

# AYLIK E-BÜLTEN

KASIM 2024

SAYI:3

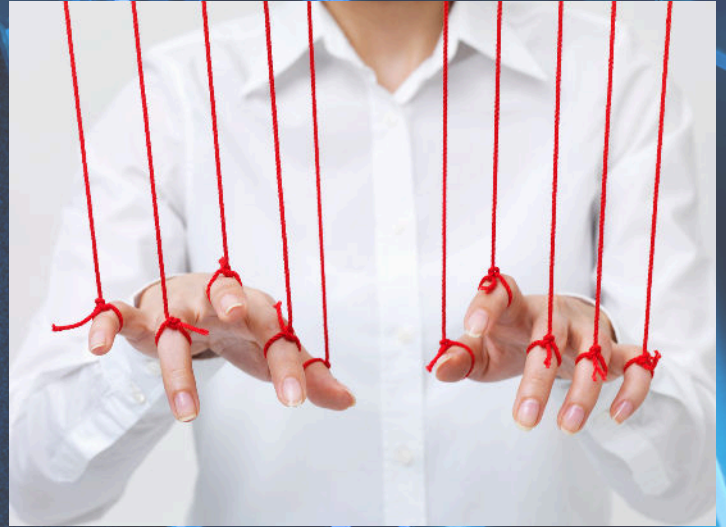
## BAĞIMLILIK

VELİ EKİ: Dijital Ebeveynlik



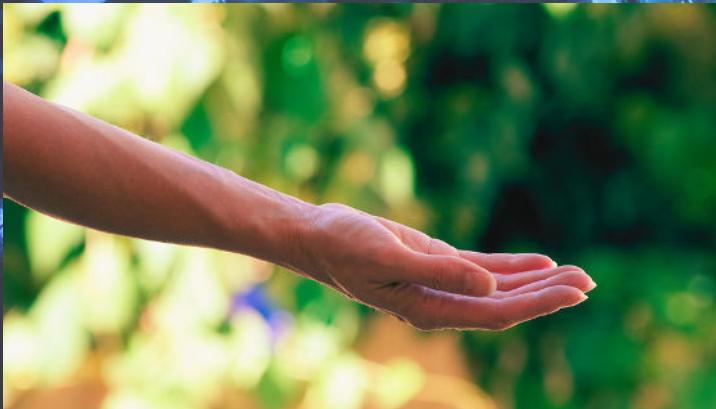
Nasıl ki çocuklarınıza karşıdan karşıya geçmeyi, yüzmeyi, bisiklete binmeyi öğretiyorsanız, dijital dünyada güven içinde dolaşmaları için bilgi iletişim araçlarını ve interneti güvenli şekilde kullanmayı öğretmenize de ihtiyaçları var.

Dijital ebeveyn; dijital çağın gereksinimlerine göre hareket eden, temel düzeyde dijital araçlara hâkim, uçsuz bucaksız bir ortam olan dijital ortamlardaki olanakların farkında olan yetişkindir. Çocuğunu bu ortamlardaki risklere karşı koruyabilen ebeveynidir.



## İÇİNDEKİLER

1. Dijital Çağda Ebeveynlik Krizi
2. Ekran Bağımlılığıyla Başa Çıkma
3. Dijital Yerliler/Dijital Göçmenler
4. Anne Babaların Sık Yaptığı Dört Hata
5. Yaş Grubuna Özgü Öneriler
6. Sosyal Medya Kullanım Önerileri
7. Dijital Ebeveynlik Eğitimleri
8. Üretim Odaklı İnternet Kullanımı
9. Ailece Teknoloji Detoksu





Çağımızdaki anne babalar tarihin en hızlı teknolojik dönüşümlerinden birine tanık oldular. Hepimiz artık şunu çok iyi biliyoruz: çocuklarımız bizim hiç bilmediğimiz bir dünyada yaşayacak. Bu kadar hızlı değişim, bu kadar çok bilinmez ve gelenekten bu kadar hızlı kopma olunca ister istemez ortaya ciddi bir sorun çıkıyor. Bu soruna yazarlar “ebeveynlik krizi” adını veriyor.

