

# ***EBEVEYN REHBERİ***

HMVİHO REHBERLİK SERVİSİ



## ***BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI***



### ***BU KİTAPÇIKTA***

**Teknoloji**

**Çocuklar Teknoloji  
Başında Ne Kadar  
Zaman Geçirmeliler?**

**Önleyici Faktörler**

**Çocuğunun Teknoloji  
İle İlişkisinde Denge  
Kurmasını  
Ebeveynlere  
Tavsiyeler**

**Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen**

**Zeliha Betül BÖREKÇİ**



## TEKNOLOJİ

Çağımızın en güçlü kitle iletişim kaynaklarından olan bilgisayar, tablet, televizyon ve yaşamımıza birden bire giren internet, bugün bilgilenme, işlem yürütme, haberleşme, eğitim ve eğlence fonksiyonlarıyla hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmuştur.

Teknolojideki gelişmeler geçmiş zamanda çocukların sokaklarda, parklarda arkadaşlarıyla birlikte geçirdikleri zamanın büyük bir kısmını bilgisayar ve televizyon ekranının karşısına taşımıştır. Ekran (televizyon, bilgisayar, tablet, video oyunları, sosyal medya vb.) günümüz çocuklarının günlük yaşamlarının neredeyse vazgeçilmez bir parçası... Bugün birçok anne babanın, çocuklarının ekran karşısında geçirdikleri süreyle ilgili bazı şüpheleri bulunmaktadır. Anne babalar, çocuklarının uygunsuz sitelere girmelerinden, şiddet içeren oyunlar oynayıp saldırgan davranmalarından, bilgisayarla çok zaman geçirip derslerini ihmal etmelerinden, çocuklarının yalnızlaşmalarından, bilgisayar ve bilgisayar oyunlarına bağımlılık geliştirmelerinden çekinmektedirler.

*"Teknoloji hayatımızı kolaylaştırdığı gibi bizi esir de alabilir."*

Ancak aynı zamanda çocuklarının ihtiyaç duydukları bilgiye kolayca ulaşabilmelerini, sürekli değişen toplum şartlarına uyum sağlayabilecek her türlü soruna yeni çözümler getirebilecek bir birey olarak yetişmelerini istemektedirler.

Çocuklarınız genel olarak bilgisayar konusunda sizden daha çok bilgiye sahiptirler. Öte yandan anne babalar olarak sizler, yaşam hakkında daha fazla deneyime ve bilgiye sahiptirler. Sizin bilgi ve deneyimlerle çocuklarınızın bilgisayar ve internet konusundaki bilgileri birleştirilebilirse, çocuklarınıza bilgisayarın bilinçli kullanımı konusunda daha fazla yardımcı olabilirsiniz. Çocuklarınız iyi birer bilgisayar kullanıcısı olsun ya da olmasın, onların her zaman sizin sınırlamalarınıza, deneyimlerinize ve değerlendirmelerinize ihtiyaçları vardır.





Okul öncesi yaş grubu günde 30 dakika



İlköğretimin ikinci 4 yılında günde 1 saat



İlköğretimin ilk 4 yılında günde 45 dakika



Lise çağında günde 2 saat

## ÇOCUKLAR TEKNOLOJİ BAŞINDA NE KADAR ZAMAN GEÇİRMELİLER?

Teknoloji, nasıl kullanıldığına bağlı olarak çocuk gelişimini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilir. Buradaki en temel husus çocuğun ekran karşısında geçirdiği süreyi sınırlı tutmaktır. Diğer bir önemli husus ise çocuğun ekran karşısında pasif kalmasına izin vermemektir. Bunun için çocuğun yaşına uygun olarak dinlediği müzikle dans ettirmek, ekranda görülen nesnelerin adlarını tekrar ettirmek, dinlediği veya gördüğü şeyler hakkında yorum yaptırmak gibi etkinliklerle aktif bir seyirci olması kolaylaştırılabilir. Öte yandan konu ile ilgili yapılan araştırmalar, doğru seçilmiş bilgisayar oyunlarının etkili ve kalıcı öğrenmeler için uygun öğrenme ortamları olduklarını ortaya koymaktadır. Doğru seçilmiş bilgisayar oyunları, değerlendirme yapmak, yargılama, bilgi işleme, mantıklı düşünme, seçenekleri göz önüne alma, plan yapma, farklı sonuçların etkileşimi üzerinde düşünme, görselleştirme., deneyim,

yaratıcılık ve eleştirel düşünme, strateji kullanma gibi yetenek ve becerileri uyararak zenginleştirmektedir. Bu durumda anne babalar çocuklarının bilgisayarla ne kadar ve ne türde oyunlar oynamaları gerektiğiyle ilgili bilgilenmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Anne babalar, bilgisayar oyunlarını seçerken çocuklarının yaşlarını, oyunun türü ve amacını ve çocuklarının bu oyunu ne kadar süre oynayacağını dikkate almalıdırlar. Oyunların mümkünse güvenilir sitelerden seçilmesine ve psiko-pedagojik değerlendirmeden geçmiş olmasına dikkat etmelidirler.

