

TEKNOLOJİ ÇOCUKLARI NASIL ETKİLER?

- Bir günde televizyon izleme saati ile yaşamın ileriki dönemlerinde dikkat eksikliği / hiperaktivite gibi çocuğun okula ve sosyal yaşama uyumunu zorlaştıran dikkat problemlerinin oluşması arasında ilişki vardır. Yapılan bir çalışmada televizyondaki aşırı uyarının bebeklerin beyin gelişimini olumsuz yönde etkilediği, 3 yaşından önce televizyon izleme ile 7 yaşında artmış dikkat sorunları arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.
- Teknolojinin diğer olumsuz etkileri ise ; kilo sorunu, yorgunluk, görme ve işitme bozuklukları, halsizlik, baş ağrısı, uyku bozuklukları, psiko-sosyal bozukluklar olarak sayılabilir.



- Aynı zamanda çocuklar kitle iletişim araçlarında ve özellikle sık sık karşılaştıkları televizyonda şiddet ve saldırganlık içeren programların etkisinde kalabilmektedirler. Özellikle okulöncesi dönemdeki çocuklar gerçek dünya ile gerçek olmayan dünyayı ayırt etmekte zorlandıklarından dolayı, televizyonun olumsuz etkilerine karşı tamamen korumasızdırlar. Çocuklar şiddet içeren programlardan 3 şekilde etkilenmektedir: Saldırgan tutum ve davranışları öğrenmek, Gerçek dünyada şiddeti uygulamak ya da Şiddetin kurbanı olacağı korkusu geliştirmek.
- Çocuklar izledikleri çizgi filmlerdeki renkli ve dikkat çeken karakterlerden etkilenmekte ve bu karakterlerin genellikle problemleri çözmek için şiddete başvurduklarını gözlemlemektedirler. Çocukların bu karakterleri severek izledikleri ve taklit etme eğiliminde olduğu görülmektedir. Televizyonda sık sık problem çözmek için şiddetin kullanıldığını gördüklerinde kendi problemlerini çözmek için de aynı yolu deneme eğiliminde olmaktadır.



TEKNOLOJİYİ NASIL DAHA SAĞLIKLI ŞEKİLDE KULLANABİLİRİZ?

- Bilgisayar, tablet ve telefonun kullanımı 3-6 yaşlarında çok dikkatli bir şekilde planlanmalıdır. Çünkü bu yaş çocuklarının özellikle sosyal ve bedensel etkinliklere ihtiyaçları vardır. Öğrenme, yaşayarak gerçekleşmelidir. Bu yaş çocuklarının, arkadaşları ile koşup oynaması, oyun kurması, tartışma ve tartışmayı çözme yollarını öğrenmesi gerekmektedir.
- Teknoloji anne babalar için çocukları meşgul eden bir bakıcı ya da ağıladığında susturucu bir araç olarak görülmemelidir. 2 yaşın altındaki çocukların televizyon izlememeleri, daha büyük çocukların ise günde 1-2 saatten az televizyon izlemeleri önerilmektedir.
- Her çocuk anne babasının aynasıdır. Çocuklar inanılmaz bir gözlem ve taklit yeteneğine sahiptir.



- Bu nedenle anne babalar çocukların yanında teknoloji kullanıma dikkat edip onlara model olmalıdır.
- Anne babalar çocuklarının izleyeceği çizgi filmleri seçerken oldukça dikkatli ve seçici olmalıdır. Aynı zamanda çocukların yanında film ya da dizi izlerken izledikleri şeyin içeriklerine dikkat etmeli, "O daha çok küçük, anlamaz." şeklinde düşünmemelidir.
- Bazen çocuklar farkında olmadan yaşlarına uygun olmayan site ya da videolara girmekte ve buradaki uygunsuz içeriklere maruz kalmaktadır. Bu nedenle ebeveynler çocukları için uygun olan uygulamalar kullanmaya özen göstermelidir. Örneğin; Youtube Kids gibi uygulamalar kullanarak çocuğunun yaş aralığını seçip güvenli ve denetleyebileceğiniz içerikler ile karşılaşmasını sağlayabilirsiniz.

TEKNOLOJİ ÇOCUKLAR ETKİLERİ?

- Bir günde televizyon izleme saati ile yaşamın ileriki dönemlerinde dikkat eksikliği / hiperaktivite gibi çocuğun okula ve sosyal yaşama uyumunu

SI NASIL

TEKN

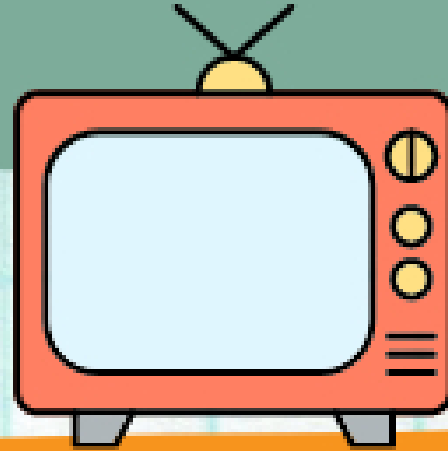
NOLOJII

TEKNOLOJİYİ NASIL DAHA SAĞLIKLI ŞEKİLDE KULLANABİLİRİZ?

