

## VELİYE ÖNERİLER

- Gün içerisinde toplam teknoloji kullanım süresi (televizyon, bilgisayar, tablet ve cep telefonu) 1-2 saat arasında sınırlanmalıdır.
- İki yaş ve altındaki çocukların ekran karşısına geçmemesine özen gösterilmelidir.
- Televizyon ve internetin çocuğun yatak odasından uzak tutulmasına dikkat edilmelidir.
- Televizyon, bilgisayar oyunları, cep telefonları, internet ve sosyal medya kullanımı ile ilgili makul ama dayanıklı kurallar oluşturulabilir ve bu kurallardan taviz vermemeye özen gösterilmelidir.
- Ebeveynler çocuklarının teknolojiyi uygun kullanım , zamanı ve diğer aktiviteler arasında dengeyi sağlaması için kendi sorumluluklarının bilincinde olmalıdırlar.
- Ebeveynler kendi kullandıkları teknolojik cihazların da çocuklarının üzerinde olumsuz



TEKNOLOJİ ÇÖZÜM ,  
BAĞIMLILIK İSE SORUN  
ÜRETİR!



ŞEHİT MÜCAHİT ERBAŞ İMAM  
HATİP ORTAOKULU

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI  
(VELİ BROŞÜRÜ)



## TEKNOLOJİ NEDİR?

Bireyin yeteneklerini genişletmek ve ihtiyaçlarını karşılamak için kullanılan bilgidir. Teknoloji gerektiğince kullanılırsa yaşamı



İnternet, haberleşmeden bilgi paylaşımına, habercilikten medyaya, tanıtım ve reklamdaki seyahat ve tatil, eğlenceden sosyal ilişkiler ve kültürler arası etkileşime, çevre ve sağlıktan eğitime günlük yaşamı ilgilendiren pek çok alanda olumlu yenilikleri hayatımıza

Ancak televizyon, bilgisayar, tablet, telefon gibi teknolojilerin kullanım süresindeki artışın, kullanım sıklığının ve izlenen içeriklerin, çocukların gelişimi ve sağlığı

•Teknolojik cihazların aşırı kullanımı çocukların işbirliği ve paylaşma becerilerinin gelişimini engellemekte, motivasyonlarını azaltmakta ve sorumluluk alma becerilerini etkilemekte, böylece çocukların duygusal gelişimleri risk altına girmektedir.

• Aşırı teknolojik cihaz kullanımı ile anksiyete, depresyon, sosyal izolasyon, düşük benlik saygısı, utangaçlık ve duygusal-sosyal beceri yetersizlikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu



• Teknolojinin yanlış kullanımıyla ortaya çıkan bir diğer sorun ise siber zorbalıktır.

### SİBER ZORBALIK

Siber zorbalık, dijital teknolojiler kullanılarak gerçekleştirilen zorbalıktır. Hedef seçilen kişileri korkutmaya, kızdırmaya ya da utandırmaya yönelik olarak tekrarlanan bir davranıştır.

## SİBER ZORBALIKLA MÜCADELEDE 6 ADIM

1.COCUKLARINIZLA KONUŞUN.

2.GÜVENLİĞİ SAĞLAYIN, ÖĞRETİN, TAKİP EDİN.

3.DIŞ DÜNYADA DA TAKİPÇİSİ OLUN.

4.PAYLAŞIMLARINI MERCEK ALTINA ALIN.

5.SİBER ZORBAYI ENGELLEYİN.

6.TEKNOLOJİ VE İNTERNET ERİŞİMİNİ SINIRLANDIRIN.