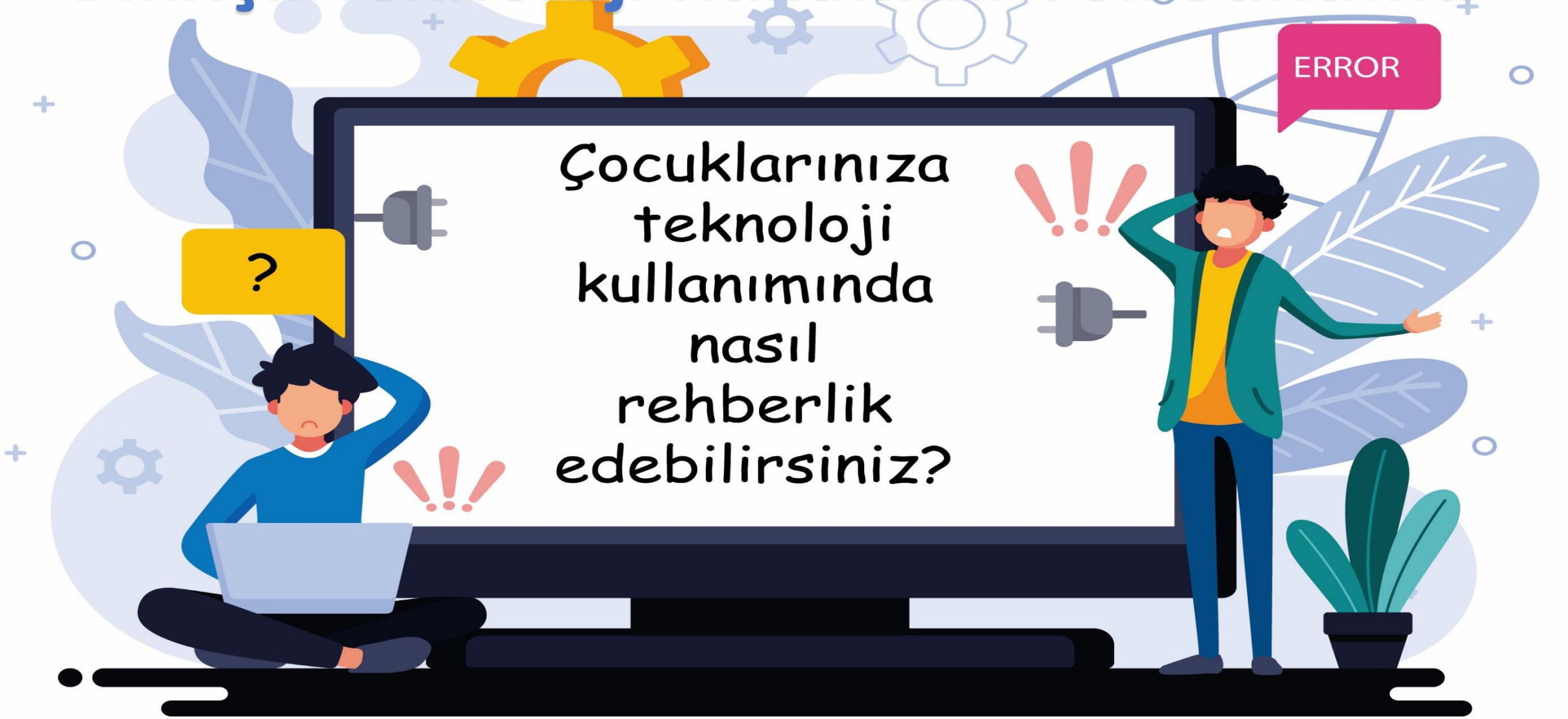
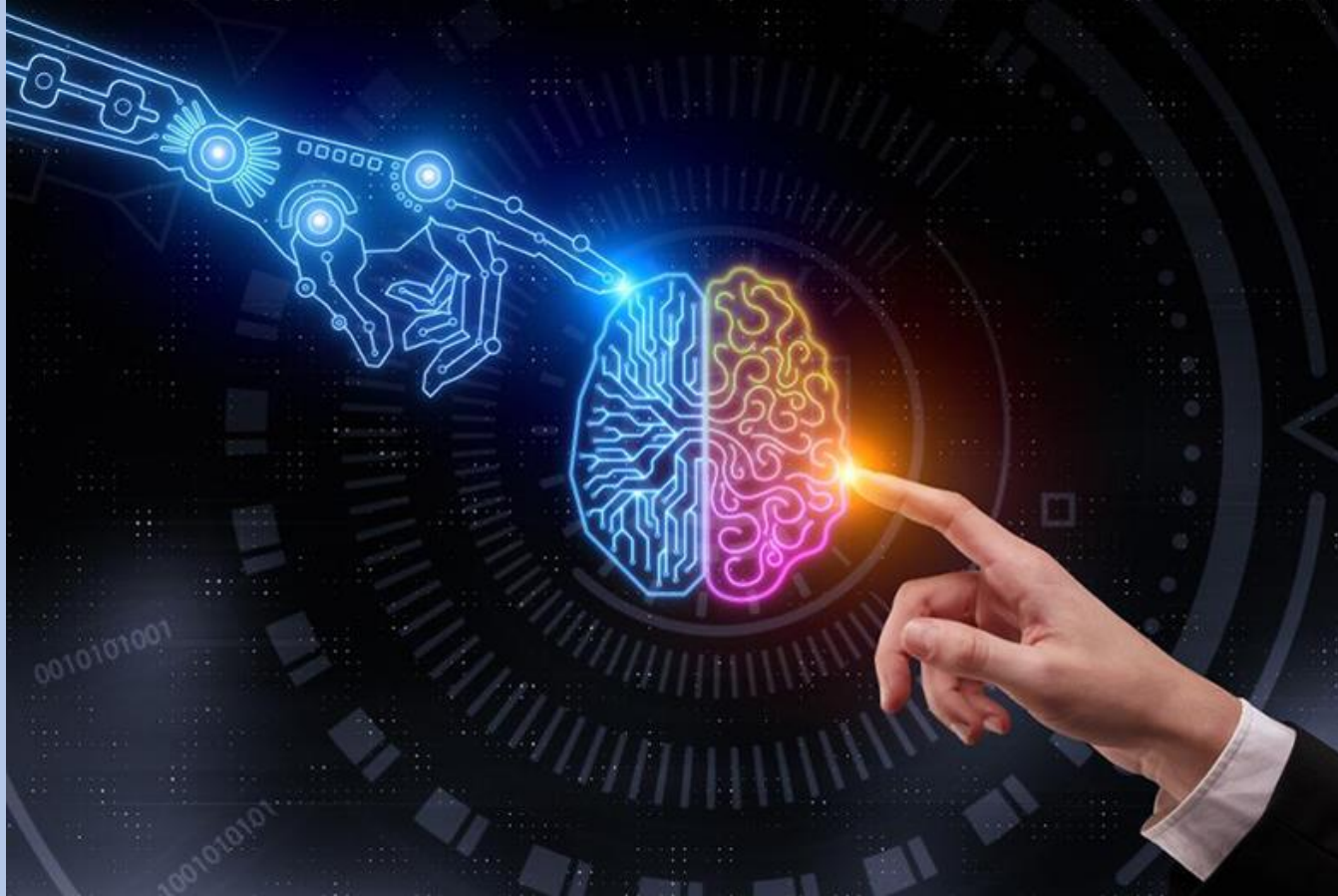