## ÖNLEYİCİ FAKTÖRLER

- Güçlü ve pozitif aile bağları ,
- Ebeveynlerin çocuklarının arkadaşlarından ve neler yaptıklarından haberdar olması ,
- Aile içi kuralların açık olması ve herkesin bunlara uyması ,
- Ebeveynlerin, çocuklarının yaşamlarına ilgili olmaları ,
- Ebeveynlerin, çocukları sorumluluk almaya teşvik etmesi ,
- Çocukların spor ve sanat faaliyetlerine yönlendirilmesi ,
- Bağımlılık yapan maddelerin kullanımıyla ilgili doğru bilgilenmekir.

## ÇOCUĞUNUN TEKNOLOJİ İLE İLİŞKİSİNDE DENGE KURMASINI İSTEYEN EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- İlk çocukluk yıllarında, hem kendinizin hem de çocuğunuzun televizyonda ne seyreceği konusunda seçici olun.
- Özellikle ilk çocukluk çağındaki çocuğunuz televizyon seyrederken veya bilgisayar, tablet vb. başındayken mutlaka yanında bir yetişkin olmasını ve ona seyrettikleriyle ilgili sorular sormasını temin edin.
- Televizyonun veya bilgisayarın ailece birlikte geçirilen zamanların ya da oyun saatlerinin yerini almasına izin vermeyin.
- Problemlerini şiddet kullanarak çözen karakterlerin yer aldığı programlardan, şiddet içeren oyunlardan çocuğunuzun uzak tutun.
- Çizgi film karakterlerinin insanların asla yapamayacakları şeyleri yaptıklarını uygun bir dille çocuğunuza anlatın.





- Çocuğunuza izlediği filmlerde veya oynadığı oyunlarda yer alan belli karakterleri niçin sevdiğini sorun, bu konu üzerinde karşılıklı konuşun. Çünkü çocuklar çeşitli yaş dönemlerinde bu karakterleri rol modeli olarak alabilirler.
- Çocuğunuza televizyon programlarıyla reklamlar arasında sıkı bir bağ olduğunu fark ettirin. Bunun için “Sence bu programı yapanlar sana ne aldırmaq istiyorlar? Bu ürün hakkında ne hissediyorsun?” gibi sorular sorabilirsiniz.
- Çocuğunuzu kendi film veya oyun karakterlerini yaratması için teşvik edin.
- Ergenlik çağındaki çocuğunuza televizyonda gördüklerine eleştirel yaklaşabilmesi için seyrettikleriyle ilgili sorular sorun. Örneğin “Gerçek yaşamda bu karakter gibi davranan birini tanıyor musun? Bu karakterin yerinde olmak ister miydin? Hangi sebeplerle bu karakterin yerinde olmak isterdin?” vb.
- Çocuğunuzdan televizyon, bilgisayar ve tablet olmadan birlikte yapabileceğiniz eğlenceli etkinliklerin listesini hazırlamasını isteyin. Listedeki etkinliklerden uygun olanlarını zaman içinde fırsat buldukça gerçekleştirmeye çalışın.

- Çocuğunuzun severek oynadığı bir oyunu siz de kendi kendinize oynayın, seyrettiği filmleri seyredin, takip ettiği sitelere girin. Böylece çocuğunuzla üzerinde konuşabileceğiniz ortak bir konunuz olacaktır. Örneğin çocuğunuzla oynadığı bir oyunun içeriği ve amaçları hakkında konuşabilir, bu oyunun ona ne hissettirdiğini sorabilirsiniz.
- Önce siz örnek olun ve varsa diğer bağımlılıklarınızı kontrol edin. (Tv bağımlılığı vs.)
- 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.

- Çocuğunuzun oynayacağı oyunların pedagojik ilkeler gözetilerek hazırlandığından ve güvenilir kaynaklardan geldiğinden emin olun.
- Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmayın.
- Yasaklarla sonuca ulaşmaya çalışmayın. Çocuğunuz televizyon veya bilgisayara fazlaca düşkünlük gösteriyorsa yasaklamak yerine ona daha cazip gelecek seçenekler sunmayı tercih edin.
- Bilgisayar, tablet vb. kullanımını disiplin aracı hâline getirmeyin. Bilgisayar, tablet vb. başında geçirilecek vaktin ödül ve ceza olarak kullanılması durumunda bunlar çocuğun hayatında çok fazla önem taşımaya başlar.
- Çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebileceği, sanatsal faaliyetlerde bulunabileceği sitelerle tanıştırın.
- Çocuğunuzun sosyal medyada kişisel bilgilerini paylaşmaması gerektiğini gerekçeleriyle açıklayın.
- Çocuğunuzun göndericisi bilinmeyen e-postalara şüpheyle yaklaşması gerektiğini öğretin.
- İnternet ortamında insanların gerçekten tanımının oldukça güç hatta imkânsız olduğunu çocuğunuzun anlatın.

### \*KİTAP ÖNERİLERİ\*

- *Dijital Dünyada E-beveyn Olmak - Salih Uyan*
- *Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek- Kristy Goodwin, Aganta Kitap Yayınevi*
- *İnternet Okur Yazarlığı El Kitabı- Janice Richardson, Andrea Milwood Hargrave, RTÜK 2006*
- *Çocukları Sanal Dünyada(n) Koruma Kılavuzu-Mehmet Şakiroğlu-Cansel Poyraz Akyol, Hayykitap Yayınevi*
- *Teo'nun Tablet Kitabı- Yağmur Artukmaç ve Psikiyatrist Dr. Özlem Sürücü, Bilgi Yayınevi Çocuk Kitaplığı*
- *Modern Mağara Çocuğu Tek- Patrick McDonnell, Beyaz Balina Yayınları*