

Değerli Velimiz,

İçinde bulunduğumuz teknoloji çağı hem hayatımızı kolaylaştırıyor, hem de yeni sıkıntıları beraberinde getiriyor 'Teknolojik bağımlılık' denilen tanımlamada çocuk gittikçe daha çok zamanı söz konusu teknolojik aletlerle geçiriyor. Toplumsal yaşamdan kaçma, içe kapanıklık, bu aletleri kullanması anne ve babası tarafından engellendiğinde aşırı tepkiler verme gibi belirtiler psikolojik travmanın yarattığı etkiler arasında sayılabiliyor. Çocukları teknolojiden tamamen uzak tutmak, yasaklamak gerçekçi bir yaklaşım değil, sorun teknolojide değil, onun nasıl kullanıldığında !! Ancak anne ve babaların çocuklarına doğru bir rol model olarak, teknolojik bağımlılıktan uzak kalmaları mümkün olabilir.

Bağımlılığı Önleyici Faktörler:

1. Güçlü ve pozitif aile bağları: Aile üyelerinin birbirlerine destek olmaları, birbirlerinin yaşamlarına ortak olmaları önemli. Geniş aile yapısı (amca, hala, dayı...) da bu desteği arttıran nitelikte...

2.Çocuklarınızın ne yaptığından haberdar olmalısınız: Çocuğunuzun arkadaşlarını iyi tanımak önemli. Arkadaşlarını eve davet edip aralarındaki ilişkiye bakın. Aralarında nasıl bir bağ var?

3.Aile içi kuralların olması: *"Bizim evimizin kurallarına göre internet kullanımı günde 1 saatle kısıtlı. Yemek birlikte yenecek. Sofraya telefon getirilmeyecek, televizyon açılmayacak."* – Kurallarınız ne kadar anlaşılır ve net olursa uygulaması o kadar kolay olur. Koyduğunuz kurallar ve konuşmalarınızda pozitif tutum sergileyiniz. Olumsuz söylemlerin çocuğunuzla kuracağınız iletişimde çatışmayı artırıcı unsur olabileceğini aklınızdan çıkarmayınız. **'Hafta içi kullanıma izin vermemek' bile bağımlılığın önüne geçmeye yarıyor.** Çünkü üst üste, tekrarlı kullanımı engellemiş oluyorsunuz.

4.Ebeveynlerin ilgisi: Çocuklarınızla sohbet edin. Çocuğunuzun arkadaşları, zevkleri, korkuları, sevdikleri ve sevmedikleri konular hakkında bilgi sahibi olunuz. Çocuğunuza, her konuyu sizinle paylaşabileceği güvenini veriniz.

5.Çocuğun sosyal bağlarının kuvvetli olması: Çocuğunuz okulda kulüplere üye olsun, mümkünse spor, sanatla uğraşması, vs. önemli. Birlikte dışarıda geçirilecek zaman veya çocukların herhangi bir sanat veya spor dalıyla uğraşması, kitle iletişim araçlarına olan ilgiyi azaltabiliyor ve çocukları daha sosyal kılıyor.

6.Çocuklarımıza güçlü aile ve arkadaşlık bağları kazandırmalıyız ki, sanal ortamdaki hiçbir paylaşımın gerçek hayattaki paylaşımlarımızın yerine geçemeyeceğini anlamalılar.

7.Çocuğunuzun internete girdiği bilgisayarın çocuğun odasında olmamasına, evinizin ortak kullanım alanı içinde olmasına dikkat ediniz. Bu sayede hem çocukların teknolojik aletleri kullanmaları konusunda anne ve babanın denetimi altında olmaları sağlanmış oluyor hem de bilgisayarın ortak kullanımı nedeniyle, süre konusunda kısıtlama getirilmesi kolaylaşıyor.

8. Her konuda olduğu gibi, bu konuda da ebeveyn olarak çocuklarınıza iyi birer örnek olunuz. İş dışında uzun saatler teknolojik aletlerle ilgilenmemeye özen gösteriniz.

9. İnternet’ te mümkünse çocuğunuzla birlikte gezininiz. Eğer çocuğunuz bu konuda isteksiz ise, sadece sizin ve okul öğretmenlerinin onayladığı siteleri ziyaret etmesi konusunda çocuğunuzu uyarınız. Çocuğunuza internetin ne olduğunu anlatın. Nasıl kullanıldığını... Ve nasıl kötüye kullanılabileceğini... Sizin yetersiz kaldığınız konularda uzmanlardan yardım alınız.

10.Şiddet içerikli programların izlenmemesi, oyunların satın alınmaması konusunda azami dikkat gösteriniz.

11.Çocuğunuzun internet kullanımını sık sık denetleyiniz. Hangi sitelere girdiği, hangi sohbet ortamlarında bulunduğu konusunda fikir sahibi olunuz. Mümkünse sohbet ortamlarındaki arkadaşlarını tanımaya çalışınız.

12.Çocuğunuzun, bir sitede yer alan oyunlara, aktivitelere, yarışmalara katılmadan önce bunların yaşına uygun olup olmadığı konusunda mutlaka size ve öğretmene danışması gerektiğini belirtiniz.

13.Çocuğunuza sizin izniniz olmaksızın, T.C. kimlik numaralarınızı, adres, okulu adı, telefon numarası, ebeveyninin iş adresleri ve iş yeri telefon numaraları gibi kişisel bilgileri internet sohbet ortamında kimseye vermemesi gerektiğini öğretiniz.

14. Çocuğunuzu sosyal medya ve youtube hesaplarında kişisel fotoğraflarının paylaşılmaması konusunda uyarınız, kendiniz de sosyal medya hesaplarınızda çocuklarınızın fotoğraflarını filtrelemeden paylaşmayınız.

15. Çocuklara, internet ortamında başkalarını rahatsız edecek davranışlarda bulunmamalarını öğretiniz.

16. İnternet ve bilgisayar evinizde ya da çocuğunuzun okulunda yoksa ve çocuğunuz interneti başka bir yerde kullanmak zorunda ise bu yerin neresi olduğu hakkında bilgi sahibi olunuz. Sizin izniniz olmaksızın bu yerlere gitmemesi gerektiği konusunda çocuklarınızı uyarınız. Çocuklarınız için uygun olmayan (sigara içilen, filtreleme kullanmayan işletmelerde) ortamlarda bulunmamaları konusunda çocuklarınıza bilgi veriniz.

Her bağımlılık gibi, teknoloji bağımlılığı da beyinde kalıcı hasarlara neden olabildiğini lütfen unutmayın.

Ali İhsan DAMKACI
Okul Müdürü

Okul web sitemizi ziyaret ederek (www.bszo.meb.k12.tr) ve aşağıdaki Cep telefonunuzdaki QR Kod uygulaması ile tarayarak konuyla ilgili daha fazla sunu ve videolara ulaşabilirsiniz.

