

Velilere Öneriler:

Uzun süre ve kontrolsüz kullandığımızda bir çok olumsuz etkisi olacak olan teknolojiyi kontrollü ve bilinçli bir şekilde kullandığımızda bu olumsuz etkiyi olumluya çevirme şansımız mutlaka vardır. Bu nedenle teknolojiyi dengeli bir biçimde kullanmayı öğrenmeli ve çocuklarımıza da bunu öğretmeliyiz. Bunun için neler yapabiliriz?

1. Anne-baba olarak çocuklarımıza doğru model olmak için kendi teknoloji kullanımımızı kontrol altına almalıyız.
2. Çocuklarımızın günlük bilgisayar, televizyon, tablet vb. teknoloji aletlerini kullanma sürelerini sınırlandırmalıyız. Kendimiz de bu sınırlandırmaya uymalıyız.

5. Çocuklarımıza internetin doğru bilgiye ulaşmak amacıyla kullanılması gerektiğini anlatmalı ve internet için ayrılan zaman aralığını takip etmeliyiz.
6. Çocuğumuzun bizden izin almadan internet programı yüklemesine izin vermemeliyiz. Yüklemesine izin verdiğimiz programların ise şiddet içerikli olup olmamasına dikkat etmeliyiz.

3. Çocuklarımızın ders aralarında televizyon veya bilgisayar gibi teknoloji aletlerini kullanmalarına izin vermemeliyiz. Çünkü bu durum çocuklarımızın derse tekrardan odaklanmalarını güçleştirir.
4. Çocuklarımızla birlikte olduğumuz zamanları daha verimli geçirmeli, onlarla yaşlarına uygun eğitici oyunlar oynamalı veya birlikte kitap okuyarak daha doğru alışkanlıklar edinmelerini sağlamalıyız.

7. Anne-baba olarak çocuklarımızı bütün gün televizyon veya tabletle zaman geçirmeleri yerine; arkadaşlarıyla bir araya gelmeleri, arkadaşlarıyla birlikte dışarıda oyun oynamaları, onlarla zaman geçirmeleri veya sosyal faaliyetlere (resim, müzik, spor kursları vb.) katılmaları için desteklemeliyiz. Akran grupları içerisinde sosyalleşmesini sağlamalıyız.

10. Çocuklarımızı yetenek ve ilgi alanlarına uygun spor dallarına yönlendirebiliriz.
11. Sosyal-duygusal gelişimine katkı sağlayabiliriz.

8. Çocuklarımızın yeteneklerini fark edebilecekleri, onları geliştirebilecekleri ve sanatsal faaliyetlerde bulunabilecekleri sitelerle tanıştıralabiliriz.
9. Bilgisayarlarınızda güvenli internet uygulamalarının olmasına özen gösterin.



ISPARTA
REHBERLİK
VE
ARAŞTIRMA
MERKEZİ

Bilinçli
Teknoloji Kullanımı
Broşürü-2021



Bilinçli Teknoloji Kullanımı

Teknolojinin yaşamımızı kolaylaştırmak amacıyla yerinde ve zamanında kullanılması ve hayatımızın diğer alanlarını (aile ve sosyal ilişkiler, çalışma hayatı, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

Çocuğunuzun Teknolojiyle İlişkisi Nasıl Olmalı?

Teknoloji alanındaki gelişmeler; geçmişte çocukların dışarıda arkadaşlarıyla birlikte sokakta geçirdikleri zamanın büyük bir kısmını maalesef ekran karşısında geçirmelerine neden olmaktadır. Teknoloji, nasıl kullanıldığına bağlı olarak çocuğun gelişimini olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilir. Buradaki en önemli nokta çocuğun ekran karşısında geçirdiği süreyi sınırlı tutmak ve böylece ekran karşısında uzun süre kalmasını önlemektir. Peki bilinçsiz kullanımın ne gibi olumsuz etkileri olabilir;

Bilinçsiz Teknoloji Kullanımının Çocuklar Üzerindeki Olumsuz Etkilerine Bakarsak;

Şimdiki zamanda çocuk yaşlarıyla ya da anne-babasıyla birlikte zaman geçirmek yerine televizyon veya bilgisayarı tercih ediyor ve bunun sonucunda da sosyal ortamdaki kopukluk, içe dönüklük, özgüven eksikliği, çevresiyle ve yaşlarıyla iletişim kurmada güçlük gibi sorunlar ortaya çıkabilir.

Eğer çocuk ailedeki iletişim kopukluğu nedeniyle yalnızlık duygusu hissediyor ve devam eden bir içe dönüklük sorunu yaşıyorsa, çocuğun bu davranış sorunu daha da artarak; arkadaş edinmede sıkıntı yaşama, derslerde başarısızlık, oyunlara katılmama, istek, gereksinim ve duyguları ifade edememe, grup etkinliklerine katılmama, yalnız kalma isteği, yaşlılarından ve kalabalık ortamlardan çekinme gibi davranışlar göstermesine neden olabilir.

Televizyon programlarında ya da bilgisayar oyunlarında karşılaşılan şiddet sahnelerine sık sık maruz kalan bir çocuk yaşadığı olaylara karşı duyarsız kalabilir.

Ekran başında çok fazla zaman geçiren bir çocuk, gerçek dünya ile sanal dünyayı bir süre sonra ayırt etmede zorluk yaşayabiliyor. Bunun sonucunda izlediği televizyon programları veya oynadığı bilgisayar oyunlarından etkilenip gördüklerini gerçek yaşamda uygulamaya çalışabiliyor.

Genel olarak baktığımızda;

Kişisel, aile ve okul sorunları, akademik başarıda düşüş, zamanı idare etmede başarısızlık, uyku bozuklukları, aktivitelerde azalma, internet arkadaşları dışında izolasyon, yanlış yeme alışkanlıkları vb. sorunlar karşımıza çıkabilmektedir.