# Bilinçli Teknoloji Kullanımı Veli Sunumu



**Teknoloji hem yararlı bir hizmetçi hem de tehlikeli bir  
ustadır.**

Christian Lous Lange



# Bilinçli Teknoloji Kullanımı Nedir?

Günümüzde nerdeyse artık tüm evlerde 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.



# Dijital Ebeveynlik Nedir, Neden Gereklidir?

Temel düzeyde dijital araçların kullanımına hakim, dijital ortamdaki risklerin ve olanakların farkında olan, çocuklarını bu risklere karşı koruyabilen, dijital araçların doğru kullanımı konusunda çocuklarına rol model olan, sanal ortamda da kişi haklarına saygı duyulması gerektiğini çocuklarına aşılayan, teknolojik gelişmelere açık anne ve babalardır.



# Teknolojik Araçların Çocuk ve Gençlere Sunduğu Fırsatlar

- ❖ Çocuklar ve gençler internette doğru ve güvenilir bilgi kaynaklarına ulaşım konusunda bilgilendirildiği takdirde internet üzerinden yaptığı faydalı araştırmalar sayesinde kişisel gelişimlerine katkı sağlayıp pek çok bilgi edinebilirler. (Yurt içi ve dışında anlık gelişme ve haberler erişim, Bir çok bilimsel bilgiyi görsellerle anlatan , yabancı dil eğitimi veren vb. birçok videoya ulaşabilirler)
- ❖ İnternet ve teknoloji, yaratıcılığa da özendirilmektedir. Gördüklerinden veya okuduklarından etkilenen bilgi edinildiğinde, kendileri de bir şeyler yapmak istemektedirler.
- ❖ Çeşitli programlar çocukların kültürel ve entelektüel bilgi birikimini arttırmaya yönelik faydalar sağlar.



