

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

SAFRANBOLU ŞEHİT AYBÜKE YALÇIN ANAOKULU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ



HIZLICA GÖZ ATIN!

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ
KULLANIMI NEDİR?

ÇOCUKLAR TEKNOLOJİ İLE
NE KADAR ZAMAN
GEÇİRMELİ?

TEKNOLOJİ
BAĞIMLILIĞINDA GÖRÜLEN
BELİRTİLER

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ
KULLANIMI İÇİN ANNE
BABALAR NELER
YAPABİLİR?

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMINEDİR?

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



TEKNOLOJİ KULLANIMI 3 GRUBA AYRILABİLİR:

1. OLUMLU
KULLANIM
2. KÖTÜYE
KULLANIM
3. BAĞIMLILIK

Teknoloji, nasıl kullanıldığına bağlı olarak çocuğun gelişimini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilir. Buradaki en temel husus teknolojiyi bilinçli kullanmak ve bunu çocuklara da öğretebilmektir.

ÇOCUKLAR TEKNOLOJİ İLE NE KADAR ZAMAN GEÇİRMELİ?

Çocuk ve ergenlerde bağımlılığı önleme

2 yaşından küçük çocukların internet, tv ya da bilgisayarla karşılaşması uygun değildir. Okul öncesi yaş grubu için günde 30 dakikayı geçmeyecek şekilde internet kullanımı yeterlidir. İlköğretimin ilk 4 yılında ödev haricinde oyun ve eğlence için günlük 45 dakika zaman ayrılmaktadır. Sonraki yıllarda hafta sonu daha esnek olmakla birlikte günde 1 saat kullanım uygundur. Lise çağında da günlük 2 saat yeterlidir.



Okul Öncesi
Yaş grubu günde
30 dakika



İlköğretimin
İlk dört yılında
günde 45 dakika
45 dakika



İlköğretimin
İkinci dört yılında
günde 1 saat
1 saat



Lise Çağında
Günde 2 saat
2 saat





TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINDA EN ÇOK GÖRÜLEN BELİRTİLER

- Teknoloji başında harcanan vaktin giderek artması
- Oluşturduğu sıkıntılara rağmen kullanmaya devam edilmesi
- Teknolojik aletlerden uzak kalındığında huzursuzluk, öfke, uykusuzluk gibi semptomlar görülmesi
- Planlanan süreden daha fazla vakit geçirilmesi
- Zamanın çoğunun fiilen ve zihnen teknolojiyle geçirilmesi
- Sorumlulukların yerine getirilmesinin engellenmesi
- Kontrolün kaybedilmesi

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI İÇİN ANNE BABALAR NELER YAPABİLİR?



- Teknoloji kullanımında önce siz örnek olun.
- Teknolojiyi doğru kullanmayı öğrenin. Teknoloji kullanımını yasaklamayın, zaman
- sınırlaması koyun.
- Çocuklara uygun sorumluluklar verin.
- Birlikte ev işleri, sosyal, sportif faaliyetler gerçekleştirin.
- Çocuğunuzu dinleyin ve anlayın. Çocuğunuzla birlikte kurallar belirleyin ve bu kurallara siz de uyun.

ÇOCUKLARA GÜVENLİ İNTERNET KONUSUNDA VERİLMESİ GEREKEN MESAJLAR



- **İZİN AL:** İnternete girmeden önce, video izlemeden önce her zaman bir büyüğünden izin al.
- **PAYLAŞMA:** Kişisel bilgilerini paylaşma.
- **KONUŞMA VE BULUŞMA:** Tanımadığın insanlarla konuşma.
- **AÇMA:** Tanımadığın insanlardan gelen mailleri, mesajları açma.
- **ANLAT:** İnternette hangi sitelerde dolaştığını, hangi oyunları oynadığını, kimlerle konuştuğunu her zaman anne ve babana anlat.

