



ANAOKULU | İLKOKUL
ORTAOKUL | LİSE

12.11.2021

2021-2022 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BÖLÜMÜ
1. ÇEYREK DÖNEM VELİ BÜLTENİ

BİLİNÇLİ İNTERNET KULLANIMI

Değerli Velilerimiz,

Amacımız; ortaokul çağındaki çocuklarımızın teknolojinin sağladığı olanaklar konusunda farkındalık kazanmaları, sınırsız bir özgürlük alanı olan internet dünyasında seçici olabilmeleri, bilinçlenmeleri. “Dijital Yerli” olarak tanımlanan Z kuşağı çocuklarımız teknoloji kullanımında teknik olarak birçok yetişkinden daha iyi durumda. Çocuklarımızın bu konudaki yetkinliklerine, biz yetişkinlerin bilinçli kullanım konusunda destek vererek katkı sağlayabileceğimizi düşünmekteyiz.

“Peki Nedir Bilinçli İnternet Kullanımı?”

İnterneti güvenli ve doğru bir şekilde kullandığımızda bu kullanım alanları bize pek çok fayda sağlar. Uygun sınırlarda kullanmadığımızda ise bazı risklerle karşılaşabiliriz.

Çocuğunuz interneti daha çok hangi amaçla kullanmakta?

Öncelikle çocuğumuzun internette nasıl, ne şekilde ve ne kadar zaman geçirdiğini biliyor olmalıyız. Araştırma, bilgiye ulaşma, sosyal medya, bilgisayar oyunu, film, sohbet ... Yapılan araştırmalarda, interneti bilinçli kullanan kişilerin daha çok bilgi, haber, eğitim, alışveriş sitelerinde zaman geçirdiklerini göstermektedir. (Kim & Kim, 2002).

Ne kadar zaman ayırmakta?

Günlük sorumluluklarını yerine getirdikten sonra mı, getirmeden önce mi bilgisayar, tablet veya telefonuyla zaman geçirmekte? Yemek yeme, ders çalışma, uyku, sosyal aktivite, aile ile zaman geçirme, kendisine zaman ayırma, spor yapma gibi yaşamın diğer alanlarına yeterince zaman ayırabiliyor mu? Yoksa bilgisayar, tablet veya telefon her şeyin önüne mi geçiyor? Teknoloji bağımlılığı, teknolojiyi kullanmada ve onunla ilişkide kişinin iradesini kaybetmesi, kendini denetleyememesi ve onsuz bir yaşam sürememeye başlaması hâlidir.



ANAOKULU | İLKOKUL
ORTAOKUL | LİSE

Teknoloji araçlarının sahip olduğu ve etkileşim olanağı sağlayan ses, görüntü vb. etkiler bağımlılık eğilimini arttırabilmektedir. (Griffiths, 1999) Çocuğunuzun internet kullanım/davranış sıklığı azaldığında veya kesildiğinde huzursuzluk, uykusuzluk, öfke gibi yoksunluk belirtileri yoğun olarak görülüyorsa bu durumu öncelikle Rehberlik Birimi ile paylaşmanızı öneririz.

“Dijital Ayak İzi” bıraktığımız unutulmamalıdır!!!

Dijital ortamda kişinin bıraktığı, paylaştığı, tıkladığı her yazı, ses, görüntü, bilgiler sonucu ortaya çıkan süresiz izlerdir. Bu izler, sildiğimizi zannetsek bile asla tam anlamıyla yok olmadıkları için gelecekte karşımıza çıkabilir ve bizi zor durumda bırakabilir. (TBM)

İnternetin Güvenli ve Bilinçli Kullanımı İçin Öneriler

Yaş dönemi açısından ön ergenlik-ergenlik dönemindeki çocuklarımız, istemiyor gibi görünüp, şiddetle karşı çıksalar da evdeki yaşamlarında kural ve sınır beklerler. Sınırları belirlenmiş, kurallar konusundaki netlik taşıyan ortamlarda çok daha sağlıklı davranışlar ortaya çıkar. Kurallar belirlenirken, mutlaka çocuğunuzun talepleri, düşünceleri alınmaları ve ortak bir paydada buluşulmalıdır.

Aile meclisi olarak alınan kararların uygulanmasında ebeveyn paketlerinden yararlanabilirsiniz. İnternette sakıncalı bulunan içerikleri engelleme, süre konusunda belirlenen kararı uygulamada internet ebeveyn paketleri işinizi kolaylaştırabilir.

Dijital okuryazarlık konusunda, evdeki yetişkinlerin doğru rol model olmaları, çocukların davranışları üzerinde etkilidir. İnternetin sunduğu olanaklardan doğru ve bilinçli bir şekilde yararlanan ebeveynler, kendi tutumlarıyla da çocuklarına örnek olurlar. Çevrimiçi bilgileri eleştirel biçimde analiz edip doğru yorumlamak, güncelliğini ve doğruluğunu kontrol etmek dijital okuryazarlıktaki en önemli adımlardan biridir.

Gelişimin en hızlı olduğu ortaokul çağındaki çocuklarımızın, fiziksel, psikolojik sağlıkları için Bilinçli İnternet Kullanımını destekliyoruz.

Bu konuda aşağıdaki kaynakları okumanızı/incelemedenizi öneririz.

-İnternet Bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak

Yazar: Kültekin Ögel

-<https://tbn.org.tr/>

-Ergen Beyni: Dr. FRANCES E. JENSEN

Kaynakça:

TBM: Yeşilay

Hacettepe Üni. Eğitim Fak. Dergisi

REHBERLİK ve PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



ANAOKULU | İLKOKUL
ORTAOKUL | LİSE

Menderes Caddesi Sevgi Mh.
No: 9 - Gaziemir, İzmir

izmir@itugvo.k12.tr
izmir.itugvo.k12.tr

T 444 6 488
F 0232 274 1700