## EBEVEYNLİK KRİZİ

Anne babalık, bilmediğimiz bir memlekette yol bulmaktır. Bir insanı dünyaya getirmek, onu dünyaya hazırlamak muazzam bir sorumluluktur. Durum böyle olunca da tarih boyunca çocuk yetiştirme sorumluluğu sadece anne babaya değil, dedeye, neneye de verilmiştir. Hatta bir Afrika atasözünün çok güzel özetlediği gibi “Bir çocuğu yetiştirmek için bir köy gerekir!”

Eğer çocuğunuzu böyle bir ortamda yetiştiriyorsanız, yani tek başınıza değil, annenizle, babanızla, amca, teyze, halalarınızla birlikte yetiştiriyorsanız, bütün bir “köy” çocuğunuzun iyiliği için seferber olmuşsa, zaten bu ortak akıl size gerekli bütün yolları gösterecektir. Ama eğer çocuğunuzu eski kuşaklar gibi koca bir aileyle yetiştirmiyorsanız, sorumluluk sadece sizin üzerinizdeyse toplumumuzun yaşadığı ebeveynlik krizi sizlerin de kapısını çalmış demektir.



## DİJİTAL ÇAĞDA EBEVEYNLİK YAPMAKTA ZORLANIYORSANIZ

- \*Çocuğunuzun mizacını iyi tanıyın.
- \*Çocuğunuzla güvene dayalı derin bir bağ kurun.
- \*Mükemmel ebeveyn değil, olduğunuz kadar iyi olun.
- \*Evde belli bir rutin oluşturun.
- \*Çocuğunuzun başkalarıyla kıyaslamaktan vazgeçin.



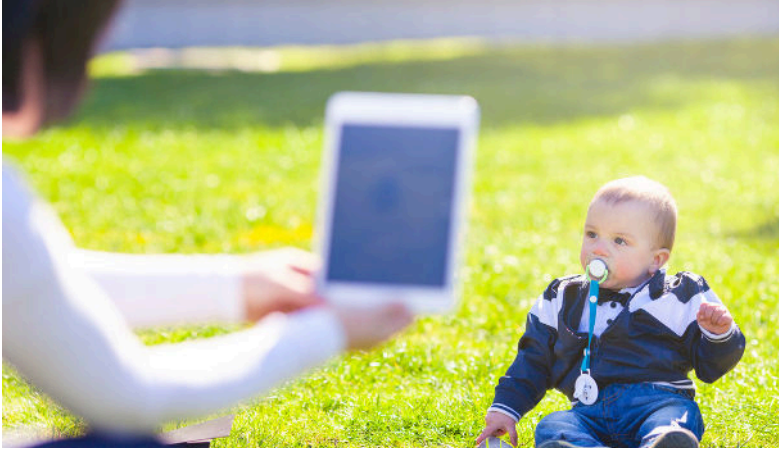
Günümüz "ekran çağı" olarak adlandırılıyor, çünkü televizyon, bilgisayar, telefon gibi cihazlar hayatımızın her anında var. Ekranlardan tamamen uzak bir yaşam neredeyse imkânsız. Ancak ekran bağımlılığından kurtulmanın yolu ekranları tamamen bırakmak değil, çünkü ekranlar hayatı kolaylaştırıp yeni dünyalar açabilir. Sorun, ekranların arkasındaki milyarlarca dolarlık sektörün bizi ekrana daha fazla bağlayacak ürünler sunma çabasında yatıyor. Bu sektör özellikle çocuklar için, madde veya alkol kadar bağımlılık yapıcı potansiyele sahip içerikler sunuyor.

