



BUNUN İÇİN NELER YAPILABİLİR?

- Ebeveyn olarak çocuklara doğru model olmak adına kendi teknoloji kullanımımız kontrol altına alınmalıdır.
- Çocukların günlük teknolojiyi kullanma süreleri sınırlandırılmalıdır.
- Bilgisayar,televizyon vb. ders çalışma süresinin arasındaki dinlenme saatinde kullanılmamalıdır.
- Akşamları baş başa mutlaka zaman geçirilmeli, yaşlarına uygun eğitici oyunlar oynayarak,kitap okuyarak daha doğru alışkanlıkları edinmeleri sağlanmalıdır.
- Çocukla birlikte TV izlerken çocuğunuzun yaşına uygun programları izlemesini sağlamalısınız. Uygunluk konusunda terddüte düşüğünüzde çocukla birlikte programı izlemelisiniz..Uygun olmayan,olumsuz görüntülerle ilgili açıklama yapmanız gerekmektedir.



Çocuğunuzla beraber yapacağınız açık hava faaliyetleri (bisiklet sürmek, yürüyüş) ya da günlük hayatla veya okudukları ile ilgili sohbetler teknolojiye karşı iyi bir seçenek olabilir.

Esra ARSLAN
Uzm.Psikolojik
Danışman



**ÇOCUĞUNUZUN
TEKNOLOJİ İLE
İLİŞKİSİ
NASIL OLMALIDIR?**



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 yeni çözümler getirebilecek bir birey olarak yetişmelerini 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 kalmasını önlemektir.



TEKNOLOJİNİN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

Sosyal Yaşamdan Kopma

Çocuk yaşlarıyla birlikte olmak yerine ya da anne babasıyla zamanını paylaşmak yerine televizyon veya bilgisayarı tercih etmektedir. Bunun sonucunda da sosyal ortamdan kopukluk, içe dönüklük, özgüven eksikliği, çevresiyle ve akranlarıyla iletişim kurmada güçlük gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir.

Var Olan Davranış Sorunlarının Pekişmesi

Eğer çocuk yalnızlık duygusu hissediyor ve devam eden bir içe dönüklük sorunu yaşıyorsa, çocuğun bu davranış sorunu daha da artarak;

- Arkadaş edinememe,
- Kendi iç enerjisini kullanmada zorluk,
- Derslerde başarısızlık,
- Oyunlara katılmama,
- İstek, gereksinim ve duyguları ifade edememe,
- Grup etkinliklerine katılmama,
- Yalnız kalma isteği,
- Yaşlılarından ve kalabalık ortamlardan çekinme gibi davranışla göstermesine neden olmaktadır.

Duyusal Duyarsızlaşma

TV programları ya da bilgisayar oyunlarında karşılaşılan şiddet sahnelerine sık maruz kalma yaşanan olaylara karşı duyarsızlığa neden olmaktadır.

Dikkat ve Konsantrasyon Süresinin Azalması

Ekrandaki görüntünün hızlı değişimine alışan çocuklar uzun süre dikkat toplamakta zorlanabilmektedir.

Davranışların Olumsuz Etkilenmesi

Gerçekle sanal dünyayı ayırt edemeyen çocuklar, izledikleri TV programları veya oynadıkları bilgisayar oyunlarından etkilenip gördükleri ya da duyduklarını gerçek yaşamda uygulamaya çalışmaktadır.

Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Yanlış Cinsel Bilgi Edinme

Bilerek ya da yanlışlıkla girilen siteler veya TV'de kısa bir tanıtım filminde görecekları cinsellikle ilgili görüntüler çocukları cinsellik konusunda olumsuz ya da yanlış yönlendirebilmektedir.

Dil Gelişiminde Gerileme

Obezite Gibi Sağlık Sorunlarına Sebepl Olma