

TEKNOLOJİNİN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

• Sosyal Yaşamdan Kopma

Çocuk yaşlarıyla birlikte olmak yerine ya da anne babasıyla zamanını paylaşmak yerine televizyon veya bilgisayarı tercih edebiliyor ve bunun sonucunda da sosyal ortamdaki kopukluk, içe dönüklük, özgüven eksikliği, çevresiyle ve yaşlarıyla iletişim kurmada güçlük gibi sorunlar ortaya çıkabiliyor.

• Var Olan Davranış Sorunlarının Pekleşmesi

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 davranışlar göstermesine neden olabiliyor.

• Duygusal Duyarsızlığa neden olma

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

• Dikkat Süresinin Azalması

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

• Ders Çalışma Davranışına Engel Olma

Bilişim teknolojisinin ürünlerinden özellikle bilgisayar oyunları, televizyon, internet ve chat çocukların ders çalışmasını önemli ölçüde etkileyebiliyor.



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI



Mehmetçik Ortaokulu
Rehberlik Servisi

Neler Yapılabilir?

- **?** Ebeveyn olarak çocuklara doğru model olmak adına kendi teknoloji kullanımımızı kontrol altına alınmalıdır.
- **?** Çocukların günlük bilgisayar, televizyon, playstation vb. teknoloji aletlerini kullanma süreleri sınırlandırılmalıdır. (Okul dönemi içerisinde 1 saat civarında kullanımı uygundur)
- **?** Teknolojinin zararları çocuklara açıklanmalıdır.
- **?** Bilgisayar, televizyon vb. asla ders çalışma süresinin arasındaki dinlenme saatinde kullanılmamalıdır; çünkü bunlar sonrasında çocuğun yeniden derse yoğunlaşmasını güçleştirir.
- Televizyon seyredirken ebeveyn olarak seçtiğiniz, çocuğunuzun yaşına uygun programları seyretmesini sağlamalısınız; emin olmadığınız programlarda mutlaka yanında oturarak herhangi bir istenmeyen veya olumsuz görüntü üzerinde açıklama yapıp yanlış anlaması engellenmelidir.

- Ailecek iletişimde olma, paylaşımında bulunma çocukları teknoloji bağımlılığından uzak tutacak en önemli etkenlerdendir. Beraber vakit geçirmek çocuğunuzun sevincini, üzüntüsünü, kaygılarını sizinle paylaşıyor olmasını sağlayacak ve böylece ekranı dikkatini dağıtacak, duygularından uzaklaştıracak bir kaçış yeri olarak görmesini engelleyecektir.



- **?** 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.