Bu durumda dengeli bir rekabetten söz etmek zor, çünkü bir yanda çocukları bağımlı hale getirmek için çalışan profesyoneller, diğer yanda çocuklarını ekrandan uzak tutmaya çalışan ebeveynler var. Ancak mücadeleyi bırakıp çocukları ekrana teslim etmek bir çözüm değil. Ebeveynlerin elinde, oyun şirketlerinin sahip olmadığı önemli bir güç var: Çocukların zaman kontrolü. Ebeveynlik sadece sevgi ve şefkat sunmakla değil, aynı zamanda zamanı ve sınırları kontrol etmekle de ilgilidir.

“Steve Jobs, Bill Gates gibi hayatımıza ekranları sokan pek çok mucidin kendi çocuklarına bilgisayar oyunlarını yasakladığını biliyor muydunuz?”

S. Şirin

Günümüzde ekran bağımlılığı, madde bağımlılığı gibi bir “davranışsal bağımlılık” olarak kabul ediliyor. Davranış bağımlılığı, kişinin bir davranışı kendi iradesiyle durdurma ya da sürdürme yetisini kaybetmesidir. Ekran bağımlılığı, bu bağımlılıklar arasında en yaygın olanıdır ve ekran başında zaman geçirmeden günlük hayatı sürdürememekle sonuçlanabilir. Bu durum, özellikle çocuklar arasında bir "salgın" olarak görülmekte ve her ebeveynin dikkatle gözetmesi gereken bir konu haline gelmektedir.



**Ailenin koruyucu gücü yadsınamaz. Ebeveynler olarak, çocuklarınızın ilk rol modeli sizsiniz ve onları en iyi tanıyan kişi de sizsiniz. Çocuğunuzla olan ilişkiniz, onu pek çok yönde besleyerek, gelişimsel ihtiyaç ve arayışlarını daha doğru kanallara yönlmesine yardımcı olacaktır.**



## EKRAN BAĞIMLILIĞIYLA BAŞA ÇIKMA

Bizler gibi geç yaşta değil, doğuştan ekranlarla yaşamaya başladı bu devrin çocukları. Akıllı telefonlar, tabletler çocuklar için özel tasarlanmış oyunlarla dolu. Meselenin bam teli de burası zaten. Yetişkinler yerine ekranlar tarafından büyütülen bu çocuklar büyüdüğünde ne olacak?

## DİJİTAL YERLİLER DİJİTAL GÖÇMENLER

2000 sonrası doğan, dijital araç ve ortamları hayatlarının merkezine alan, teknolojinin bir ihtiyaçtan çok gündelik hayatın gerekliliklerinden biri olduğunu düşünen ve bu dijital dünyada kendine özgü dilleri ile yer alan dijital yerliler, günümüzün teknolojisi ile dünyaya gelmiş ve yeni teknolojiler üzerinden halledilebilecek tüm günlük işlerini bu ortam üzerinden yürütebilen 21. yy'ın çocukları olduğu söylenebilir.

Milenyum (internet ve web çağı) öncesinde doğan, teknoloji ve ürünleriyle ergenlik sonrası dönemde tanışmış olan bireyler için dijital göçmenlik kavramı kullanılmaktadır. Başka bir deyişle dijital göçmenlik, yirmili yaş ve sonrasında teknoloji, internet ve web ile tanışan, teknolojik araçların kullanımı ve teknoloji tabanlı öğrenmede güçlükler veya çeşitli uyum sorunlarıyla karşılaşabilen, teknoloji okuryazarlığı dijital yerlilere oranla daha düşük düzeydeki bireyleri tanımlamaktadır.



Araştırmalara göre Türkiye’de anne babaların %73’ü her gün internet kullandıklarını belirtiyor. Bu alanda dünya ortalamasının %57 olduğunu hatırlatalım.