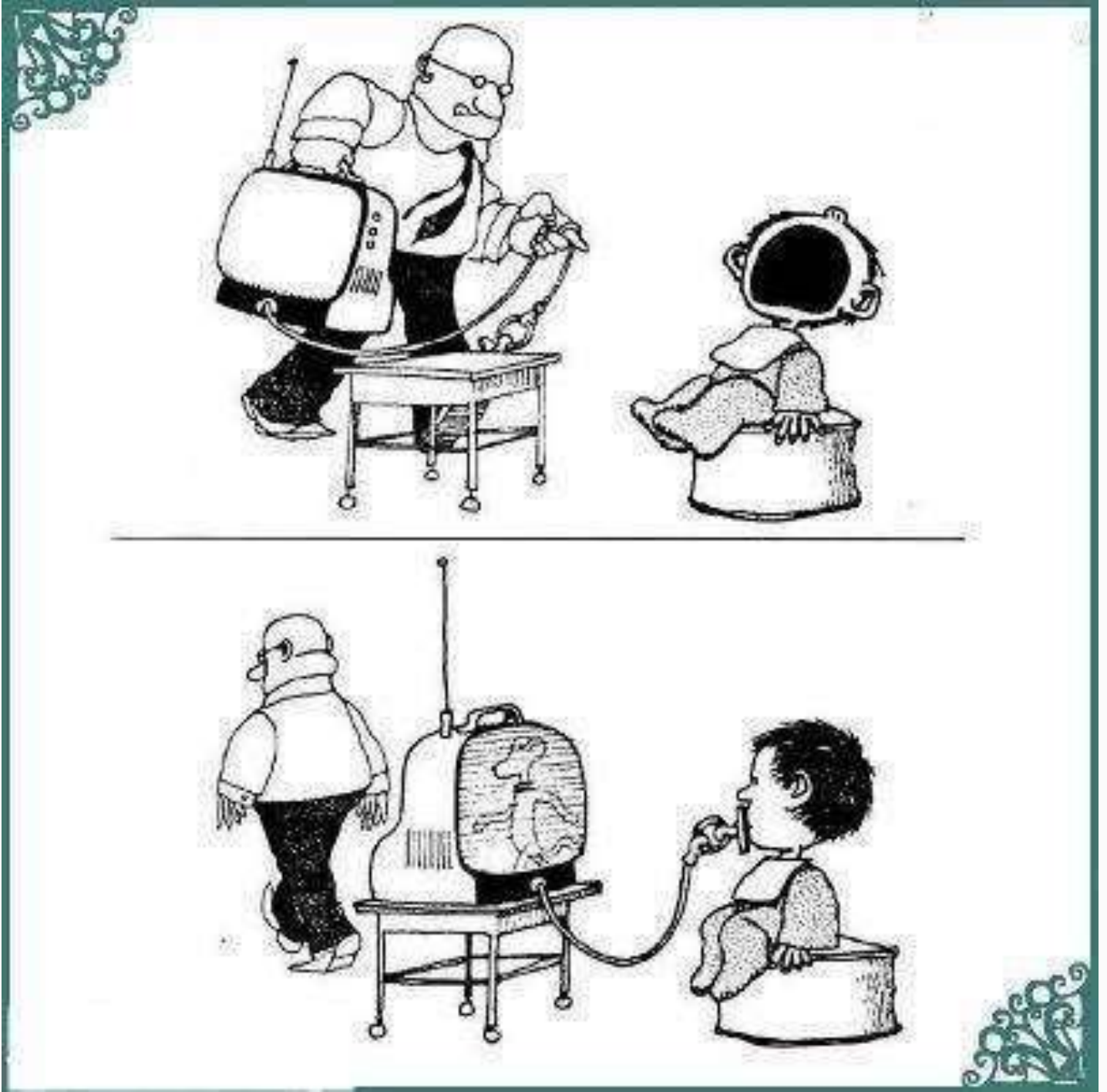


**BİRLİKTE OYUN
OYNAYIN,
ÇOCUKLA
ÇOCUK OLUN.**

**EKRANSIZ SAAT
UYGULAMASI
YAPIN.**

**GÜVENLİ İNTERNET
HİZMETİNİ TERCİH
EDİN. (AİLE PROFİLİ-
ÇOCUK PROFİLİ)**

**TEKNOLOJİK
ALETLERİ ÖDÜL-
CEZA ARACI
OLARAK
KULLANMAYIN.**



**UNUTMA!
TEKNOLOJİK
ALETLER ÇOCUK
BAKICISI DEĞİL.**

**DOĞRU
MODEL OL,
GELECEKTE
RAHAT ET.**

**KAYNAK: ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ,
İNTERNET BAĞIMLILIĞINI ÖNLEME VELİ BROŞÜRÜ**

