

KASIM
2023

Rehberlik

FMV ISPARTAKULE IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA BÖLÜMÜ BÜLTENİ

GÜVENLİ

TEKNOLOJİ KULLANIMI





Güvenli Teknoloji Kullanımı

Günümüzde teknoloji, insanların yaşamında dokunduğu her şeyi dönüştürme gücüne sahip olup günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Yaşama, çalışma, dünyayla etkileşim kurma, öğrenme ve hatta eğlenme biçimimize kadar teknoloji, günlük hayatın dokusuna işleyerek insan deneyiminin ayrılmaz bir parçası olmuştur. Teknoloji kullanımının hayatımıza kattığı önemli fırsatlar, iletişim ve bilgiye erişim gibi temel işlevlerin yanı sıra toplumsal birikime katkı sağlama, toplumsal birliktelik ve farkındalığı pekiştirme, gruplar arası eşgüdüm ve iletişimi güçlendirme gibi başlıklar altında toplanabilir. Teknolojinin en önemli katkılarından biri olan kolaylığı artırma (sıradan işlerden karmaşık işlere kadar) günlük işleri kolaylaştırarak daha verimli ve erişilebilir hale getirmiştir. Eğitimde teknoloji, öğrenme için yeni yollar açmakta ve bilgiyi herkes için erişilebilir hale getirmektedir. İnsanların buldukları konularından bağımsız olarak bilgi ve becerilerini sürdürmelerine olanak tanıyarak iş, eğitim ve araştırma alanlarında evrensel işbirliğini de kolaylaştırmaktadır. Dünya üzerinde teknoloji-internete ulaşım ve kullanım, her geçen gün artsa da özellikle çocukların nasıl ve ne düzeyde teknolojiden yararlandıkları üzerinde durulması gereken önemli bir konudur.

Teknoloji kullanımının çocukların gelişimsel özelliklerine yönelik olumlu ve olumsuz etkilerine dair çeşitli görüşler bulunmaktadır. Özellikle çocukların erken yaş dönemlerinde teknoloji kullanımının bilişsel ve sosyal gelişimlerine olumsuz etkilerinde ortak görüşlerle sıklıkla karşılaşılmaktadır. Bu görüşe göre bilgisayarın çocukları gerçek oyun kültüründen alıkoyarak kendileri için henüz çok erken olan bir dönemde kaldıracabileceklerinin üzerinde uyarana maruz bırakabileceği tehlikesi söz konusudur.



Güvenli Teknoloji Kullanımı

Bu teknolojilerle sağlanan sanal dünyanın gerçeği yansıtmaktan uzak olması, çocuğu gerçeklerden izole bir yaşama doğru çekmesi, farkındalığını ve yaratıcılığını azaltması gibi eleştiriler de dile getirilen görüşler arasındadır. Güncel teknolojileri çocuklar için bir fırsat olarak gören görüşte ise çocukların gelişim düzeylerine uygun program ve uygulamaların doğru biçimde kullanılmasıyla yaratıcılığın geliştirilebileceği vurgulanmaktadır. Bu bağlamda çocukların öğrenme biçimlerine uygun, katılımcılığı teşvik eden etkinliklere yer vermenin güncel teknolojilerle daha da kolaylaştığı; farklı gelişim gereksinimlerine hitap eden bütüncül bir öğrenme ve deneyimleme ortamı sunmanın artık mümkün olduğu; gerçeğe yakın oyun ve sosyalleşme fırsatları ile gelişim dönemlerine uygun deneyimlerin yaşatılmasının söz konusu olduğu belirtilmektedir.

Bilgisayar ve internetin çocuk ve ergenler için bir tehdit ya da fırsata dönüşmesi onların davranışlarının biçimlenmesinde söz sahibi olan yetişkinlerin farkındalık ve eylemleri ile netleşebilir. Ailelerin bu dönemin gelişim özellikleri ve söz konusu teknolojiler hakkında yeterli bilgiye sahip olmaları, karşılıklarına çıkabilecek tehlikeleri önceden sezip müdahale etmeleri açısından faydalı olacaktır. Çocuk ve ergenlerde bilgisayar ve internet kullanım sürelerinin yanı sıra bu sürelerin hangi içerik ve etkinliklerle değerlendirildiğine yönelik bilgiye sahip olma ailenin takip etmesi gerektiği unsurlar arasında olmalıdır.

