

NAHİT MENTEŞE MESLEKİ VE TEKNİK LİSESİ REHBERLİK SERVİSİ VELİ BÜLTENİ

ARALIK AYI

ÇOCUKLARIMIZ İÇİN BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

İnternetin ve dijital teknolojilerin hayatımızın merkezinde yer aldığı dünyamızda bunları yok saymak mümkün değildir. Bununla beraber gençler internet ve dijital teknolojileri bilinçli kullanma noktasında ebeveynin yardımına ve desteğine ihtiyaç duyarlar. Gençlerimizin duygusal sağlıklarını korumaları için ebeveynlerin internet bağımlılığı ile ilgili bilgi sahibi olmaları önemlidir.

Çocuklarınız genellikle teknoloji kullanımında sizden daha fazla bilgi sahibidirler. Diğer taraftan siz ebeveynler de hayat ile ilgili daha fazla deneyime ve bilgiye sahipsiniz. Sizlerin yaşam deneyimleri ve çocuklarınızın teknoloji bilgileri bir araya getirildiğinde teknolojiyi bilinçli kullanma konusunda onlara daha fazla yardımcı olabilirsiniz.



BU SAYIDA

TEKNOLOJİ KULLANIMININ FAYDALARI

TEKNOLOJİ KULLANIMININ
POTANSİYEL RİSKLERİ

AİLELERE ÖNERİLER

TEKNOLOJİ KULLANIMININ FAYDALARI

Dünyanın her noktasındaki kişi ile iletişim kurmaya imkan veriyor. Arkadaş edinmeyi kolaylaştırıyor, arkadaşlıkların arasındaki mesafeyi yok ediyor ve yakınlığı koruyor. Özellikle sosyal kaygı yaşayan ergenlerin kendilerini ifade etmesine olanak sağlıyor. Öğrenme sadece okulla sınırlı kalmayı, dünyanın her noktasına erişim sağlanabiliyor. Bireysel öğrenmeye, bununla birlikte bilgi ve paylaşımı artırmaya yarıyor. İlgi ve hobilerin deneyimlenmesine imkan veriyor.

TEKNOLOJİ KULLANIMININ POTANSİYEL RİSKLERİ

Dijital dünya içinde her zaman doğru ve gerçek bilgiye ulaşamıyor. O yüzden çocuklar gelişim dönemine uygun olmayan zararlı içeriklere karşı karşıya gelebilirler. Güvenlik ve gizlilik ayarlarını yapılandırmadıkları zamanlarda istismara maruz kalabilirler. Uzun süreli kullanımlar nedeniyle obezite, uyku sorunları, boyun ve baş ağrıları gibi fiziksel hastalıklar ortaya çıkabilir. Siber zorbalığa uğrayabilirler. Gerçek kimliği ile sosyal medyadaki kimliği arasında çatışma yaşayabilirler. Özellikle şiddet içerikli oyunların içeriği nedeniyle yıkıcı davranışlar sergileyebilirler.



AİLELERE ÖNERİLER

Sorun çocukların dijital teknolojileri kullanmaları değildir. Kullanırken faydalı ve zararlı kullanımı ayırt etmeleri önemlidir. Yasakçı bir anlayışla internet ve dijital teknolojileri kullanmalarını engellemek uygun olmayacaktır. Bunun yerine; çocukların doğru-bilinçli kullanımını fark etmek/teşvik etmek ve ebeveynlerin faydalı kullanımları ile çocuklarına model olmaları önemlidir.

Çocuklarla teknoloji ve internet kullanımı ile ilgili konuşurken kullandığınız iletişim biçimine özen göstermek gereklidir. Özellikle ergenlik döneminde yasakçı iletişim biçimi direnci ve inatlaşmayı yanında getirir. Bunun yerine; neyin, ne kadar ve nasıl kullanılacağına dair iş birliği yapmaya çağıran, direkt karşı çıkmayan ve kötüleme üzerinden konuşmayan, internet ve dijital teknolojiler konusunda en azından temel bilgi sahibi olan bir dil kullanmamız oldukça önemlidir.

İnsan hiçbir davranışı nedensiz yapmaz. Çocuklarınız internet ve dijital teknolojileri kendilerine zarar verecek biçimde kullanıyorsa bunun sebebi çocuklarınızın bazı sorunlarından kaçması olabilir. Bu nedenle; çocuklarınızın yaşamından haberdar olmanız, duygularını ve düşüncelerini dinlemeniz ve gelişim dönemleri hakkında bilgi sahibi olmanız altta yatan sorunları anlamanız açısından faydalı olacaktır.



Çocukların internete bu denli yoğun ilgi göstermelerinin en önemli nedeni var olma, görünme ve kendini ifade etme ihtiyacıdır. Günümüzde çocukların bu ihtiyaçlarını giderebilecekleri alanlar giderek daralmaktadır. Bu sebeple çocuklarınıza gerçek hayatta yakın ilişkiler kurabilmeleri konusunda yardım etmeniz ve onları desteklemeniz, çocuklarımızın sosyal veya sportif aktivitelerden herhangi birine az da olsa bir ilgileri varsa onu fark edip teşvik etmeniz, çocuklarımızı, yeteneklerini ve kabiliyetlerini geliştirecek imkân ve insanlarla buluşturmanız bu konuda atabileceğimiz önemli adımlardır.

İnternet ve dijital teknoloji araçları tüm insanlar için yeni bir kullanım alanı. dolayısıyla net sınırlar çizme konusunda her birimiz zorluk yaşamaktayız. Zaman içerisinde hayatımızda yeri ne kadar olmalı, nasıl kullanırsak faydalanır, nasıl kullanırsak zarar görürüz, neyi onlarla yapmalı neyi onlarsız yapmalı gibi soruların cevapları daha net bir şekilde ortaya çıkacak ve doğru kullanım süreç içerisinde daha belirgin hâle gelecektir. Bu durumun farkında olarak en azından eldeki bilgilerimizin ışığı doğrultusunda bu soruların cevaplarına yönelik harekete geçmeli ancak bunun da bir süreç olduğunu, zaman alacağını bilmemiz gerekir.