Hal böyle olunca, çocuklarımızın internet kullanım alışkanlıkları ile ilgili veriler de çarpıcı görünüyor. Türkiye’de yürütülen araştırma sonuçlarına göre; çocukların %13’ü yedi yaşından önce internet kullanmaya başlıyor, bunların %62’si günde üç saatten fazla ekran karşısında zaman harcıyor ve en çarpıcısı da bu kullanımın %83’ü evde anne babalarının yanında gerçekleşiyor.

## ANNE BABALARIN SIK YAPTIĞI DÖRT HATA

1. Ekran kullanımı konusunda olumsuz rol model olmak
2. Çocuk başa çıkması zor bir duygu yaşadığında (üzüntü, öfke vb.) teknolojiyi duygusal emzik olarak çocuğa sunmak
3. Ekranları çocuk bakıcısı olarak kullanmak
4. Dış dünyadaki tehlikeler ve risklere yönelik kaygılarıyla başa çıkarken çocuğu gözünün önünde tutmak için ekran kullanmasına izin vermek

Söz konusu çocuklardaki bağımlılık olunca da meselenin başlangıcıyla çözümün adresi aynı yer oluyor: Aile! Aile ortamını değiştirmeden çocukları ekran bağımlılığından kurtarmak mümkün değil. Peki, o halde ev ortamında neyi nasıl yapmalıyız ki çocuklarımız daha az ekrana bağımlı olsun?

## YASAKLAMAK ÇARE DEĞİL!

Araştırmalar, çocuklara ekranı tamamen yasaklamanın çözüm olmadığını gösteriyor. Bu tür yasaklar, çocuklarda ekranlara karşı daha fazla ilgi uyandırıyor. Ayrıca, ekranlar çocukların akranlarıyla tecrübe paylaşımında bulunduğu alanlar haline geldi. Çocukları ekrandan tamamen uzaklaştırmak, sosyal bağlarını zayıflatabilir. Bu nedenle, yapılması gereken, ekran süresini tamamen ortadan kaldırmak yerine, bu zamanı daha iyi planlayarak denge kurmaktır.

Bağımlılık, sadece bireyin kişiliğiyle açıklanamaz; kişinin bulunduğu koşullar da bağımlılığı etkiler. Uygun koşullar olduğunda herkes bağımlı hale gelebilir. Bu da bağımlılıktan kurtulmanın yolunun koşulları değiştirmek olduğunu gösterir. Ayrıca, çocukların sıkılmaları olumsuz bir durum değildir; sıkılmak yaratıcılığı teşvik eder, çünkü sürekli meşgul olan çocuklar yaratıcı düşünceler geliştirme fırsatını kaybeder.

## ÇOCUĞUMUZA DOĞRU MODEL OLUYOR MUYUZ?



Ekran bağımlılığının çocuklar üzerindeki etkileri oldukça ciddi sonuçlar doğurmaktadır. Bu çocuklar okulda başarısız olabilir, obezite ve sosyal iletişim sorunları yaşayabilirler. Uzun süre ekran karşısında kalmak, bireylerin zaman kavramını kaybetmesine, sorumluluklarını aksatmasına ve sosyal izolasyona yol açabilir. Ayrıca, ekran bağımlılığı obezite riskini artırarak diyabet, kalp hastalıkları ve kas-iskelet sorunlarına zemin hazırlayabilir.



## KULLANMASIN DA NE YAPSIN?

Çocukları bağımsız yapabilecekleri beceriler ve hobiler konusunda destekleyin ve internetin boş zaman aktivitesi olmadığını anlatın. Onlara, aileleriyle, arkadaşlarıyla veya yalnız başlarına teknoloji dışında da bir hayat olduğunu hissettirin. Ebeveynlerin kullandığı dil de çok önemlidir; yasaklayıcı bir dil yerine iş birliğine davet eden, teknoloji kullanımına alternatifler sunan ve negatif bir tavır takınmayan bir dil kullanılmalıdır. Ayrıca, çocuklar ebeveynlerini örnek alır, bu yüzden siz de teknoloji kullanımınıza dikkat edin. Çocuğunuzla iletişim halindeyken telefonunuza bakmak, ona ilgisiz ve önemsiz olduğunu hissettirebilir.