- Bilgisayar, tablet ve telefonun kullanımı 3-6 yaşlarında çok dikkatli bir şekilde planlanmalıdır. Çünkü bu yaş çocuklarının özellikle sosyal ve bedensel etkinliklere

zorlaştıran dikkat problemlerinin oluşması arasında ilişki vardır. Yapılan bir çalışmada televizyondaki aşırı uyarının bebeklerin beyin gelişimini olumsuz yönde etkilediği, 3 yaşından önce televizyon izleme ile 7 yaşında artmış dikkat sorunları arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

- Teknolojinin diğer olumsuz etkileri ise, ; kilo sorunu, yorgunluk, görme ve işitme bozuklukları, halsizlik, baş ağrısı, uyku bozuklukları, psiko-sosyal bozukluklar olarak sayılabilir.

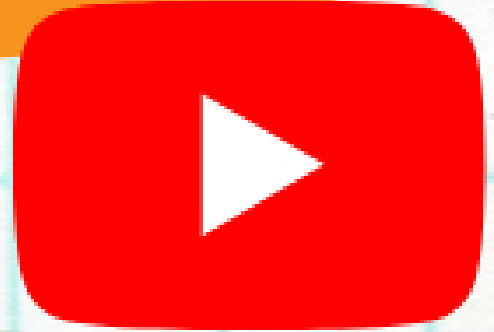


- Aynı zamanda çocuklar kitle iletişim araçlarında ve özellikle sık sık karşılaştıkları televizyonda siddet ve saldırganlık içeren programların etkisinde kalabilmektedirler. Özellikle okulöncesi



planlanmalıdır. Çünkü bu yaş çocuklarının özellikle sosyal ve bedensel etkinliklere ihtiyaçları vardır. Öğrenme, yaşayarak gerçekleşmelidir. Bu yaş çocuklarının, arkadaşları ile koşup oynaması, oyun kurması, tartışma ve tartışmayı çözüme yollarını öğrenmesi gerekmektedir.

- Teknoloji anne babalar için çocukları meşgul eden bir bakıcı ya da ağıladığında susturucu bir araç olarak görülmemelidir. 2 yaşın altındaki çocukların televizyon izlememeleri, daha büyük çocukların ise günde 1-2 saatten az televizyon izlemeleri önerilmektedir.
- Her çocuk anne babasının aynasıdır. Çocuklar inanılmaz bir gözlem ve taklit yeteneğine sahiptir.



dönemdeki çocuklar gerçek dünya ile gerçek olmayan dünyayı ayırt etmekte zorlandıklarından dolayı, televizyonun olumsuz etkilerine karşı tamamen korumasızdırlar. Çocuklar şiddet içeren programlardan 3 şekilde etkilenmektedir: Saldırgan tutum ve davranışları öğrenmek, Gerçek dünyada şiddeti uygulamak ya da Şiddetin kurbanı olacağı korkusu geliştirmek.

- Çocuklar izledikleri çizgi filmlerdeki renkli ve dikkat çeken karakterlerden etkilenmekte ve bu karakterlerin genellikle problemleri çözmek için şiddete başvurduklarını gözlemlemektedirler. Çocukların bu karakterleri severek izledikleri ve taklit etme eğiliminde olduğu görülmektedir. Televizyonda sık sık problem çözmek için şiddetin kullanıldığını gördüklerinde kendi problemlerini çözmek için de aynı yolu deneme eğiliminde olmaktadır.



- Bu nedenle anne babalar çocukların yanında teknoloji kullanıma dikkat edip onlara model olmalıdır.
- Anne babalar çocuklarının izleyeceği çizgi filmleri seçerken oldukça dikkatli ve seçici olmalıdır. Aynı zamanda çocukların yanında film ya da dizi izlerken izledikleri şeyin içeriklerine dikkat etmeli, "O daha çok küçük, anlamaz." şeklinde düşünmemelidir.
- Bazen çocuklar farkında olmadan yaşlarına uygun olmayan site ya da videolara girmekte ve buradaki uygunsuz içeriklere maruz kalmaktadır. Bu nedenle ebeveynler çocukları için uygun olan uygulamalar kullanmaya özen göstermelidir. Örneğin; Youtube Kids gibi uygulamalar kullanarak çocuğunuzun yaş aralığını seçip güvenli ve denetleyebileceğiniz içerikler ile karşılaşmasını sağlayabilirsiniz.