



# VELİ BÜLTENİ

## BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Sevgili veliler;

Son yıllarda teknoloji hayatımızın en önemli parçası haline geldi. Televizyon, bilgisayar, akıllı cep telefonları ve internet bir yandan hayatımızı kolaylaştırırken, bir yandan da sosyal hayatımızı daraltıyor.

Hayatımızdan artık teknolojiyi tamamen çıkartmak mümkün değil; ancak bilinçli ve verimli kullanarak teknolojinin olumsuz etkilerini hayatımızdan, özellikle çocuklarımızın hayatından çıkartabiliriz. Bu bültende bilinçli teknoloji kullanımı, internet ve sosyal medyanın oluşturduğu riskler, bağımlılık, çocuğun teknolojinin sağlıklı ve verimli kullanımı konusunda aileye öneriler konusundaki fikirlerimizi bulabilirsiniz.

Umarız bu çalışma sizin ve çocuğunuzun teknolojiyi bilinçli kullanması konusunda size yardımcı olur.

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bölümü

### Bilinçli Teknoloji Kullanımı Ne Demektir?



Günümüzde nerdeyse artık tüm evde bulunan bilgisayar, akıllı telefon ve televizyon çağımız gereğince gerekli araçlardır . Bu teknolojik araçların temel amacı insanlara kolaylık sağlamasıdır.

Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

## ÇOCUĞUNUZUN TEKNOLOJİYLE İLİŞKİSİ NASIL OLMALI?\*



Teknolojideki gelişmeler geçmişte çocukların dışarıda arkadaşlarıyla birlikte geçirdikleri zamanın büyük kısmını ekran karşısında geçirmelerine yol açmıştır.

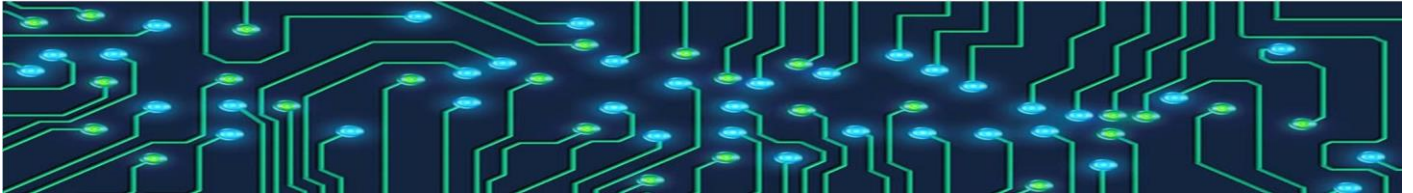
Anne babalar, çocuklarının uygunsuz sitelere girmelerinden, şiddet içerikli oyun oynamalarından, derslerini ihmal etmelerinden, çocukların yalnızlaşmasından ve çocukların bağımlılık geliştirmesinden endişe etmektedir. Ancak aynı zamanda çocuklarının ihtiyaç duydukları bilgiye kolayca ulaşabilmelerini, sürekli değişen toplum şartlarına uyum sağlayabilecek her türlü soruna

yenı çözümler getirebilecek bir birey olarak yetiřmelerini istemektedir.

Teknoloji nasıl kullanıldığına bağlı olarak çocuğun gelişimini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilir. Buradaki en temel husus çocuğun ekran karşısında geçirdiği süreyi sınırlı tutmaktır. Diğer bir husus çocuğun ekran karşısında pasif kalmasını önlemektir.

Diğer yandan doğru seçilmiş bilgisayar oyunlarının etkili ve kalıcı öğrenmeler için uygun öğrenme ortamları olduğu görülmektedir. Dođru seçilmiş bilgisayar programları bireyin zihinsel gelişimine katkı sağlar. Anne babalar, çocuklarının bilgisayarla ne kadar ve ne türde oyunlar oynamaları gerektiği ile bilgilenmeye ihtiyaç duymaktadır. Anne babalar, bilgisayar oyunları seçerken çocuklarının yaşlarını, oyunun türü ve amacını ve çocuklarının bu oyunu ne kadar süre ile oynayacağını dikkate almalıdır. Oyunların mümkünse güvenilir sitelerden seçilmesine ve çocuk için uygun olup olmadığını n değerlendirilmeden geçmiş olmasına dikkat edilmelidir.

