



## DIJİTAL ÇAĞDA ANNE BABA OLMAK

**S**on yıllarda teknolojik gelişmeler ile bilgisayar, cep telefonu, tabletler doğru ve etkin kullandıkça, sağladığı avantajlarla artık yaşamımızın vazgeçilmezleri oldu.

Anne babalar, yeni doğan çocuklarının ilk görüntülerini, gelişimini, özel anlarını cep telefonu ile çekip, sosyal paylaşım sitelerinde eş, dost ve akrabalara ilettiler, zihinsel becerilerini desteklemek için okul öncesi dönemde eğitim içerikli bilgisayar cd'lerini sundular, okul döneminde ödevlerini, projelerini yapmaları için internetin bilgi erişiminden yararlanmalarını sağladılar, lisan öğrenip, geliştirmelerine fırsat verdiler, keyifli zaman geçirsinler diye bilgisayar oyunları alıp oynamalarına izin verdiler, gittikleri yerlerde, yolculuklarda oyalansın, sıkılmasin diye onları tabletsiz bırakmadılar.

Ancak iyi niyetli anne babalar, çocuklarının bunları uygun kullanmamasından dolayı endişe duymaktadırlar. Sanal oyunların esiri olan, arkadaşlarıyla bir aradayken birbirleriyle mesajlaşan, bir arada ama ilişki, iletişim kurmadan ellerindeki telefon ve tabletlere dalmış çocuklar, indirdiği videoyu izleyip, müziği dinleyen, oyun oynayıp ailesinin yanına gelmeyen odasına kendini kapatan gençler ailelerini kaygılandırıyor.

Çocuklar neredeyse cep telefonu, tablet ve bilgisayarla yapışık yaşıyorlar.

Cep telefonu ve tabletler çocukların uzuv ve uzantısı olarak gözlemlenmekte, bilgisayarda kalma süreleri konusunda ailelerle çatışma ve pazarlıklar yaşanmaktadır. Durumun teknoloji bağımlılığı olarak değerlendirilmesinin en önemli kriteri onusuz olamamadır. Teknolojik aletler mi çocuğu yönetiyor, çocuklar mı teknolojik aletleri yönetiyor? Çocuklar üzerindeki olumsuz etkileri neler? Bunlar değerlendirilmelidir.

Çocuğun davranışları birer sonuçtur. Çocuğun mizacı, gelişim özellikleri, anne, baba ve yakın çevrenin tutumları, istek ve ihtiyaçlarının yeterince ve doğru bir şekilde karşılanmaması, iletişim yanlışları nedeniyle istenmeyen davranışlar gelişebilir. İçeride dönük, öfkeli, kaygılı, sorunlu ebeveyni olan ya da çatışmalı aile ortamı içinde bulunan, eleştirilen, yargılanan, kıyaslanan, engellenen, ihmal edilen, kendini başarısız bulan, sosyal sorunları olan çocuk için bilgisayar oyunları, sanal arkadaşlıklar çocuğun sığındığı, sorunlarından uzaklaştığı, kendini yeterli, değerli, başarılı hissettiği bir ortam olabilir. Öncelikte bu yaklaşımların varlığı değerlendirilip düzenlenmelidir.

Ön ergenlik dönemindeki 10-13 yaş çocuğu, bilgisayar, internet ve oyun konsolları konusunda oldukça fazla bilgiye sahiptir. Bu alandan her türlü bilgiye sınırsız ulaşım sağlayabileceğinin farkındadır. Arkadaş ilişkileri eskiye oranla önem kazanır. Arkadaşlık kurma siteleri ve özellikle anlık ileti en çok kullanılan araçlardır. Ayrıca, okullar doğru kullanımını teşvik etmek amacı ile internetten bilgi aramaya yönelik çeşitli projeler, ödevler verirler. Dolayısıyla internetin eğitici rolü bu dönemde ön plana çıkmaya başlar. Bunlara ek olarak, bu yaştaki çocuklar bilgisayarı şarkı veya video indirmek, e-posta göndermek ve sevdiği ünlüler hakkında araştırma yapmak için de kullanırlar. İletişim amaçlı cep telefonu ihtiyacı sınırlı olarak karşılanabilir.

Ergenlik dönemi gençleri içinse artık bu temeller üstüne bir yaklaşım yardımcı olacaktır. Bağımsız, kendi kararlarını almak isteyen, egosu güçlenen genç, ailenin bu konudaki koruyucu, kontrol eden, sınırlayan yaklaşımlarını kabul etmez. Dijital aletlerin zararları konusunda bilgi vermek, onun üzerindeki etkileri göstermek işe yarayabilir. Bilgisayar başında kalıp geç yatan genç, sabah kalkmakta sorun yaşayınca, akademik başarısını etkileyince, sosyal ilişkilerinde farklılıklar olunca, hedeflerine doğru gitmelerini engelleyince, aile ilişkileri çatışmaya girince kontrol etme ihtiyacını fark ederler. Cep telefonunun değil ihtiyaç, en son teknoloji ve trendlere göre olması beklentisindedir. Bu konuda ailenin sosyo-ekonomik seviyesine göre karar vermek, koşullarını kabul etmesine de yardımcı olur.

