

2021 – 2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
ÖZEL SALİHLİ KOLEJİ REHBERLİK BÜLTENİ

Bilinçli Teknoloji Kullanımı

Sayın velilerimiz, sizlerin de bildiği gibi teknolojiyi hayatımızın her alanında fazlasıyla kullanıyoruz. Sadece birkaç tuşa tıklayarak birçok işimizi halledebiliyoruz ancak, bunun yanında bazen gerçek hayattan kopup, sanal ortamda fazlasıyla vakit de geçirebiliyoruz. Bu durumun özellikle çocukların gelişimine olumsuz etkilerinin fazla olduğunu rahatlıkla söyleyebiliriz. Bu nedenle her yaş grubunun teknoloji kullanımını kontrol altına alması gerekmektedir. Teknolojik aletlerin daha bilinçli kullanımını sağlamak adına bilinçli teknoloji kullanımı veli bültenini hazırlamış bulunmaktayız.

Bilinçli teknoloji kullanımı nedir?

Teknolojinin, yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

Çocuklar Teknoloji İle Ne Kadar Zaman Geçirmeli?

- 0-3 Yaş: Olabildiğince ekrandan uzak tutulmalıdır.
- **3-6 Yaş:** Günlük toplam süre **20-30** dakikayı geçmemelidir.
- **6-9 Yaş:** Günlük toplam süre **40-50** dakikayı geçmemelidir.
- **9-12 Yaş:** Günlük toplam süre **60-70** dakikayı geçmemelidir.
- **12+ Yaş:** Günlük toplam süre **120** dakikayı geçmemelidir.

Bilinçli Teknoloji Kullanımı İçin Anne Babalar Neler Yapabilir?

- Teknoloji kullanımında öncelikle ebeveynin doğru örnek olması.
- Ekransız saat uygulaması yapın, evdeki tüm ekranları kapatıp ailenizle vakit geçirin.
- Teknoloji kullanımı yasaklamayın, zaman sınırlaması koyun.
- Çocuklara evde yaşına uygun sorumluluklar verin.
- Birlikte ev işleri, sosyal, kültürel ve sportif faaliyetler gerçekleştirin.
- Teknoloji kullanımı konusunda ailecek kurallar belirleyin ve bu kurallara sizde uyun.
- Çocuğa sıklıkla öğüt veren eleştiren kişi değil dinleyen ve anlayan kişi olun.

Çocuklara Güvenli İnternet Konusunda Verilmesi Gereken Mesajlar;

- **İzin Al:** İnternete girmeden önce, video izlemeden önce, bir oyun programı indirmeden önce her zaman bir büyüğünden izin almalısın.
- **Paylaşma:** İnternette isim, adres, şifre, okulunun ismi gibi kişisel bilgilerini paylaşmamalısın.
- **Açma:** Tanımadığın insanlardan gelen mailleri, linkleri, mesajları açmamalısın.
- **Anlat:** İnternette hangi sitelerde dolaştığını, neler öğrendiğini, kimlerle konuştuğunu her zaman ailene anlatmalısın.

Çocuklar için en zararlı oyunlar;

- **Brawl Stars:** 13 yaşından küçük çocuklarda saldırganlık, bağımlılık ve ailesinden para çalmaya varacak olumsuzluklara sebep oluyor. Sürekli oyunda kalmaya zorlayan, aşırı rekabetçi, satın almaya zorlayan unsurları tehlike içermektedir.
- **Pubg:** Oyunun resmi yaş etiketi 13+ olmasına rağmen birçok ciddi kuruluş 16+ olarak görüyor. Çok küçük yaşlara kadar ulaşan bu oyun "hayatta kalmak için diğerlerini öldürmelisin" teması içeriyor. Oyun içi satın almaya teşvik, içerdiği şiddet ve çocuklarda aşırı bağımlılık yapması nedeniyle zararlıdır.
- **Valorant :** 16+ etiketli bu oyun içerdiği şiddet ve kötü örnek oluşturucu konuşmalar nedeniyle 18+ dır. Oyun içi satın almaların çok olduğu, küfür ve zorbalıklarla karşılaşabilecekleri bir oyun.
- **GTA 5:** Resmi yaş etiketi 18+ olan bu oyun, cinsellik, madde kullanımı, şiddet, küfür, değerlere saygısızlık, kötü ahlak gibi olumsuzlukları barındıran bir oyundur. Küçük çocukların oynaması kalıcı davranış problemlerine yol açabilir.
- **Fnaf:** 13+ etiketi olan bu oyun korku ve dehşet unsurları içermektedir. Şiddete dayalı bir oyundur. Küçük çocuklarda gece korkularına neden olabilmektedir.
- **Cennet & Cehennem:** Oyun içerisinde ölen insanların günahlarına göre cennet ya da cehenneme gitmelerine karar verilmesi bekleniliyor. Oyun içerisinde "Karımı öldürdüm, ama kanserdi!" gibi ahlaki değerleri yok sayan bir sürü soru ile karşılaşılabilir.
- **Battlefield**
- **Red Dead Redemption**
- **Dünya Yok Etme Simulatörü**
- **Doğruluk Ve Cesaret**
- **Gerçek Yaşam Flört**

Her ebeveyn çocuklarının zararlı içeriklere maruz kalmasından endişe duyuyor. Yazılan oyunların dışında zararlı olan o kadar çok oyun var ki... Bu yüzden ki oyunların içerikleri kontrol edilmeli. Hitap ettiği yaş kitlesi dikkate alınarak oyunlar seçilmeli. Oyunun verdiği mesaj ve hangi amaca hizmet edildiği ebeveyn tarafından bilinmeli. Güvenli internet hizmetleri tercih edilmeli (aile profili, çocuk profili).

AİLEMİZİN GÜVENLİ İNTERNET KURALLARI
Güvenli Teknoloji Kullanım Kurallarımız

1. Tüm teknolojik aletleri kullanmak için ailemden izin isterim.
2. İnternet ortamında yabancılarla konuşmam
3. Adımı, soyadımı, adresimi, yaşımı, TC kimlik numaramı ve aileme ait bilgileri asla kimseyle paylaşmam
4. Tanımadığım insanlardan gelen e posta, görüntü, mesaj, link ve buna benzer içerikleri açmam.
5. Beni üzen ya da korkutan her ne olursa olsun ailemle paylaşıyorum.
6. Teknoloji kullanımı konusunda ailemle birlikte belirlediğim zamana uyarım.

Ebeveyn
İmza

Çocuk
İmza