# Teknolojik Araçların Çocuk ve Gençlere Sunduğu Fırsatlar

- ❖ Normal koşullarda ulaşılması zor olan bir insanla iletişim kurulabilmekte ve paylaşımda bulunma imkanı bulunmaktadır. ( Örneğin bir öğrenci bu sayede bir kitabın yazarına aklına takılan bir soruyu sorabilmektedir.)
- ❖ İnternet sesli ve görüntülü olarak dünyanın bir ucundan diğer ucuna erişim sağlayabilme imkanı sunar.( Bu sayede dünyanın bir ucundaki başka bir sınıfla iletişim kurup, ortak ders alma veya tartışma yapma şansı olur)
- ❖ İlgi duyduğu alanlarla ilgili eğitici video, belgesel izleyebilir. Öğrendiği bilgiler çocukları araştırma ve farklı kaynaklar okuma, yeni bilgiler edinme merakı uyandırabilir.



# Teknolojik Araçların Barındırdığı Olası Riskler

Nasıl ki normal koşullarda bir ebeveynin çocuğuyla birlikte değilken, onun evin dışında kiminle olduğunu bilmesi gerekiyorsa; dijital aletlerin başında da kontrolsüz bir şekilde başıboş bırakılması çok sayıda riske karşı onları korumasız bırakmak demektir. İnternet ortamında karşılaşılabilecekleri riskleri şu şekilde sıralamak mümkündür;



# Teknolojik Araçların Barındırdığı Olası Riskler

- ❖ Fikren hazır olmadıkları bazı içeriklere maruz kalabilirler. (İnternette şiddet, alkol, madde kullanımı ve cinsellik başta olmak üzere bir çok kötü örnek teşkil edecek içerikler mevcuttur.)
- ❖ İnternet ortamında denetimsiz bırakılan çocukların, aşırı şiddet içeren resim, görüntü, video vb. içeriklere erişme ihtimalleri oldukça yüksektir.





# Teknolojik Araçların Barındırdığı Olası Riskler

- ❖ Çocukların internet ortamında oynadıkları sohbet etme imkanı sunan oyunlar veya sosyal paylaşım siteleri, yanlış arkadaşlıklar geliştirilmesine, kötü niyetli kişiler tarafından kandırılma, dolandırılma, aileleri ile ilgili özel bilgilerin sızdırılması, istismar, taciz edilme, kaçırılma gibi telafisi güç durumlara sebep olabilir
- ❖ Çocuklar ya da gençler ebeveynlerinin kredi kartları ile haber vermeden alışveriş yapabilirler. Bu durum çok ciddi boyutlara ulaşabilir.



# Çevrimiçi Riskler / Ticari İlgiler

## Babasının kredi kartıyla 2 tır sanal domates aldı

Bursa'da, 8 yaşındaki bir çocuk, sanal alemde oyun için babasının kredi kartıyla 2 TIR domates satın aldı. Kabarik fatura, babanın cep telefonuna gelen bilgilendirme mesajıyla ortaya çıktı.

f News tweet +

Sitene Git

Edilen bilgiye göre, iPad üzerinden Turbo Racing League oyununa merak salan 8 yaşındaki Selim Görür, babasının iftisiyle internetten 2 TIR domates satın aldı. Olay, baba Ömer Faruk Görür'ün telefonuna bankadan gelen bilgilendirme mesajıyla ortaya çıktı. Çiklete ile çöpte olan baba Görür, hemen Apples itiraz ederek, paranın ihtarına idaresini elledi. Fırma, annesi ki TIR sanal domates için karttan çekilen yaklaşık 600 liranın geri ödemesine karar verdi.

Olayın sürecini üzerinden atanadoklarını ifade eden baba Ömer Faruk Görür, "Oğlumun 1 milyon 571 tane domatesi var. Oyun için 606 lira civarında bir ödemeyle 2 TIR domates satın almış. Bunu bankadan gelen bilgilendirme mesajı ile öğrendik. Gelen mesajda, bu harcama "Size ait değilse itiraz edin" diyor. Diğer kalemlerle birlikte toplam 600 lira civarında kredi kartından çekim yapmış. Başlıca oyun, oğlum sanal alemde iki TIR domates satın almış" dedi.

