

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Teknolojiye, insan yeteneklerini geliştirmek ve insan ihtiyaçlarını karşılamak için kullanılan bilgi diyebiliriz. Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gerektiğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

Günümüzde bilgiye ulaşmamızı kolaylaştıracak en önemli araçlardan biri İnternet' tir. 7'den 70'e her yaşta birçok insanın günlük hayatında İnternetin bilinçli ve faydalı bir şekilde kullanılması geleceğe yönelik önemli bir aktarım olacaktır. Ancak, pek çok uzman, İnternetin bilinçsiz kullanımının, insanlar üzerinde zararlı etkileri olduğunu ve bazı fiziksel, sosyal ve psikolojik sorunlara yol açtığını belirtmektedir. Bu nedenle, insanlık için faydalı olan İnternetin zararlarının da iyi bilinmesi ve bu konuda gereken önlemlerin alınması oldukça önemlidir.



Güvenli internetle daha güçlüyüz!

TEKNOLOJİNİN ZARARLARI

Teknoloji hayatımızın bir parçası olmuş durumda. Teknolojinin bize sağladığı yararlar olduğu gibi yanlış kullanımla maalesef bunu zarara dönüştürebiliyoruz. Bu zararlara kısaca değinelim

1. ZİHİNSEL BECERİLERDE BOZUKLUK:

Bilgisayar, telefon, tablet gibi teknolojik cihazların başında (ekran başında) fazla vakit geçirmek dikkat dağınıklığı ve konsantrasyon bozukluğu gibi problemlere neden oluyor. Bu durum, çocuğun akademik başarısını olumsuz yönde etkileyerek, okulda ve derslerdeki başarısını düşürüyor. Elbette, bu problemi teknolojiye mal etmemek gerekir. En başında söylediğimiz gibi, bu tür sorunların sebebi, teknolojinin aşırı (bilinçsiz) kullanılmasıdır. Unutmamak gerekir ki teknolojik gelişmeler, insana fayda sağlama amacı taşır. Doğru teknolojiyi, doğru miktarda kullanmak elbette zararlı değil, yararlı bir kullanım şeklidir.

2. SOSYAL BECERİLERDE BOZUKLUK:



Bilgisayar başında çok fazla oyun oynayan çocuğun, gerçek hayattan kopuk olduğu bu süreç boyunca sosyal becerileri zayıflıyor. Çevresiyle yeterince iletişim, etkileşim ve paylaşım içerisinde olmayan çocuk, tüm bu ihtiyaçlarını sanal ortamda karşılamaya çalışıyor.

3. ÖFKE VE KORKU: Çocuklar izledikleri videolarda, çizgi filmlerde veya oynadıkları oyunlarda korkutucu öğelere maruz kalabiliyorlar. Gerçek ile hayal ürünü arasındaki farkı tam olarak idrak edebilecek yaşta olmayan çocuklar, tek başına kalma korkusu, geceleri kabus görme, tek başına tualete gidememe gibi olumsuz durumlar yaşayabiliyorlar. Benzer şekilde, şiddet öğeleri içeren video veya oyunları tükettiklerinde öfkeli çocuklara dönüşebiliyorlar.

4. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI:



Aşırı kullanımdan kaynaklanan teknoloji bağımlılığı, kişinin teknolojik ürüne ulaşamadığı anlarda yoksunluk hissetmesine, dolayısıyla huzursuz olmasına sebep olan bir durumdur. Teknoloji bağımlısı olan bir çocuk; internette video izlemediği her an, bilgisayarda oyun oynamadığı her an, tabletini kurcalamadığı her an kendini mutsuz hissedecektir. Haliyle, çocuğa daima teknolojik ürün sunamayacağımıza göre ve bunun zaten yanlış olduğunu bildiğimize göre çeşitli kısıtlamalara gitmek zorunda kalırız. Ancak bu kısıtlamalar için gecikmiş olmamızdan dolayı çocuğun, mutsuz bir çocuğa dönüşmesine sebep oluruz. Bağımlılık maddesinden anlıyoruz ki, bilinçli ve kontrollü kullanılmaması durumunda

teknolojinin zararları, katlanarak artabiliyor.



