

GÜVENLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Hayatlarımızda dijital teknolojinin rolü gün geçtikçe artarken, çocukların ekran başında geçirdikleri süre, cep telefonlarına ve dijital oyunlara uygun erişimi, siber güvenlik gibi konular günümüzde ebeveynlerin yaşadıkları ikilemler arasındadır. Tüm bu konuları ele alırken eğitimciler ve ebeveynler olarak kendi çocukluğumuzu referans almamız uygun değildir. 1970 yılında çocukların ekran ile etkileşimi 4 yaşından itibaren başlarken, günümüzde bu rakamın çocuklar arasında 4 aylık çocuklara kadar indiği görülmektedir. Çeşitlenen dijital cihazlar günümüzde çocuklara dijital bir açık büfe sunmaktadır. Common Sense Media'nın 2013'te yürüttüğü araştırmaya göre dijital çeşitliliğin artmasının, ekranla geçen süreyi de beraberinde artırdığını gözler önüne sermektedir. Böylesine hızlı gelişen dijital dünyada, pek çok çocuk bisiklete binmeyi, ayakkabısını bağlamayı öğrenmeden önce ekranlara tıklamayı, ekranları büyütüp küçültmeyi öğreniyor. Bu sebepten çocuklarımızı bu dünyadan tamamen uzak tutmak yerine güvenli bir şekilde bu teknolojiyi etkin biçimde kullanmalarını sağlamanın sağlıklı ve faydalı yolunu kullanmamız oldukça önemlidir.

Peki, çocuklarda güvenli internet kullanımı becerilerini nasıl oluşturabiliriz?

- **Ebeveynlerin teknoloji ile ilişkisi**

Çocukların yanında model oluşturduğumuz sağlıklı teknoloji alışkanlıkları konusunda dikkatli olmalıyız. Ebeveynlerin teknoloji kullanımı çocuklar tarafından sürekli takip edilir. Rol model davranış becerisi yoluyla çocuklar ebeveynlerin alışkanlıklarını modelleme yoluyla öğrenirler.

- **Zamanlama**

Çocukların ekran başında geçirdikleri sürenin çocukların gelişim yaşına uygun olarak belirlenmesi önemlidir. Erken çocukluk döneminde ekran başında geçirilen sürenin 1 saati geçmemesi önerilmektedir.

- **İçerik**

Bu dönemde çocukların dijital deneyimlerine ebeveynlerinin de eşlik etmesi, teknolojiyle nitelikli zaman geçirmeleri ve zararlı içeriğe maruz kalmalarını önlemek açısından oldukça önemlidir. Geçirilen bu zamana nitelikli teknolojik programların eşlik etmesi teknolojinin geliştirici rolünü ön plana çıkararak çocuklara interaktif öğrenme alanları sunabilmektedir.

- **Teknoloji ortak kullanım alanları inşa etmek**

Çocukların zararlı içeriklere maruz kalmasını önlemek ve çocuklara güvenli teknoloji kullanımı imkanı sağlamak amacıyla evde ortak ve sık kullanılan teknolojik alanlar oluşturulmalıdır. Tüm aile bireylerinin ortak teknolojik alanlarda teknolojik cihazları kullanması, çocuklar için model olacaktır.

- **Teknolojiyi çocukların uyku rutininden çıkartmak**

Uyku, çocukların gelişiminin temel yapıtaşlarından biridir. Yapılan araştırmalar uyumadan önce dijital cihazlara ve ekranlara maruz kalan çocukların uyku alışkanlıkları ve düzenleri üzerinde olumsuz yan etkiye sebep olabildiğini göstermektedir. Uyku saatinden 90 dakika önce teknolojiyle geçen sürenin çocukların uykusunun gecikmesine sebep olduğu ve uyku niteliğini düşürdüğü gözlemlenmektedir. Uyku niteliğinin düşmesi, çocukların öğrenme süreçleri üzerinde doğrudan etkiye sahiptir. Bu sebepten uyku saatlerini ve alanlarını teknolojisiz alanlara dönüştürmek önemlidir.

- **Güvenlik Tedbirleri Alın**

Çocukların dijital dünya içerisinde karşılaşabilecekleri olası çevrimiçi riskler konusunda onları bilgilendirmeliyiz. İnternet filtreleri ve aile kontrol uygulamaları ile çocukların dijital dünyada karşılaşabilecekleri riskleri en aza indirebiliriz.

- **Teknoloji Kullanımı Anlaşmalarından Faydalanın**

Teknoloji kullanımıyla ilgili yaşanabilecek olası anlaşmazlıkları en aza indirmek ve uzlaşmacı bir tutum sergilemek amacıyla çocuklarla teknoloji anlaşmaları yapabilirsiniz. Anlaşma maddelerini oluştururken; teknolojiyle geçirilen süre, içerik ve belirlenen ortak teknolojik alanlarla ilgili çocukları bilgilendirmek önemlidir. Anlaşmanın gerekçe ve amaçları üzerinde durulması da çocukların dijital farkındalık geliştirmelerini destekleyecektir.

Unutmamalıyız ki;

Dijitalleşen dünyada çocukların sağlıklı dijital sınırlar oluşturmaları, teknolojiyi etkili ve geliştirici yönde kullanmaları mümkündür. Çocukların destekleyici deneyimlere ulaşmasına rehberlik etmek, sağlıklı teknolojik sınırlar oluşturmalarının temelini oluşturmaktadır. Teknolojik sınırlar oluştururken dengeyi sağlayabilmek oldukça önemlidir.

Teknolojinin sunduklarının çocuklar üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar yürüten Uzman Warren Buckleitner'in dediği gibi: 'Teknoloji gübre gibidir. Doğru zamanda azıcık kullanırsanız bitki serpilir. Çok fazla ya da yanlış türde kullanırsanız bitkiyi kurutursunuz.'

Kaynakça:

- 1- Kristy Goodwin, Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek, Aganta Kitap Yayınları, 2018
- 2- Güvenli İnternet Kullanımı, Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü, 2022
- 3- Dr. Esra Ercan Bilgiç, Ekran Süresi Barış Anlaşması, Dijital Medya ve Çocuk, 2020