## 12 yaşındaki çocuk babasının kredi kartından 4300 TL'lik oyun harcaması yaptı

22.06.2019 Cumartesi 18:33 - Görüldükleri: 22.06.2019 Cumartesi 18:41



f t +

12 yaşındaki bir çocuk babasının kredi kartından Fortnite oyunu için 4300 TL harcama yaptı. Konsolun üzerine kredi kartı bilgilerini kaydeden baba silmeyi unutunca 12 yaşındaki çocuk 72 saatlik bir süreçte 81 avr aksesuara para harcadı.

## Babasının Kredi Kartı ile FIFA'ya Binlerce Dolar Harcayan Çocuk

Engin Karakullukçu — 2 yıl önce 238 okunmuş



Neredeyse bir araba parasını FIFA'ya yatıran "aşırı zeki" çocuk.



Aslında haberin başlığını "babasının kredi kartı ile FIFA'ya binlerce dolar harcayan çocuğun hazin sonu" şeklinde yazmayı da düşünmüştüm zira ciddi çocuğun içinde bulunduğu, daha doğrusu ailesini içine soktuğu durum gerçekten de hazin.



**Kanada, Ottawa'da** bulunan bir aile, 17 yaşındaki oğullarının FIFA sevdası yüzünden son derece kabarik bir fatura ödemek zorunda. Ailenin babası **Lance Perkins**, oğluna acil durumlarda kullanması için kredi kartını vermiş. 17 yaşındaki super zeki arkadaşımız ise bu kredi kartı ile Xbox üzerinden oynadığı FIFA 16'da birkaç satın alma işlemi gerçekleştirmiş.



Tabii durumu böyle anlatınca çok daha ciddi bir şey yokmuş gibi geliyor, fakat ay sonunda kredi kartı faturası ile karşılaşan Perkins, sanıyoruz küçük çaplı bir kalp krizi geçirmişti. Oğluna verdiği kredi kartının ekstresini inceleyen baba, ödemesi gereken tutarın tam **7.625 dolar** (23 bin lira civarı bir para yapıyor) olduğunu görünce çok olmuş (millet bu paraya ikinci ligde topçu alıyor).

Windows'u Etki  
Windows'u etkinleştirin  
ayarlarına gidin.

# Teknolojik Araçların Barındırdığı Olası Riskler

- ❖ İndirilen oyun programlarında virüs, casus yazılım gibi zararlı yazılımlar bilgisayara bulaşabilir. Bu yazılımlar bilgisayara ve kullanıcılara zarar verebilir.
- ❖ Asosyal bir kişilik gelişimine neden olabilmektedirler.
- ❖ Fiziksel, zihinsel, sosyal ve psikolojik gelişim alanlarında ciddi problemlerin görülmesine neden olabilmektedirler.
- ❖ Siber zorbalığa maruz kalabilir ya da siber zorbalık yapabilirler.



# Bilinçsiz Teknoloji Kullanımının Zararları Nelerdir?

## FİZİKSEL ŞİKAYETLER

- ❖ Gözlerde yanma,
- ❖ Beden duruşunda bozukluk
- ❖ Halsizlik
- ❖ Boyun kaslarında ağrı ve sertleşme
- ❖ Elde uyuşukluk



# Fiziksel gelişim

## Uyku düzeni bozulabilir.

Daha fazla televizyon seyredilemek, daha fazla internete girebilmek, daha fazla dijital oyun oynayabilmek ya da arkadaşlarıyla mesajlaşabilmek için daha az uyumaktadırlar.

Uyku düzeni bozulduğunda ve ihtiyaç duyulan uyku alınmadığında kişinin;

- ❖ Saldırganlık seviyesi ve dürtüsel davranışları artar,
- ❖ Dikkat eksikliği artar ve böylece öğrenme süreci olumsuz etkilenir.



## Beslenme sorunları oluşabilir

Teknolojiye bağımlı yaşayan kişilerde **zamandan kazanmak** için şekerli gıdalar (abur cubur vs.) ve fast food tüketimi çok fazladır. Bu durum dengesiz ve sağlıksız beslenmeye ve kişinin aşırı kilo almasına neden olur.

Ayrıca şeker vücutta bağımlılık oluşturan bir maddedir ve vücuda ihtiyaçtan fazla enerji verir. Bu enerji atılmadığında dürtüselliği arttırır.