5. FİZİKSEL PROBLEMLER: Teknolojinin zararları, yalnızca duygusal ve ruhsal bozukluklardan ibaret değil. Konunun bir de fiziksel boyutu var. Hatalı oturma pozisyonunda uzun süre TV izlemek, bilgisayar veya tablet kullanmak aşağıdaki olumsuzlukları da beraberinde getiriyor:

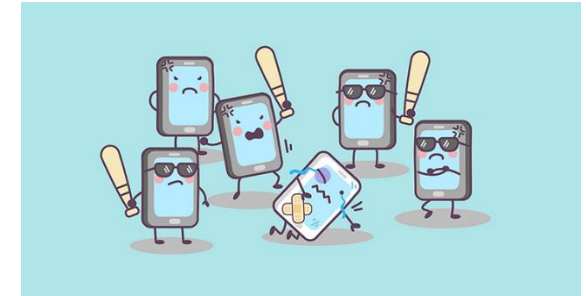
- Göz-görme problemleri
- Boyun ağrıları
- Bedenin iskelet yapısında bozulma
- Kol, el, parmak uyuşmaları
- Aşırı yorgunluk

Bu maddelere ek olarak, şunu da söyleyebiliriz: Yürüme, koşma, atlama, fiziksel oyunlar oynama gibi kas gelişimini destekleyici aktivitelere ayrılması gereken süreyi, teknolojik cihaz başında, hareketsiz bir şekilde geçiren

çocuğun fiziksel gelişimi yavaşlar. Bu gibi durumlarda yeterince kalori yakamayan çocukların obezite riskiyle karşı karşıya olduklarını da unutmamak gerekir.



6. ZORBALIK, İSTİSMAR VE GÜVENLİK SORUNLARI:



TP FATIMA ZEHRA KIZ ANADOLU İMAM HATİP ORTAOKULU

geliştirmek isteyen çocuklar için görsel oyunlar ve çok daha fazlası teknoloji sayesinde her an elimizin altında. Dolayısıyla, “bilgisayarını veya tabletini araba yarışı oynamak yerine, zeka oyunları oynamak için kullanan çocuklara teknoloji yararlıdır.” diyebiliyoruz.

3- ÖĞRENMEYİ ÖĞRENMEK:



İnternet sayesinde artık her evde uçsuz bucaksız bir kütüphane var. Çocuklar, merak ettikleri konularda geniş araştırmalar yapabiliyorlar. Bu sayede bilgiye ulaşmayı, araştırma yapmayı ve öğrenmeyi öğreniyorlar. “Öğrenmeyi öğrenmek.” Bu çok önemli bir beceri...

4- EĞİTİCİ VE ÖĞRETİCİ İÇERİK ZENGİNLİĞİ:



Tıpkı bilişsel becerileri geliştiren oyun ve uygulamalar gibi eğitici ve öğretici uygulamalar da teknolojinin faydaları arasında. Yabancı dil öğreten uygulamalar, toplum ve ahlak kuralları üzerine öğüt veren, ders verici çizgi filmler, Matematiksel işlemlerde pratik yaptıran oyun ve uygulamalar ve bunlara benzer, bilgiyi oyunlaştırma yöntemiyle veren uygulamalar çocukların erişimine her an açık. Elbette seçilen uygulamalarda ebeveyn gözetmenliği önemli rol oynar. Çocuklar, bazı riskleri öngöremeyebilirler. Hangi uygulamaların faydalı, hangi uygulamaların zararlı olduğu konusunda çocuklara rehberlik yapmayı unutmamalıyız.

5- YARATICILIK:



Görsel tasarım programları, teknik çizim programları, kodlama yaptıran programlar ve benzeri tasarımsal araçlar çocukların yaratıcılığını geliştiriyor. Yaratıcı yönü güçlü çocuklar, değişen dünyaya ayak uydurma konusunda başarılı olurlar. Aynı şekilde, değişen dünyanın değişen ihtiyaçlarına yeni çözümler üretme konusunda da başarılı olurlar. Tüm bunlar, çocuğun kendini tamamlama ihtiyacını karşılamasını sağlar. Bu da duygusal

gelişim açısından oldukça önemli bir beceridir; beceriler bütünüdür.

6- GÜVENLİK: Çocuğunuz cep telefonu kullanacak yaşta olmasa bile acil durumlarda size ulaşabilmesi gerekir. Bu ihtiyacı sağlıklı bir şekilde karşılamak için basit cep telefonları (akıllı çocuk saatleri) üretildi. Akıllı saatlerin çeşitli özellikleri var. Örneğin, çocuğunuzun arayabileceği numaraları kendiniz belirleyebilirsiniz. Aynı şekilde, çocuğunuza hangi numaralardan çağrı gelebileceğini de kendiniz belirleyebilirsiniz. Bu sayede çocuğunuz, tanımadığı insanlarla iletişime geçme riskini ortadan kaldırabiliyorsunuz. Okullarda çocuklara, acil durumlarda aramaları gereken numaralar öğretiliyor. Akıllı çocuk saatine ambulansın, itfaiyenin numaralarını tanımlayabilirsiniz. Yeri geldiğinde teknoloji, çocuğunuzun ve toplumun can güvenliğini sağlayan bir kahramana dönüşebiliyor.



HAZIRLAYAN

PSİKOLOJİK DANIŞMAN/REHBER ÖĞRETMEN

GAMZE TUTUŞ