**Teknolojik aletlerin yarar ve zararları nelerdir?**

İnternet erişimi, bilgiye ulaşma, araştırma becerilerini geliştirme, globalleşme, aynı zamanda sosyalleşme, bilgi alma ve verme, en hızlı iletişimi sağlama, sunum becerileri açısından birçok yararlar sağlamaktadır. Bireyler blogları ile kendi beceri, bilgi ve görüşlerini sunarak özgüvenlerini geliştirebiliyorlar. Tablet ve bilgisayar oyunları ise her zaman yanlış örnek oluşturacak veya çocuğun gelişimine zarar veren unsurlar içermiyor. Aynı zamanda eğitici, geliştirici ve yaratıcılığı destekleyen birçok özelliği de içinde barındırıyor. Çocukların kazanma ve kaybetme duygusunu deneyimlemelerine izin veriyor. Cep telefonları ise ailelerin çocuklarına ulaşmalarına, güvende hissetmelerine olanak tanıyor.

Zararları ise fiziksel, psikolojik ve sosyal alanlarda olabilmektedir. Bunlar, iskelet sistemi sorunları, görme bozuklukları, uyku bozuklukları, radyasyon riski, kilo sorunları, görsel alanın aktif kullanımından dolayı sözel alanın gelişmeyip dikkat eksikliği ve öğrenme sorunlarının ortaya çıkması, akademik başarının düşmesi, aile ilişkilerinin azlığı ve çatışmalar, sosyal beceri eksikliği ve iletişim sorunları, sanatsal ve sportif faaliyetlerin azalması, bağımlılık, öfke sorunları, kaygı, şiddet ve saldırganlığın artmasıdır.

**Bu konuda ailelerin izleyeceği tutum nasıl olmalıdır?**

Gelişim çağındaki çocukların iç denetimleri yeterli olmadığından ebeveynlere büyük görev düşüyor. Her yaş döneminin gelişim basamaklarında gösterdiği özellikler farklı olduğu gibi bilgisayar, internet ve oyun konsollarını kullanma davranışları da değişim gösteriyor. Ailelerin bu gelişim dönemlerinin özellikleri hakkında bilgi sahibi olması ev içi kullanım kurallarını belirlemelerinde yardımcı olacaktır. Amaç teknolojik araçları yasaklamak değil uygun kullanımını sağlamaktır.

**10 adımda dijital dünyada nasıl ebeveyn olunmalıdır?**

1. Dijital aletleri uygun kullanan anne baba modeli olun
2. Sınırlarınızı çocuğun yaşına, kişiliğine, özel durumlarına göre ayarlayın
3. Gördüğünüz olumsuz etkileri görmesini sağlayın
4. Dijital aletleri olumlu davranışın arkasından ödül olarak kullanın
5. Çocuğunuza sınırlamalarınızın nedenlerini anlatın
6. Kendisinden beklenen sorumluluk ve davranışları belirtin
7. Gerçek yaşamını keyifli hale getirin
8. Beklenen davranış ve tutumlarını takdir edin, oto kontrolünü geliştirmek için daha çok sorumluluk verin
9. Sınırlarken, birlikte ortak gün ve zaman belirleyin
10. Sanat ve sportif aktivitelere yönlendirin.

**Kaynakça:**

Kaynakça: Şeyda Özdalga, Uzman Klinik Psikolog - DBE  
Çocuk ve Genç Psikolojik Danışmanlık Merkezi

gelişime ulaşmak için

**GELİŞİM KOLEJİ KAMPÜSÜ**

Menemen Yolu, Ulukent-İZMİR

Tel. 0 232 833 22 02-20-22

Faks. 0 232 833 22 32

**KARŞIYAKA ANAOKULU**

1746 Sok. No.17-19 Karşıyaka-İZMİR

Tel. 0 232 368 80 34 Faks. 0 232 369 34 09

**I.A.O.S.B ANAOKULU**

10006 Sok. No. 42/35 İ.A.O.S.B. Çiğli-İZMİR

Tel. 0 232 328 33 58 Faks. 0 232 328 33 59

**I.A.O.S.B ANAOKULU 2**

Mustafa Kemal Atatürk Bulv. No:42/29

B Blok İ.A.O.S.B. Çiğli-İZMİR Tel. 0 232 2905650



[www.gelisim.k12.tr](http://www.gelisim.k12.tr)

[www.facebook.com/IzmirGelisimKoleji](https://www.facebook.com/IzmirGelisimKoleji)

[www.twitter.com/gelisimkoleji](https://www.twitter.com/gelisimkoleji)

[www.youtube.com/glsmlkj](https://www.youtube.com/glsmlkj)