## YAŞ GRUBUNA ÖZGÜ ÖNERİLER

### 0-24 AY

İlk 18 ay, bebekleri ekranlardan mümkün olduğunca uzak tutmak önemlidir, çünkü ekranlar hızla gelişen beyin için faydasızdır. Görüntülü görüşmeler dışında, bu yaş grubu için ekranların zararlı olduğu kabul edilir. Beynin en hızlı geliştiği bu dönemde, çocukların en çok ihtiyaç duyduğu şey ebeveynle etkin bir diyalog kurmaktır. 18-24 aylık bebeklerin ise, ekranlarla tanışması mümkün olabilir, ancak bu şart değildir ve olursa da oldukça sınırlı tutulmalıdır. Önemli olan, ekrandaki içeriğin niteliğidir. Çocukların ekranla tanışma süreci ne kadar geciktirilirse, o kadar faydalı olacaktır.

### 2-6 YAŞ

Okul öncesi dönemde, çocukların ekran başında günde en fazla çok zaman geçirmemesi ve bu sürenin kaliteli içerikle doldurulması önemlidir. Ebeveynler, çocuklarına sunacakları içeriği önceden izlemeli ve kaliteli olduğundan emin olmalıdır. Çocuklara sıkıldıklarında teknoloji verilmemeli, bunun yerine ailece etkinlikler düzenlenmelidir. Ayrıca, ebeveynler kendi teknoloji kullanımlarında da tutarlı olmalı ve kurallara uymalıdır.

Çocuklar teknoloji kullanırken yalnız bırakılmamalı, içerikler ebeveynler tarafından denetlenmeli ve teknoloji ödül ya da ceza olarak kullanılmamalıdır. Bu dönemde çocuklar meraklıdır ve öğrenmeye açıktır. Bilgisayar ve internet kullanımı ebeveyn gözetiminde çok sınırlı olmalı, süre bir saatten fazla olmamalıdır. Çocuklar anne ve babalarıyla birlikte yaşlarına uygun web sitelerine göz atabilir, oyunlar oynayabilir.



YAŞAMIN İLK İKİ YILINDA BEBEKLERLE KİTAPLAR, NİNNİLER, ŞARKILAR VE TÜRKÜLER ARACILIĞIYLA İLETİŞİM KURMAK GEREKLİDİR.

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN İSE, OYUN ÇOCUKLARI OLDUKLARI UNUTULMAMALIDIR. BU NEDENLE ONUNLA OYUN OYNAYIN, ÇOCUKLA ÇOCUK OLUN.

AKILLI TELEFON KULLANMAK ÇOCUĞUN ZEKİ OLDUĞUNU GÖSTERMEZ. AKILLI TELEFONLAR HERKESİN KOLAYLIKLA KAVRAYARAK KULLANABİLMESİ İÇİN GELİŞTİRİLMİŞTİR VE KULLANIM BECERİSİNİN ZEKİ İLE İLİŞKİSİ BULUNMAMAKTADIR.

Yapılan araştırmalarda internet ve akıllı telefonların uzun süre kullanıldığında bireylerde dikkat, hafıza, analiz yeteneğinde azalma gibi zihinsel sorunları ortaya çıkardığı görülmektedir. Bu nedenle interneti yoğun kullanan kişiler günlük yaşamda okumada, konuşmaları yorumlamakta ve yeni şeyler öğrenmekte güçlükler yaşarlar.