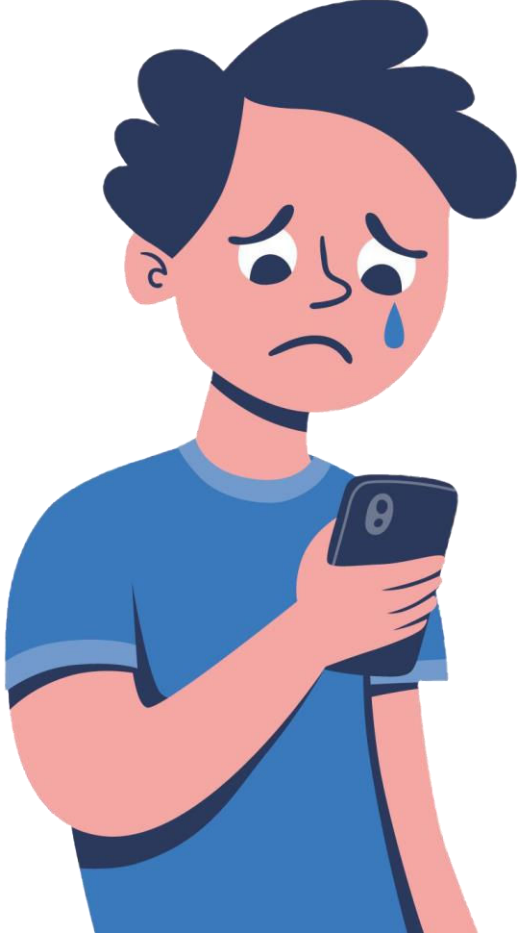


# Psikolojik gelişim

- ❖ Psikolojik gelişimde bireyin kendini **ilgileri, yetenekleri ve kabiliyetleri doğrultusunda tanıması**, artılarının eksilerinin farkında olması, **eksik yönlerini geliştirmesi ve kendisiyle barışık olması** beklenir.
- ❖ Teknolojinin amaçsız ve sınırsız kullanımıyla birey kendine psikolojik gelişim için **gerekli olan bu soruları soramayabilir**, bu zamanı bulamayabilir ve bu ihtiyacı hissetmeyebilir.
- ❖ Bunlar olmadan da **duygularını yönetebilmesi, iradesini güçlendirip kendine söz geçirebilmesi, bir hedefe odaklanıp peşinden gidebilmesi** çok zor olur hatta hiç mümkün olmaz.

*Ben kimim?  
Bilmek  
Kabul Etmek  
Uyum Sağlamak  
Artılarım  
Eksilerim*

# Sosyal Alanda Görülen Zararlar Nelerdir?



- ❖ Akademik başarıda düşüş
- ❖ Zamanı idare etmede başarısızlık
- ❖ Kişisel, aile ve okul sorunları
- ❖ Uyku bozuklukları
- ❖ Aktivitelerde azalma
- ❖ İnternet arkadaşları dışında izolasyon



# Zihinsel gelişim

Şayet teknoloji kullanımı,

- ❖ kişinin zihinsel kapasitesini boşa kullanacak şekilde gereksiz bilgiyle doldurmasına sebep oluyor ve
- ❖ bilgi o kapasitenin içerisinde kendine yer bulamıyorsa,
- ❖ yanlış ve zararlı bilgiler kişinin hayat kalitesini olumsuz etkiliyorsa ,
- ❖ Veya zihin seyredilip unutulmuş eğlence görüntüleriyle dolmuş ise teknolojinin kötüye kullanımı söz konusudur.



Günde 1 saatten az TV seyreden çocukların çizdikleri:



Günde en az 3 saat TV seyreden çocukların çizdikleri:



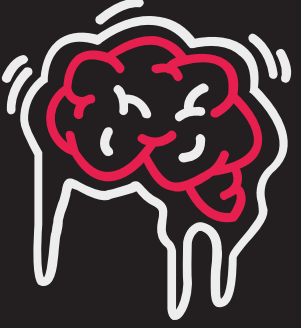
# Başka zararları yok mu?

- ❖ Kişiler arası duyarlılıklar azalması
- ❖ Özgüvende düşüş
- ❖ Sürekli uykusuz ve yorgun görülmeler
- ❖ Çevreyle arasındaki ilişkinin zayıflaması ya da kopması
- ❖ Sosyal kaygı düzeyinde ve saldırganlık davranışlarında yükselme



# Ne Zarar Var ki?

Teknolojinin, bilgisayarın doğru kullanıldığında pek çok faydası vardır.  
Ancak aşırı kullanıldığında ciddi zararları olabilir.  
Teknoloji kullanım süresi arttıkça, çocukların;