Bilgisayar ve internet kullanımının yaratıcılığı ve çok yönlü dikkati arttırdığı, görsel bilgiyi çok hızlı bir biçimde alıp işlemede çocuklara yardımcı olduğu, bu tür etkinliklerin görsel zekayı geliştirebileceği belirtilmektedir (DeBell ve Chapman, 2006; Subrahmanyam vd., 2000). Bazı bilgisayar oyunlarının kavramsal beceriyi ve aynı anda birden fazla görev yapma becerisini artırabileceği de gözlemlenmiştir.



Güvenli Teknoloji Kullanımı

Farklı bilgisayar oyunlarının dikkat toplamayı, görsel öğelere daha iyi biçimde odaklanmayı, resim ve diyagramları algılamayı ya da oyunda gerçekleşebilecek ihtimaller hakkında tahmin yürütmeyi olumlu yönde etkilediği ile ilgili çokça bilgi vardır. Bunlarla birlikte okul çağı çocuklarının gün içerisinde okul ortamında öğretmenleri ve sonrasında evlerinde ebeveynlerinden yoğunlukla bilgi ve komut alıyor olması çocukta öfke, kızgınlık, endişe vb çeşitli duygularının yoğunlaşmasına etki edebilmektedir. Bu duygu durumları ile baş etmekte zorlanan çocuklarda yoğun bir agresyon oluşabilmektedir. Yaş dönemi sınırları içinde, çocukların teknolojik araçlarla ve oyunlarla vakit geçirmelerine izin vererek, içlerinde oluşan bu agresyonu veya duyguları boşaltmasına ve işleyebilmesine imkan vermek özenlidir.

İnternette oyun oynama, oyunlar içerisinde strateji üretme, iletişim kurma gibi etkinlikler çocuğun bilişsel gelişimine katkıda bulunabilmekte, doğru etkinliklerle zaman geçirildiğinde problem çözme gibi üst düzey görevlerin bile kolaylıkla yerine getirilebilmesi söz konusu olabilmektedir. Örneğin, internet adreslerini ziyaret etmek bireyin nispeten daha pasif olduğu etkinliklerden çok daha karmaşık bilişsel yetileri işe koşmayı gerektirebilmektedir. Şöyle ki planlama, arama stratejilerini işe koşma ve bulunan bilgileri bir değerlendirmeye tabi tutma gibi eylemler söz konusudur. Bu eylemler ise internet kullanımının olumlu bilişsel etkiler yaratmasına katkıda bulunmaktadır.

Bilişsel ve psikolojik anlamda yeterli olgunluğa erişmemiş olan çocuk ve ergenleri bekleyen bir tehdit olarak internet bağımlılığından söz etmekte yarar vardır. Bireylerin internet kullanımını kontrol edememesi; hatta internet kullanımının günlük etkinlikleri sekteye uğratması biçiminde kendini gösteren internet bağımlılığı, son yıllarda sıklıkla çalışılan konular arasında yer almaktadır.



Güvenli Teknoloji Kullanımı

Çocukta internet bağımlılığını nasıl fark ederiz: Çocuğun sosyal ilişkilerden geri çekilmesi, giderek içe kapanması, oyun veya internet başında geçirdiği vaktin giderek artması, oynamadığı zamanlarda öfkesini kontrol etmekte zorlanması gibi durumlar yaşanması ve çocuğun akademik başarısının belirgin bir şekilde olumsuz etkilenmesi aşırı internet kullanımının sinyallerini vermektedir. Bu durum aynı zamanda aile ile etkileşimin azalmasına, sosyal çevrenin daralmasına ve kişilerin kendilerini yalnız ve mutsuz hissetmesine yol açabilmektedir. Teknolojik araçlarla çok vakit harcamasına karşın kişinin hayatı, sorumlulukları, yaşamsal fonksiyonları aksamiyorsa örneğin aile hayatı, okul başarısı, arkadaş ilişkileri yerindeyse bu kişiye bağımlı demek zordur. Çocuk zaten ilişki kurmakta zorlanıyorsa internete ya da birtakım bilgisayar oyunlarına bağımlılık geliştirebilir, ailesi arkadaşları ve çevresiyle rahat ilişki kurabilen çocuğun sosyal gelişimini herhangi bir teknolojik aracın olumsuz etkilemesi çok da mümkün değildir.

Çocuğunuzun sağlıklı gelişim için gerekli faaliyetleri yerine getirip getirmediğini değerlendirmek amaçlı bu ve benzer soruların cevaplarını düşünebilirsiniz;

- Çocuğum yeterince uyuyor ve dengeli besleniyor mu?
- Aile ve arkadaşlarıyla verimli zaman geçiriyor mu?
- Okul, ev ve kişisel alanlarına yönelik sorumluluklarını yerine getirebiliyor mu?
- İlgi alanlarına, hobilerine zaman ayırabiliyor mu?

