

Önce siz teknoloji kullanımında örnek olun.



Çocuğunuzu koruyacak kadar teknoloji kullanmayı öğrenin.



Teknoloji kullanımı konusunda çocuğunuzla birlikte kurallar belirleyin ve bu kurallara siz de uyun.



Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmayın.



Bilgisayar, tablet vb. kullanımını disiplin-ödül aracı hâline getirmeyin.



"TELEFONUNU KAPAT, HAYATI KAPATMA"

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ  
KULLANIMI



## TEKNOLOJİNİN VE ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

### 1.SOSYAL YAŞAMDAN KOPMA

Çocuk yaşlılarıyla birlikte olmak ya da anne babasıyla zamanını paylaşmak yerine televizyon veya bilgisayar tercih edebiliyor ve bunun sonucunda da sosyal ortamdan kopukluk, içe dönüklük, özgüven eksikliği, çevresiyle ve yaşlılarıyla iletişim kurmada güçlük gibi sorunlar ortaya çıkabiliyor.

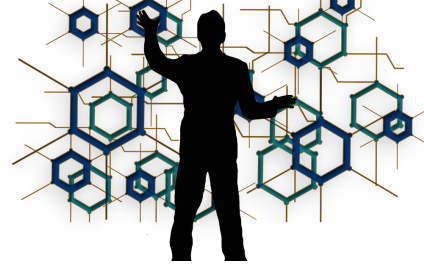
### 2.VAR OLAN DAVRANIŞ SORUNLARININ ARTMASI

Eğer çocuk yalnızlık duygusu hissediyor ve devam eden bir içe dönüklük sorunu yaşıyorsa, çocuğun bu davranış sorunu daha da artarak;

- Arkadaş edinememe,
- Derslerde başarısızlık,
- Oyunlara katılmama,
- İstek, gereksinim ve duyguları ifade edememe,
- Grup etkinliklerine katılmama,
- Yaşlılarından ve kalabalık ortamlardan çekinme gibi davranışlar göstermesine neden olabiliyor.

### 3.DUYGUSAL DUYARSIZLIĞA NEDEN OLMA

Televizyon programları ya da bilgisayar oyunlarında karşılaşılan şiddet sahnelerine sık maruz kalma yaşanan olaylara karşı duyarsızlığa neden olabiliyor.



### 4.DİKKAT SÜRESİNİN AZALMASI

Ekrandaki görüntünün hızlı değişimine alışan çocuklar uzun süre dikkat toplamakta zorlanabiliyor.

### 5.Çocuklarda Dil Gelişimini Olumsuz Etkileme

### 6.Obezite Gibi Ciddi Bir Rahatsızlığa Sahip Olma

### 7.Beyinde Sağ Sol Yarı Küreler Arasındaki Dengenin Bozulması

### 8.Elektro manyetik Radyasyona Maruz Kalma

## EBEVEYN OLARAK, TEKNOLOJİYİ YASAKLAMALI MIYIZ?

Öncelikle çocuğun, her gün bilgisayara ayırdığı zaman belirlenmelidir ve bu konuda bir anlaşma yapılmalıdır. Bu süre 1.5 saatten fazla olmamalıdır.



Ebeveynler, uygulayamayacakları kurallar koymamalıdır; “Bu kötü alışkanlıktan vazgeç!” veya “Bilgisayarı yasaklıyorum” diye söylenmemelidir