**Beyni  
tembelleşir.**



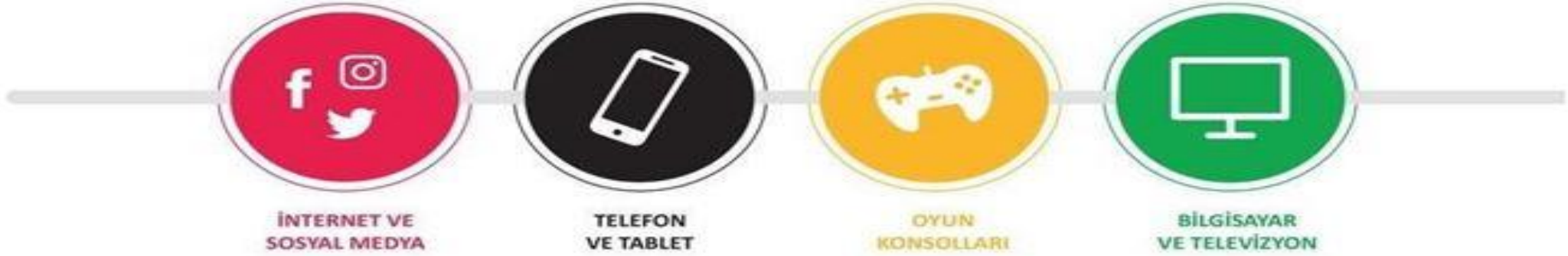
**Dikkatini toplaması zorlaşır.  
Ödev ve işlerini yaparken  
aklına oyun, tablet gelir.**

**Arkadaşlık  
kurma şansı azalır.**



**Çok oturdukları için  
kemikleri güçlü olmaz.**

# Teknoloji Bağımlılığı nedir? Çeşitleri Nelerdir?



Bağımlılık; bireyin, fiziksel ve ruhsal olarak pek çok zarar görmesine rağmen bağımlısı olduğu maddeyi kullanmaya ya da bağımlısı olduğu davranışı yapmaya devam etmesi durumudur.

İnternet ve teknoloji bağımlılığı; diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişinin bağımlısı olduğu teknolojik ürüne ulaşamadığında yoksunluk yaşadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır.

# Sosyal Medya Bağımlılığı

- ❖ Boş zamanlarda ilk akla gelen seçenekte,
- ❖ Gerçek hayatın önüne geçiyorsa,
- ❖ Günlük hayatın ve sorumlukların aksamasına sebep oluyorsa,
- ❖ Gerçek arkadaşlıkların yerine sanal arkadaşlıklar ve takipçiler aldıysa,
- ❖ Aşırı zaman alıyor ve ulaşamadığında huzursuzluk oluşturuyorsa,
- ❖ Sürekli birşeyler paylaşma ihtiyacı oluyorsa sosyal medya bağımlılığından söz edilebilir.



# Oyun Bağımlılığı

- ❖Giderek oyun başında daha fazla zaman geçiriliyorsa,
- ❖Aile ya da arkadaşlarla vakit geçirmek yerine oyun oynamak tercih ediliyorsa,
- ❖Oyunlarda alınan başarı ve ilerlemeler gerçek hayattaki başarılarından daha çok önemsenmeye başlandıysa,
- ❖ Aileden uzaklaşma ve oyun başında geçirilen süre ile ilgili tartışmalar yaşanmaya başlandıysa,
- ❖Oyun başında geçirilen fazla süre sonucu akademik başarının düşmesi, devamsızlık sorunları, arkadaşlık ilişkilerinin bozulması, uykusuz kalma sorunlarının görülmesi durumunda oyun bağımlılığından söz edilebilir





**Gel seni karşıya geçireyim evladım**



**İnternetin denetimsiz, sınırsız, amaçsız, uzun süreli ve sorumlulukları aksatacak şekilde kullanılması, fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi olumsuz etkiler.**



# Zorbalık, İstismar ve Güvenlik Sorunları

Teknolojinin zararları arasında aşırı kullanıma bağlı olmayan gizli tehditler de vardır;

- ❖ **Siber Zorbalık**; bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak bir birey ya da gruba yapılan teknik ya da ilişkisel tarzda zarar verme davranışlarıdır.



# Zorbalık, İstismar ve Güvenlik Sorunları

## İstismar;

Sanal ortamda kötü niyetli kişi veya gruplar tarafından mağdurun fiziksel ya da psikolojik gelişimini olumsuz olarak etkileyen davranışlardır.



# Zorbalık, İstismar ve Güvenlik Sorunları

## Güvenlik Sorunları;

Sanal Güvenlik en kaba anlatımıyla internet ortamındaki tehlikelere karşı korunmaktır. Bu tehlikeler, virüsler, sakıncalı site ve içerikler ayrıca kötü niyetli internet kullanıcıları olabilir. Bu tehlikelerin hepsi sanal ortamda karşımıza çıkabilir.