Soruların cevapları çoğunlukla evet ise teknolojik araçların kullanımı kabul edilecek düzeyde olduğunun bir işareti olabilir.



Güvenli Teknoloji Kullanımı

Güvenli Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Ailelere Öneriler

•Bilgisayar kullanım süresi hakkında sınırları net olan bir yapı belirlenmeli, bu sınırların çocuk ve ergen için neden gerekli olduğu açıklanarak kendisiyle anlaşmaya varılmalıdır. Sınır ve kurallara uymakta zorlanan çocuklarda, karşılıklı anlaşarak süre belirlemek, teknolojik araçların ortak çalışma alanlarında bulundurmamak, alarm kurmak ve en önemlisi yetişkinler olarak teknolojiyi nasıl ve ne kadar süre kullanımı konusunda model olmak denenebilir.

Ancak çocuklara ilişkin her özgürlük düzenlenmesinde düzenleme ile yok etme arasındaki sınırı geçip geçmediğimizi nasıl anlayabiliriz?

Düzenleme rahatlığı beraberinde getirir. Ancak anne-babayı rahat ettiren düzenlemenin çocuğu gözettiğinden emin olmak gerekir. Özgürlük ya da disiplin adına dayatma ile harekete geçilmesi çocukla olan iletişime yıkıcı bir etki bırakır. Tam da bu sebeple ortak kararlarla, model olunarak sürece dahil olmak yetişkinlerin görevidir.

•İnternet kullanımında tutulamayacak sözler verilmemeli, yalnızca aile ritmine uygun kurallar belirlenmelidir.

• Ebeveynlerin çocuklarını internette meydana gelen tehlikelerden korumak için internet ve bilgisayar kullanımını en azından “ev içi denetleme” yapabilecek seviyede öğrenmeleri gerekmektedir.

•Ebeveynlerin çocuklarının ilgilendikleri içeriklere dair ‘çocuğun yaşına uygun mu, hayal gücünü, yaratıcılığını, strateji geliştirmesini, düşünme becerilerini harekete geçiriyor mu? vb. sorular ile değerlendirmelerde bulunması önemlidir.

•Ebeveynlerin çocuklarla kurdukları iletişimin açık ve destekleyici olması çocukların teknoloji kullanımı sırasında deneyimleyebilecekleri iyi veya kötü her durumu çekinmeden paylaşmalarına teşvik ederken işlevsel bir destek almalarına, yaşadıkları deneyimden bir öğrenim kazanmalarına katkı sağlayabilmektedir. Böylelikle gizlice çocukları takip etmektense ebeveyn-çocuk arasında işbirliğini güçlenmektedir.



Güvenli Teknoloji Kullanımı

•Çocukların teknolojik araçları tercih etmesi ve yönelmesine bir denge oluşturmak için ebeveynlerin çocukların yetenek ve ilgi alanlarına yönelik uygun spor ve sanat etkinliklerine yönlendirmeleri faydalı olacaktır.

•Teknolojik araçların sadece oyun oynamak olmadığını, yaşamın birçok alanında hayatı nasıl kolaylaştırdığına, dünyanın bir diğer ucundaki insanlarla nasıl ilişki kurulduğuna ve küresel gelişimlerin nasıl takip edileceğine dair çocuklarla uygulamalar yaparak çocukların teknoloji kullanımına dair bakış açıları çeşitlendirilmelidir.

Teknolojinin her bireyin yaşamına getireceği olumlu veya olumsuz etki nasıl kullanıldığına göre değişim göstermektedir. Teknolojik araçların çocukları değil de, çocukların liderliğinde, onların teknolojik araçlara hükmeden, yöneten bireyler olmalarına katkı sağlamak önemli olmaktadır.

Teknolojiyi işlevsel bir şekilde kullanan, faydalarıyla hayatlarımızı zenginleştirdiğini fark eden daha bağlantılı, yenilikçi ve uyumlu bir geleceğe doğru yol almamız dileğiyle..

Yararlanabilecek Kitap Önerileri

Eyvah Çocuğum Dijital!, Buğra Ayan

Dijital Dünyada Ebeveyn Olmak, Salih Uyan

Dijital Dünyada Organik Çocuklar Yetiştirmek, Doç. Dr. Selim Günüş

Yeni Çocukluk- Dijital Bir Dünyada Başarılı Çocuklar Yetiştirmek, Dr. Jordan Shapiro

Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek- Kristy Goodwin

Teo'nun Tablet Kitabı- Yağmur Artukmaç ve Psikiyatrist Dr. Özlem Sürücü

FMV ÖZEL İSPARTAKULE İŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