

Çocuklarımızı yetenek ve ilgi alanlarına uygun spor dallarına yönlendirebiliriz.

TV veya internet benzeri teknolojik alet merkezli ev düzeni kurmayı teknolojik aletleri beraber kullanılan odalarda tutabiliriz.


Yemek ve çay saatlerinde çocuklarımızla beraber vakit geçirmeli, çocuğumuzun da sofraya da çay saatlerine katılmasını sağlayabiliriz


Akıllı telefon/tablet vs. gibi aletleri çocuklarımızı teselli etmek, susturmak yerine çocuklarımızın onlara ihtiyaç duydukları zamanda kullanmalarını sağlayabiliriz. Örneğin ödevlerini yapmak için kullanmaları gibi.



## PATNOS REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



 Turgut Özal mahallesi 502.  
sokak Patnos

 (0472) 616 26 26

# Teknoloji Bağımlılığı



(Anaokul-Veli)

## TEKNOLOJİ:

İnsan ihtiyaçlarını karşılamak ve yeteneklerini geliştirmek için kullanılan bilgi olarak adlandırılır.

## TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI:

Bilgisayar, internet, video oyunları ve mobil cihazların aşırı kullanımı sonucunda kişinin, teknolojinin zararlı etkileriyle karşılaştığı bir çeşit bağımlılık türü olarak açıklanmaktadır.

Çocuğunuz bağımlı olduğunda bilgisayar ve tablet kullanmak yemek yemek, su içmek gibi önem kazanır. Çocuğunuz bağımlı olduğunda bilgisayarından, telefonundan veya tabletinden ayrı kalmaz. Ayrı kaldığında yaşamdan keyif alamaz.



## ÇOCUĞUNUZ;

Ekran karşısında yalnızca birkaç dakika diyerek saatler harcıyorsa

Size ve çevresindekilere ekran karşısında geçirdiği zaman hakkında yalan söylüyorsa

Uzun süre bilgisayar kullanmaktan dolayı fiziksel sorunlardan şikâyet ediyorsa

İnternete girmek için yemek öğünlerinden, derslerinden ya da randevularından ödün veriyorsa

Bilgisayarınızın başında çok fazla zaman geçirdiği için suçluluk duyuyorken bir yandan da büyük bir zevk alarak bu iki duygu arasında gidip geliyorsa

Gece geç saatlere kadar bilgisayar başında kalıyorsa

**Teknoloji bağımlılığı yolunda ilerlediği söylenebilir.**

## ÇOCUKLARIMIZ NASIL BAĞIMLI OLUR?

Bizler gibi çocuklarımızda yakın arkadaşlarından ve çevresinden etkilenebilir. Çocuklarımız arkadaşları ile aynı teknolojik aletleri kullanmak, aynı oyunları oynamak isteyebilirler. Bu durum teknolojik alet kullanımını arttırabilir.

Boş zamanlarında ders çalışmak arkadaşları ile oyun oynamak gibi aktivitelere yönelmek istemediklerinden bilgisayar, telefon yada tabletlerini kullanabilirler.

Merak doğru kullanıldığında birçok şeyi keşfetmemizde bize ve çocuklarımıza yardımcı olur. Fakat çocuklarımız arkadaşlarından gördükleri bilgisayar oyunlarını merak ederek oyunları edinmeye başladıklarında teknolojik aletleri gereğinden fazla kullanabilirler. Bu durum bağımlılığa sebep olabilir.



Çocuklar arkadaşlarından etkinebilir onlarla aynı şeyleri yapmak isteyebilirler. Aynı tablet ve bilgisayar oyunlarını oynamak, aynı dizileri seyretmek isteyebilirler. Bu şekilde başlayan bilgisayar ve tablet oyunları bir süre sonra bağımlılığa dönüşebilir.

## ÇOCUKLARIMIZ İÇİN NE YAPMALI?

Çocuklarımıza teknolojik alet kullanımında örnek olmalıyız.

Çocuklarımızı arkadaşları ile yüz yüze görüşmelerini için teşvik edebilir, yaşlıları ile zaman geçirip sosyalleşmelerini sağlayabiliriz.

Olumsuz durumlar ile karşı karşıya kalmamak için bilgisayarlarımızda güvenli internet uygulamalarına yer verebiliriz.

Aile içi güven ortamını sağlayabilir Çocuğunuzun bilgisayar kullanımını kontrol edip ve sanal ortamdaki arkadaşlarını tanıyabiliriz.