

TEKNOLOJİNİN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

- Sosyal Yaşamdan Kopma Çocuk yaşıtlarıyla birlikte olmak yerine ya da anne babasıyla zamanını paylaşmak yerine televizyon veya bilgisayar tablet vb tercih edebiliyor ve bunun sonucunda da sosyal ortamdaki kopukluk, içe dönüklük, özgüven eksikliği, çevresiyle ve yaşıtlarıyla iletişim kurmada güçlük gibi sorunlar ortaya çıkabiliyor.

- Var Olan Davranış Sorunlarının Pekişmesi Eğer çocuk yalnızlık duygusu hissediyor ve devam eden bir içe dönüklük sorunu yaşıyorsa, çocuğun bu davranış sorunu daha da artarak; Arkadaş edinememe, Kendi iç enerjisini kullanmada zorluk, Derlerde başarısızlık, Oyunlara katılmama, İstek, gereksinim ve duyguları ifade edememe, Grup etkinliklerine katılmama, Yalnız kalma isteği, Yaşıtlarından ve kalabalık ortamlardan çekinme gibi davranışlar göstermesine neden olabiliyor.

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

- Dikkat Süresinin Azalması Ekrandaki görüntünün hızlı değişimine alışan çocuklar uzun süre dikkat toplamakta zorlanabiliyor.

Günümüzde neredeyse artık tüm evde bulunan bilgisayar, akıllı telefon ve televizyon çağımız gereğince gerekli araçlardır. Bu teknolojik araçların temel amacı insanlara kolaylık sağlamasıdır. Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

DAVRANIŞ OLARAK OLUMSUZ ETKİLENME

Gerçekle sanalı ayırt edemeyen çocuklar izledikleri televizyon programları veya oynadıkları bilgisayar oyunlarından etkilenip gördükleri ya da duyduklarını gerçek yaşamda uygulamaya çalışabiliyor.

- Çocuklarda Dil Gelişimini Olumsuz Etkileme
- Obezite Gibi Ciddi Bir Rahatsızlığa Sahip Olma
- Beyinde Sağ Sol Yarı Küreler Arasındaki Dengenin Bozulması
- Elektro manyetik Radyasyona Maruz Kalma

Uzun süreli ve kontrolsüz kullanıldığında yukarıda da belirttiğimiz gibi bir çok olumsuz etkisi söz konusu olan teknolojiyi kontrollü ve bilinçli bir şekilde kullandığımızda bir çok olumsuzluğu olumluya çevirme şansımız var. Bunun için yaşamımızda kalıcı bir yeri olan teknolojiyi, yaşamımıza hükmetmeden, dengeli bir biçimde kullanmayı öğrenmeli ve çocuklarımıza bunu öğretmeliyiz.

NE YAPABİLİRİZ?

-Ebeveyn olarak çocuklara doğru model olmak adına kendi teknoloji kullanımımız kontrol altına alınmalıdır.

-Çocukların günlük bilgisayar, televizyon, playstation vb. teknoloji aletlerini kullanma süreleri sınırlandırılmalıdır. (Okul dönemi içerisinde 1 saat civarında kullanımı uygundur)

-Teknolojinin zararları çocuklara açıklanmalıdır.

-Bilgisayar, televizyon vb. asla ders çalışma süresinin arasındaki dinlenme saatinde kullanılmamalıdır; çünkü bunlar sonrasında çocuğun yeniden derse yoğunlaşmasını güçleştirir. Yani önce ders sonra televizyon veya bilgisayar formülü çocuğa benimsetilmelidir.

-Akşamları baş başa mutlaka zaman geçirilmeli, yaşlarına uygun eğitici oyunlar oynayarak, kitap okuyarak daha doğru alışkanlıkları edinmeleri sağlanmalıdır.

-İnternetin doğru bilgiye ulaşmak amacıyla kullanılması gerektiği anlatılmalı ve kullandıkları dönemlerde mutlaka kontrol edilmelidir.

NE YAPABİLİRİZ?

-Çocuğunuzdan bilgisayar, tablet, televizyon olmadan yapabileceğiniz etkinlikleri listelemesini isteyin ve o etkinlikleri yapın.

-Çocuğunuzun dışarıda vakit geçirebileceği ortamlar yaratın.

-Okul ve mahalle arkadaşları ile zaman geçirmesini teşvik edin.

-Okul sonrası yapılan sosyal faaliyetlere (müzik, resim, spor kursları gibi) katılmasını sağlayın

.-Çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebileceği, sanatsal faaliyetlerde bulunabileceği sitelerle tanıştırın.

-Çocuğunuzla beraber yapacağınız açık hava faaliyetleri (bisiklet kullanmak, yürüyüş) ya da günlük hayatla veya okudukları ile ilgili sohbetler teknolojiye karşı iyi bir seçenek olabilir.