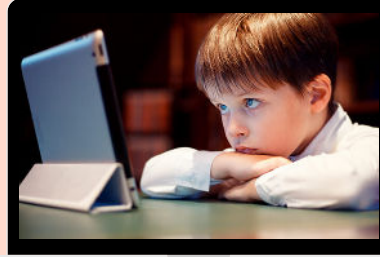




Teknoloji günümüzde hepimizin hayatında önemli bir yere sahip, hayatımızı kolaylaştıran, zamandan tasarruf etmemizi sağlayan ve kuşkusuz sayısız faydaları olan bir unsurdur. Teknolojiye erişim her geçen gün daha kolay olmakta, teknolojiyi kullanma isteği, keşfetme arzusu giderek artmakta ve teknoloji hayatımızda gün geçtikçe daha çok yer kaplamaktadır. Özellikle içinde bulunduğumuz bu günlerde çocuklar ekran karşısında oldukça fazla vakit geçirmek durumunda kalmaktadırlar. 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 kısacası hayatın her alanında teknolojiyle iç içe yaşamakta, bunun sonucu olarak da bir takım tehlike ve risklerle karşı karşıya kalmaktadırlar.

Çocuğun Gelişimi Üzerinde Teknolojinin Olumlu Etkisi

- Görsel tercih ihtiyacına cevap verir.
- Seçim yapmaya imkan tanır.
- Düzenleme yapmak kolaydır.
- Anında geri bildirim ve memnuniyet sağlar.
- İnteraktif öğrenmeye olanak sağlar.
- İçerik yaratma imkanları sağlar.
- Bilgiye anında erişim sağlar.
- Farklı öğrenme seçenekleri sağlar.



Çocuğun Gelişimi Üzerinde Teknolojinin Potansiyel Tehlikeleri

- Geleneksel gelişim gidişatı sekteye uğrayabilir.
- Temel gelişim deneyimlerinin yerini alabilir.
- Zararlı içeriğe maruz kalabilirler.
- Sağlık riskleri oluşabilir.
- Kişisel temizlikte eksikliklere neden olabilir.
- Siber zorbalığa maruz kalabilirler.

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI VELİ BROŞÜRÜ



VİRANŞEHİR ÖZEL EĞİTİM MESLEK OKULU

Dilek Sırakaya
Psikolojik Danışman

Sosyal Medyada Çok Sık Bulunmanın Riskleri

- Kendini olduğundan farklı gösterebilir.
- Gerçek hayattan kopma, yalnızlaşma görülebilir.
- Yüz-yüze iletişim becerilerini kaybedebilir.
- Arkadaş sayısını artırma isteği görülebilir.
- Güvenlik ve gizlilik ayarlarını yapılandıramadığı için istismara maruz kalabilir.
- Yaşına göre uygunsuz görüntü, içeriklere ve cinsel istismara maruz kalabilir.
- Oyunların yıkıcı etkisiyle olumsuz davranışlar görülebilir.

Güvenli Sosyal Medya Kullanımı İçin Ailelere Öneriler

- Çocuklarla açık bir diyalog sürdürülmelidir.
- Çocuklar, iyi de olsa, kötü de olsa, yaşadıkları çevrim içi deneyimleri saklamadan, çekinmeden paylaşmaya teşvik edilmelidir.
- Sosyal medya delillerini gizlice gözetleyip takip etmek yerine çocuklarla iş birliği yapılmalıdır.

Çocuklar Teknoloji Başında Ne Kadar Vakit Geçirmelidir?

Türkiye Pedagoji Derneği, bir gün içinde tablet, telefon ve televizyon dahil olmak üzere çocukların ekran başında geçirmeleri gereken azami süreleri şöyle belirlemiştir:

- **0-3 yaş:** Ekrandan olabildiğince uzak tutulmalıdır.
- **3-6 yaş:** Günlük toplam süre en fazla 20-30 dakikadır.
- **6-9 yaş:** Günlük toplam süre en fazla 40-50 dakikadır.
- **9-12 yaş:** Günlük toplam süre en fazla 120 dakikadır.
- **12 yaş üzeri:** Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.



Oyun Bağımlılığı

- Oyun oynama süresini kontrol edememe,
 - Günlük yapılacak etkinliklere karşı ilgi kaybı,
 - Yarattığı olumsuz durumlara rağmen karşı koyulamaz şekilde oyuna devam etme isteği,
- Oyun oynamadığı zaman yoksunluk hissetme gibi belirtiler gösteren bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanmaktadır.

Bilinçli bir şekilde teknolojiyi kullanması için;

- 1.Çocuğunuz ne oynuyor, nasıl oynuyor, ne zaman oynuyor, neden oynuyor, nerede oynuyor, kiminle oynuyor?
- 2.Bilinçsiz teknoloji kullanımının olumsuz sonuçları hakkında çocuğunuzun bilgilendirin.
- 3.Çocuğunuzun farklı seçenekler bulması konusunda destekleyin. Çocuğunuzun kendini farklı alanlarda tanıması ve güçlü olduğu yönlerini keşfetmesi için çocuğunuza evin dışında vakit geçirebileceği ve severek yapacağı alternatifler (spor, sanat, bilim etkinlikleri, hobiler vb.) bulmasına yardımcı olun.
4. Birlikte vakit geçirin.