## İnternet Yardım Merkezi

Uyarı: İnternet Yardım Merkezi, kullanıcıların internetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı kapsamında yaşadıkları problemlere yönelik çözüm önerileri sunmaktadır. İnternet Yardım Merkezi tarafından verilen cevaplar, bilgilendirme ve tavsiye niteliğinde olup hukuki bir geçerliliği bulunmamaktadır. Kullanıcıların, İnternet erişiminde ve/veya İnternet erişiminde kullanılan cihazlarda (bilgisayar, cep telefonu, tablet, modem vb.) yaşadıkları donanım ve altyapıya ilişkin sorunları, Ürün/cihaz özellikleri, mukayese, kurulum ve ayarlamalarına ilişkin sorunları, İnternet Yardım Merkezinin hizmet alanı dışındadır.

Merhaba, size nasıl yardımcı olabilirim?

Ulaşmak istediğiniz hizmet, sorun veya bilgiyi birkaç basit kelime ile aratın.



İNTERNETTE YASADIŞI İÇERİKLER



İNTERNET VE MAHREMİYET



İNTERNET VE BİLGİ GÜVENLİĞİ



SOSYAL AĞ PLATFORMLARI



GÜVENLİ İNTERNET HİZMETİ



ONLİNE OYUNLAR



SİBER ZORBALIK



İNTERNET VE SAĞLIK

İnternet İçerik Şikayet Süreçleri ve İletişim Bilgileri



**güvenli  
internet**

“seçmek  
özgürlüktür”



**TAMAMEN  
ÜCRETSİZ**

Güvenli İnternet Hizmeti 7. Yaşında



### GUVENLİ İNTERNET'E GEÇELİM

Güvenli İnternete geçmek için aşağıdaki listeden servis sağlayıcınızı seçerek doğrudan kullanıcı işlemleri sayfasına ulaşabilirsiniz.

İşletmeci Seçiniz



GİT



Hangi Profilde Olduğunu

**Test Et**



### ANİMASYONLAR

Güvenli İnternet Hizmeti nedir?  
Profiller  
Hangi Profili seçmelim?

### VİDEOLAR



Güvenli İnternet'ten  
Memnun musunuz?



Çocuğunuzun fotoğrafını hiçbir internet sitesinde veya haber grubunda paylaşmayınız.



# Önleyici Faktörler

- ❖ Güçlü ve pozitif aile bağları, ebeveynlerin çocuklarının arkadaşlarından ve neler yaptıklarından haberdar olması,
- ❖ Aile içi kuralların açık olması ve herkesin bunlara uyması,
- ❖ Ebeveynlerin çocuklarının yaşamlarına ilgili olmaları,
- ❖ İnternet kuralları belirleyin ve bunlara önce siz uyun.





# Önleyici Faktörler

- ❖ Ebeveynlerin çocukların sorumluluk almalarını desteklemeleri, onların sorumluluklarını kendileri üstlenmemeleri,
- ❖ Çocukların boş zamanlarında spor veya sanatla uğraşmaya teşvik edilmesi,
- ❖ Bağımlılık yapan şeylerin kullanımıyla ilgili doğru bilgilendirme.
- ❖ Çocuğunuzun en iyi ve en güvenilir arkadaşı siz olun.
- ❖ Çocuklarınızla aranızda aile sözleşmesi imzalayın ve bunu titizlikle uygulayın.





# Çocuklarınızın Sosyal Ağlarına Dikkat Edin

- ❖ Profillerindeki gizlilik ayarlarını yapmalarını sağlayın.
- ❖ Tam isim, adres, telefon, T.C. Kimlik Numarası ve özel fotoğraflarını paylaşmamalarını öğütleyin.
- ❖ Tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememelerini söyleyin.
- ❖ Sosyal ağlarda kimlerle arkadaşlık ettiklerini belli aralıklarla kontrol edin.



# Teknolojiyi Paylaşın

- ❖ **İnternete zaman zaman beraber girin** ya da o girdiğinde gidip yanına oturarak onunla internet ilgisini paylaşın.
- ❖ Bilmediğiniz program, site ya da yenilikleri sorun ve öğrenin. Teknoloji sohbetleri yapın.



# Çocuğunuzun Teknoloji ile İlişkisi Nasıl Olmalı?

- ❖ Hem kendinizin hem de çocuğunuzun ne seyredeceği veya hangi programları kullanacağı konusunda **seçici olun**.
- ❖ Çocuğunuzun ekranla baş başa uzun süre ve **denetimsiz bırakmayın**.
- ❖ Teknolojinin ailece birlikte geçirilen zamanların ya da **oyun saatlerinin yerini almasına izin vermeyin**.
- ❖ Çocuğunuza izlediği filmlerde veya oynadığı oyunlarda yer alan belli **karakterleri niçin sevdiğini sorun**, bu konu üzerinde karşılıklı konuşun.

