

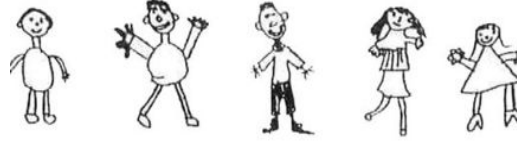
BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Teknoloji insan hayatını kolaylaştıran, bilgiye ulaşmayı ve yaymayı kolaylaştıran bir alt yapıdır. Hayatımızın her alanında teknolojinin bize sunduğu kolaylıklardan faydalanırken bu hızlı değişimde kaybolmak da mümkün olabiliyor. Özellikle çocuk ve gençlerin dünyasında merkezde olan internet ve bilişim teknolojileri bilinçsiz kullanım sonucunda onlara zarar verebilmektedir. Bu broşürde “Çocuklarımızın sağlıklı yetişkin olmaları yolunda onları desteklerken teknoloji kullanımı konusunda neler yapabiliriz?” sorusunun cevaplarını inceleyeceğiz.

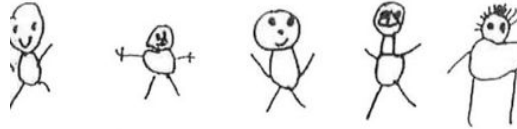


DİJİTAL EBEVEYN OLALIM!

Temel düzeyde dijital araçların kullanımına hakim, dijital ortamdaki risklerin ve olanakların farkında olan, çocuklarını bu risklere karşı koruyabilen, dijital araçların doğru kullanımı konusunda çocuklarına rol model olan, sanal ortamda da kişi haklarına saygı duyulması gerektiğini çocuklarına aşılaman, teknolojik gelişmelere açık anne ve babalar “Dijital Ebeveynler” olarak tanımlanır.



Günde 1 saatten az TV seyreden
5-6 yaş çocuklarının resimleri



Günde 3 saatten fazla TV seyreden
5-6 yaş çocuklarının resimleri



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

VELİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ

BOSMTAL REHBERLİK SERVİSİ

ÇOCUĞUM İÇİN NELER YAPABİLİRİM?

Olası riskler için önleyici faktörler:

- Güçlü ve pozitif aile bağları, ebeveynlerin çocuklarının arkadaşlarından ve neler yaptıklarından haberdar olması
- Aile içi kuralların açık olması ve herkesin bunlara uyması,
- Ebeveynlerin çocuklarının yaşamlarına ilgili olmaları,
- Ebeveynlerin çocukların sorumluluk almalarını desteklemeleri, onların sorumluluklarını kendileri üstlenmemeleri,
- Çocukların boş zamanlarında spor veya sanatla uğraşmaya teşvik edilmesi,
- Bağımlılık yapan şeylerin kullanımıyla ilgili doğru bilgilenme.



Olası riskler için koruyucu faktörler:

- İnternete zaman zaman beraber girin ya da o girdiğinde gidip yanına oturarak onunla internet ilgisini paylaşın.
- Hem kendinizin hem de çocuğunuzun ne seyredeceği veya hangi programları kullanacağı konusunda seçici olun.
- Teknolojinin ailece birlikte geçirilen zamanların ya da oyun saatlerinin yerini almasına izin vermeyin.
- Çocuğunuzdan televizyon, bilgisayar ve tablet olmadan birlikte yapabileceğiniz eğlenceli etkinlikler belirlemesini isteyin ve uygun olanlarını gerçekleştirmeye çalışın
- Çocuğunuzun ekran başında geçireceği günlük süre için mutlaka bir zaman sınırlaması getirin.
- Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmayın
- İnternet ortamında insanları gerçekten tanımanın oldukça güç, hatta imkânsız olduğunu çocuğunuza anlatın
- Çocuğunuzun bağımlı olduğunu düşünüyorsanız bir uzmana danışın.

Çocuklarla Şu Konularda Konuşabilirsiniz:

- Hoş olmayan mesajlara ve maillere yanıt vermemeli, tanımadığın kişilerden gelen mesajları, mailleri açmamalısın; linklere tıklamamalısın.
- Tanıdığın ya da tanımadığın kişi ya da kişilerden hoş olmayan mesajlar, mailler aldığıında, kişiyi engellemeli, bana veya öğretmenine söylemelisin.
- Kendinle ve ailenle ilgili özel/kişisel bilgileri (adres, telefon numarası, kredi kartı numarası vb.), fotoğrafları paylaşırken dikkatli olmalısın.
- Herhangi birisi senden kendinle ilgili kişisel bilgileri paylaşmanı ısrarla istiyorsa bana haber vermelisin.
- Video oynatma yazılımı yüklemeni isteyen/gerektiren videoları indirmemelisin.
- Yüz yüze nasıl davranıyorsan, çevrim içinde de aynı şekilde davranmalısın.
- Güvenli şifreler oluşturmalı ve bunları kimseyle paylaşmamalısın.
- İnsanlar çevrim içi olarak farklı davranıyor ya da kendilerini gizliyor olabilir. Bu nedenle tanımadığın kişilerle sanal iletişim kurmamalısın.
- Sosyal medya hesaplarını gizli tutmalı, gizlilik ayarlarını düzenli olarak kontrol etmelisin.
- Sohbet odalarında tanıştığın kişilerle benden izin almadan ve kim olduklarını bilmeden buluşmamalısın.