\*. "Teknoloji Yerinde Yeterince" TBM Yetişkin Teknoloji Eğitimi. TBM Alan Kitaplığı Dizisi:9. İstanbul,2015. Syf:22-23



Televizyon, bilgisayar vb.  
araçları asla çocuk bakıcısı  
olarak kullanmayın.



## İNTERNET KULLANIMI KONUSUNDA AİLEYE ÖNERİLER\*

Sizin onayınız olmaksızın kendisine ait kişisel bilgileri kimseye vermemesini belirtin

İnternet ortamında kişisel bilgilerini vermemesini öğretin

Ona örnek olun

İnternet konusunda kurallar oluşturun.

Çocukla iyi iletişim halinde olun

İnterneti ortak alanda kullanıdırın.



Güvenlik ve filtreleme programları edinin

Yaşına uygun, güvenilir sitelerde gezinmesini sağlayın

Yabancı kişilerle iletişim kurmamasını öğretin.

Çocuğunuzun sizden izin almadan internet program yüklemesine izin vermeyin.

Çocuğunuz size sormadan internetten alışveriş yapmamasını, kredi kartı numarasını vermemesini belirtin.

Çocuk internet kullanıcı adını ve şifresini kesinlikle başkasına vermemelidir.

İnternet ortamında başkalarını rahatsız edecek davranışlarda bulunmamalarını öğretiniz.

Bilgisayar, internet kullanma süresini kısıtlayın.

Şaka yapmak amacıyla dahi arkadaşlarıyla hatta hiç kimseye korkutmak amacıyla tehdit edici bir üslupla iletişim kurmamalarını anlatınız.

## TELEVİZYON İZLERKEN\*



Ω. Özellikle ilk çocukluk yıllarında kendinizin ve çocuğunuzun izleyeceği programlar konusunda seçici olun. TV izlerken yanında olun ve izledikleri ile ilgi sorular sorun.

Ω. Çocuğunuzu şiddet içeren programlardan uzak tutun.

Ω. Çizgi film karakterlerinin insanların asla yapamayacakları şeyleri yaptıklarını uygun bir dille çocuğa anlatın.

Ω. Çocuğunuzun kendi film ve oyun karakterlerini yaratması için teşvik edin.

Ω. Ergenlik çağındaki çocuğunuzla televizyonda gördüklerine eleştirel yaklaşabilmesi için seyrettikleri ile ilgili sorular sorun.

Ω. Çocuğunuzun televizyon programlarıyla reklamlar arasında sıkı bir bağ olduğunu fark ettirin.

\*. "Teknoloji Yerinde Yeterince" TBM Yetişkin Teknoloji Eğitimi. TBM Alan Kitaplığı Dizisi:9. İstanbul,2015. Syf:25-27

## BAŞKA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Çocuğunuzdan bilgisayar, tablet, televizyon olmadan yapabileceğiniz etkinlikleri listelemesini isteyin ve o etkinlikleri yapın.
- Çocuğunuzun dışarıda vakit geçirebileceği ortamlar yaratın.
- Okul ve mahalle arkadaşları ile zaman geçirmesini teşvik edin.
- Okul sonrası yapılan sosyal faaliyetlere (müzik, resim, spor kursları gibi) katılmasını sağlayın.
- Çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebileceği, sanatsal faaliyetlerde bulunabileceği sitelerle tanıştırın.
- Çocuğunuzla beraber yapacağınız açık hava faaliyetleri (bisiklet kullanmak, yürüyüş) ya da günlük hayatla veya okudukları ile ilgili sohbetler teknolojiye karşı iyi bir seçenek olabilir.

