seyredin, takip sitelerine girin. Böylece çocuğunuzla üzerinde ortak bir konunuz olacaktır. Örneğin çocuğunuzla oynadığı bir oyunun içeriği ve amaçları hakkında bu oyunun ona ne hissettirdiğini sorabilirsiniz.

YERİNDE VE
YETERİNÇE
TEKNOLOJİ



- Önce siz örnek olun ve varsa diğer bağımlılıklarınızı kontrol edin. (TV, bilgisayar, tablet vb. kullanımı)
- Çocuğunuzla birlikte televizyon, bilgisayar, tablet vb. kullanımının kurallarını belirleyin.
- Çocuğunuzun ekran başında geçireceği günlük süre için mutlaka bir zaman sınırlaması getirin. Bu süre asla iki saati geçmesin.
- Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmayın.
- Yasaklarla sonuca ulaşmaya çalışmayın. televizyon veya bilgisayara fazlaca düşkünlük gösteriyorsa yasaklamak yerine ona daha cazip gelecek seçenekler sunmayı tercih edin.
- Bilgisayar, tablet vb. kullanımını disiplin aracı haline getirmeyin. Bilgisayar, tablet vb. başında geçirilecek vaktin ödül ve ceza olarak kullanılması durumunda bunlar çocuğun hayatında çok fazla önem taşımaya başlar.
- Çocuğunuzla sosyal medyada kişisel bilgilerinizi gerekçeleriyle açıklayın
- Çocukları çevrim içi ortamda korumanın yollarından birisi de ebeveyn denetim araçlarıdır. Kullandığınız internet servis sağlayıcınızdan güvenli internet erişimi talep edebilir, bu sayede çocuklarınızın istenmeyen içeriklere ulaşmasını engelleyebilirsiniz.



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

VELİLER İÇİN REHBER BROŞÜR




DURSUN KAPLAN
KIZ ANADOLU
İMAM HATİP LİSESİ





Teknoloji günümüzde hayatımızda önemli bir yere sahip, hayatımızı kolaylaştıran, zamandan tasarruf etmemizi sağlayan ve kuşkusuz sayısız faydaları olan bir unsurdur. Teknolojiye erişim her geçen gün daha kolay olmakta, teknolojiyi kullanma isteği, keşfetme arzusu giderek artmakta, bütün bunların sonucu olarak da teknoloji hayatımızda gün geçtikçe daha çok yer kaplamaktadır. Özellikle bulunduğumuz bu günlerde çocuklar ekran karşısında oldukça fazla vakit geçirmek durumunda kalmaktadırlar.

Çocuklarımızın merak, keşfetme isteği ve teknolojiye olan ilgi ve yatkınlıktan günümüzde yadsınamaz bir gerçektir. Özellikle Televizyon, Cep Telefonu, Tablet, Bilgisayar ve Oyun Konsolları gibi teknolojik ürünler hemen hemen hepimizin evlerinde mevcuttur ve çocuklarımızın bunlara erişimi oldukça kolay olmaktadır.

Çocuklarımız evde, okulda, sokakta kasacası hayatın her alanında teknolojiyle iç içe yaşamakta, bunun sonucu olarak da bir takım tehlike ve risklerle karşı karşıya kalmaktadırlar.



BAĞIMLILIK NEDİR?

BAĞIMLILIK, insanın bir şeye bağımlı olması, onusuz olmasıdır. Kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı yaşayamaması, onusuz olduğunda aşırı mutsuz

ve davranışta irade kalkar ve kişi istese de istemese de bağımlı kullanımı veya davranış eylemsel ayılır,

bağımlıdır.



ÇOCUKLAR EKİRAN KARŞISINDA NE KADAR VAKİT GEÇİRMELİLER?

Pedagoji Danışmanı çocukların bir gün içinde bilgisayar, tablet, telefon ve diğerleri güvyle kullandıkları.



ÇOCUKLAR NASIL TEKNOLOJİ BAĞIMLISI OLURLAR?

Hiç şüphesiz çocuklar bağımlılık noktasına bir anda gelmez, bu süreç adım adım ilerler. Aşağıda verilen adımlar, bağımlılığın gelişmekte oluşuna dair ciddi ve önemli işaretlerdir. Dolayısıyla söz konusu adımların ve kontrol edilmesi bağımlılığın başlamadan

- Teknoloji (bilgisayar/tablet/telefon/internetsanal oyun) başında harcanan vakit giderek artması
- Teknolojiden uzak kalınca huzursuzluk, uykusuzluk, öfke gibi yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- Ruhsal, sosyal ya da bedensel bir sorun edilmesi
- Teknoloji başında geçirilen vakitle ilgili kontrolün kaybedilmesi
- Planlıca değil daha fazla teknoloji karşısında kalınması
- Zamanın büyük çoğunluğunun fiziksel ya da zihnen teknolojiyle meşgul olması
- Teknolojinin okul, aile, bireysel temizlik gibi



TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

Teknolojiyi kullanmada ve onunla ilişkide kişinin iradesini kaybetmesi, kendini denetleyememesi ve onusuz bir yaşam sürememeye başlaması haldedir. Oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, bilgisayar-internet bağımlılığı ve televizyon bağımlılığı teknoloji bağımlılıklarıdır.



ÇOCUKLAR NE ZAMAN SOSYAL MEDYA HESABI AÇMALI?

Facebook ve Twitter gibi sosyal medya siteleri, hesap açılması için gereken yaş sınırı 13 olarak belirlemiştir. Sosyal

çocuklara yönelik art niyetli olan kişiler oldukça fazladır. İçerdiği riskler nedeniyle sosyal medya hesapları açarken

hesapları için özgürlüğü yaş 16'dır. Sosyal medya hesabı olan çocuklara kişisel bilgilerin nasıl gizleneceğini de öğretmek



ÇOCUKLARA NE ZAMAN TELEFON ALINMALI?

Ciddi güvenlik, haberleşme sorunları olduğu durumlar hariç çocukların cep telefonuna sahip olma yaşı genellikle 16'dır. Bu dönem öncesinde çocuğun telefon haberleşme amaçlı ile ilgili yoktur. Çocuğun çok meraklı olduğu durumlarda çocuğa, MP3 ve MP4 çalar, tablet gibi telefoni edici gereçler alınabilir. Çocuklara alınacak telefonların yüksek özellikli telefonlar olmaması önemlidir. Çocuğa telefon alınırken, telefon parasız bir şekilde çocuğun kullandığını beklemek doğru olacaktır.

13
14
15
16
17
18
19
20



www.guvenliweb.org.tr

www.ibm.org.tr

**ÇOCUKLARINIZI SAĞLIKLI VE GÜVENLİ OLARAK
BAĞIMLI OLMASINLAR!**