## 7-10 YAŞ

7-10 yaş arası çocuklar için teknoloji kullanımı sınırlı tutulmalı ve dikkatle denetlenmelidir. Ekran başında geçirilen süre günde 1-2 saati geçmemelidir ve bu süre içerisinde eğitsel, kaliteli içerikler tercih edilmelidir. Teknoloji ödül ya da ceza olarak kullanılmamalı, çocuklara sıkıldıklarında alternatif etkinlikler sunulmalıdır. Ayrıca, aileler çocukların internet kullanımını izlemeli ve uygun içeriklere erişimlerini sağlamalıdır. Bilgisayar, herkesin görebileceği ortak bir alanda olmalıdır ve çocuklarla ne tür sitelere girebileceği konusunda anlaşmaya varılmalıdır. Çocukların internette gizlilik ve kişisel verilerin korunması konularında eğitilmesi, aile adına bir e-posta hesabı kullanılması ve sosyal ağlara erişimlerinin sınırlandırılması gereklidir. Ebeveynler, çocukların çevrimiçi tehlikelerle ilgili bilgi sahibi olmasını sağlamalı, doğru olmayan içerikleri tanımaları konusunda rehberlik etmelidir. Ayrıca, çocuklara yasadışı dosya indirmeme ve internette kaynak gösterme gibi etik konular öğretilmelidir.

## 14-16 YAŞ

Çocukluktan gençliğe geçiş dönemi, arkadaş grubunun öneminin arttığı, bağımsız hareket etme isteğinin ve aile değerleriyle çatışma eğilimlerinin görüldüğü bir süreçtir. Bu yaş grubundaki çocuklar, genellikle internet ve bilgisayar teknolojileri konusunda ebeveynlerinden daha fazla bilgi sahibidir, bu nedenle ebeveynlerin dikkatli olması gerekmektedir. Aksi takdirde, çocuklar çeşitli tehlikelerle (istismar, suç örgütleri vb.) karşılaşabilir ya da internet bağımlılığı riski taşıyabilir.

### **Bu dönemde ebeveynlerin dikkat etmesi gereken bazı noktalar şunlardır:**

- Çocukların tanımadıkları kişileri sosyal ağlarda arkadaş olarak eklememeleri hatırlatılmalı; aileler de sosyal medyada çocuklarını takip etmelidir.
- Gizlilik ayarlarının kontrol edilmesi ve sosyal medya hesaplarının herkese açık olmaması sağlanmalıdır.
- İnternet sohbetleri hakkında çocuklara bilgi verilmeli ve tanıdık kişilerle kısa süreli sohbet yapmalarına izin verilmelidir.
- Çocukların ziyaret ettikleri internet sayfaları takip edilmeli, kendilerine ve ailelerine ait bilgileri paylaşmamaları gerektiği öğretilmelidir.
- Sanal arkadaşlıkların riskleri anlatılmalı ve telif hakları konusunda bilinçlendirilmelidir.

# OKUL ÇAĞI ÇOCUKLAR VE ERGENLERDE EKРАН KULLANIMI

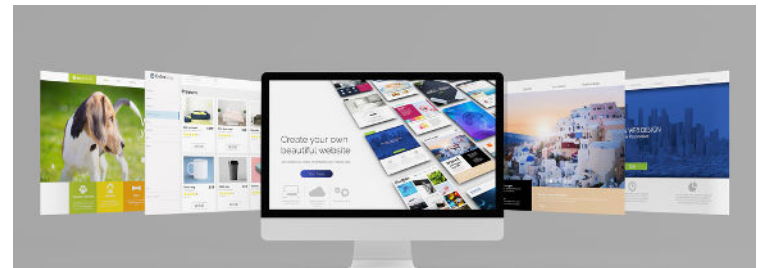


## 10-13 YAŞ

10-13 yaş arası çocuklar için teknoloji kullanımını dengede tutmak önemlidir. Sürekli kısıtlama yerine, çocuklarla teknoloji ve internet hakkında sohbet edilmesi, faydalı amaçlarla kullanmaları için teşvik edilmeleri ve süre yönetimi planlarının yapılması önerilmektedir. Ekran süresi günlük 2-3 saatle sınırlı tutulmalı, bu süre eğitim ve üretim odaklı değerlendirilmelidir.