Yerli Yerinde  
Yeterince

# Çocuğunuzun Teknoloji ile İlişkisi Nasıl Olmalı?

- ❖ Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla **çocuk bakıcısı** olarak kullanmayın.
- ❖ Bilgisayar, tablet vb. kullanımını **disiplin-ödül aracı** hâline getirmeyin.
- ❖ **İnternet ortamında insanları gerçekten tanımanın oldukça** güç, hatta imkânsız olduğunu çocuğunuza anlatın.

Yerli Yerinde  
Yeterince

# Teknoloji ile Ne Kadar Zaman Geçirilmeli?



Okul Öncesi  
Yaş grubu günde  
**30 dakika**



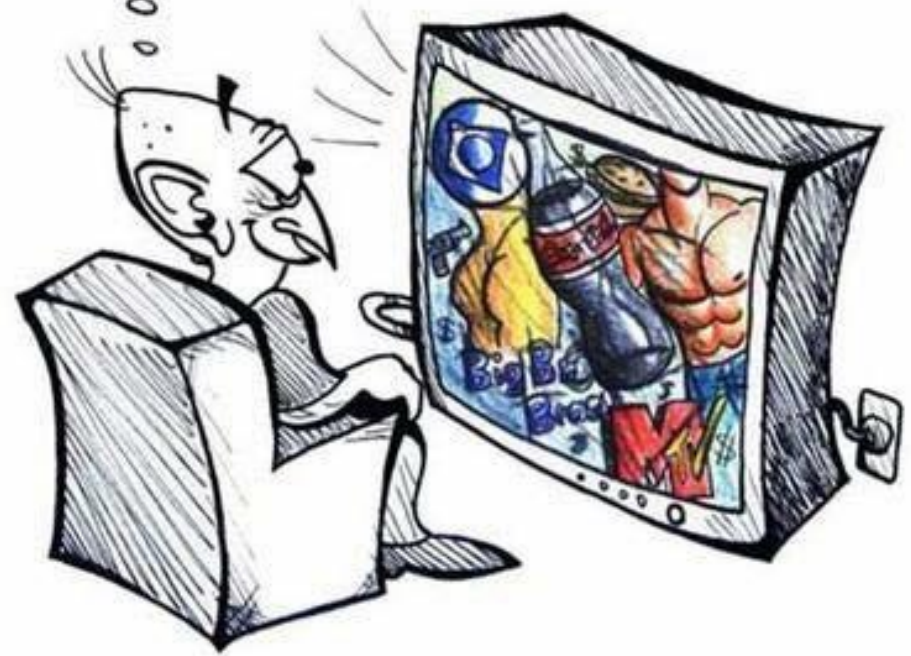
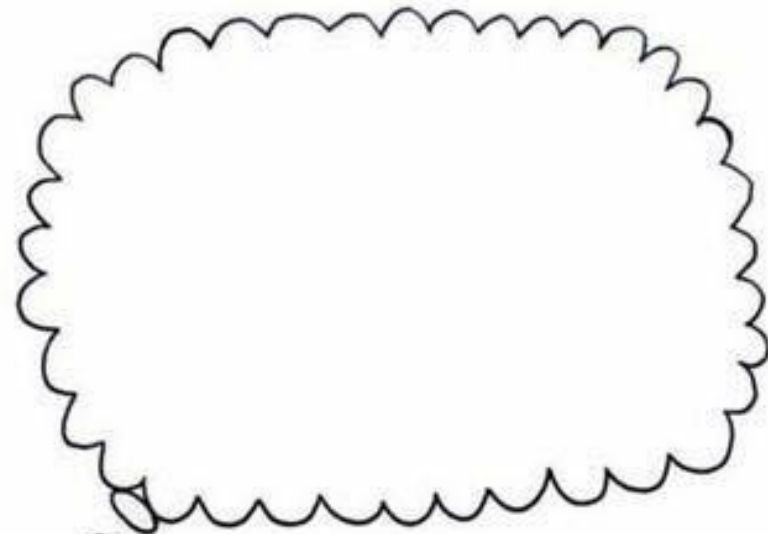
İlköğretimin  
İlk dört yılında  
günde 45 dakika  
**45 dakika**



İlköğretimin  
İkinci dört yılında  
günde 1 saat  
**1 saat**



Lise Çağında  
Günde 2 saat  
**2 saat**



Doob



# KİTAP ÖNERİSİ ...