Çocuklar, ebeveyn denetimi olan veya çocuklara özel arama motorları kullanmalı ve internette kişisel bilgilerini vermemeleri gerektiği öğretilmelidir. Ayrıca, ailenin izni olmadan dosya indirmemeleri gerektiği, çevrimiçi ortamda ahlaki davranışlara uymaları gerektiği vurgulanmalıdır. Çocuklar, çevrimiçi rahatsızlık hissettiklerinde aileleriyle paylaşmaya teşvik edilmelidir.

Sosyal medya hesapları açılırken aile tarafından denetlenmeli ve çocuklara güvenlik önlemleri anlatılmalıdır. İnternette tanıştıkları kişilerle yüz yüze görüşmelerinin tehlikeleri konusunda da bilgilendirilmelidirler.





Dijital ebeveynlik beş boyuttan oluşmaktadır.

Dijital okuryazarlık, farkında olma, kontrol, etik ve yenilikçilik olarak belirlenen rollere uygun şekilde ebeveynler, çocuklarını çevrimiçi ortamlardaki risklerden koruyabilirler.

## DİJİTAL EBEVEYNLİK

Dijital ebeveyn olmanın kontrol boyutunda, ekran zaman planı oluşturmak etkili görülmektedir. Ekran zaman planı, çocuk ve ebeveynin birlikte hazırlayacağı bir çalışma olmalıdır. Çocuğun hafta içi ve hafta sonu hangi saatlerde ve ne kadar süreyle ekrana ulaşabileceğini belirleyen bu plan, karşılıklı katılımı daha etkili olur.

### Ekran zamanı planlarken dikkat edilmesi gerekenler:

- Günde en az 1 saat fiziksel aktiviteye ayrılmalı.
- Her gün en az 8 saat uyunmalı.
- Çocukların yatak odasında televizyon bulunmamalı.
- Uykudan bir saat önce tüm ekranlar kapatılmalı.
- Aile yemeklerinde ekran kullanılmamalı ve bu zamanlar önceden belirlenmeli.
- Ekransız alanlar oluşturulmalı, evde bir köşe ekransız alan olarak belirlenmelidir.



## SOSYAL MEDYADA ÇOCUK FOTOĞRAFI PAYLAŞMAK NE KADAR DOĞRU?

Sosyal medyada çocuk fotoğrafı paylaşmak, bazı ciddi etik ve güvenlik sorunlarını beraberinde getirir. Özetle, bu konudaki endişeler şunlardır:

- Çocukların onayı olmadan hayatlarının dijital olarak kayıt altına alınması, onların mahremiyetini ihlal eder. Her fotoğraf dijital bir iz bırakır ve bu izler geri alınamaz; siz silseniz bile başkaları fotoğrafı kaydedebilir.
- Sosyal medyadaki paylaşımlar aracılığıyla çocukların kimlik bilgilerine erişim mümkün olabilir. Adı, doğum tarihi, cinsiyeti gibi bilgileri öğrenerek çocuklara ulaşmak kolaylaşır.
- En tehlikeli boyutlardan biri, sosyal medyadan alınan fotoğrafların pedofili sitelerine sızma riski olmasıdır. Araştırmalar, bu sitelerdeki görsellerin yarısının sosyal medyadan alındığını gösteriyor.

Dijital ayak izlerinizin istismar edilmemesi için dikkat edilmesi gerekenler şunlardır:

- Sosyal medya hesaplarınızın gizlilik ayarlarını kontrol edin.
- Kullandığınız cihaz ve uygulamaların gizlilik ayarlarını gözden geçirin, güvenmediğiniz uygulamalara onay vermeyin.
- Düzenli olarak kendi adınızı arama motorlarında aratarak dijital izlerinizi gözlemleyin.
- Ücretsiz uygulamaların çoğunun, bilgilerinizi topladığını unutmayın.

### İNTERNETTE YÜZDE YÜZ GÜVENLİK YOKTUR.

İnternette ve sosyal medyada her yaptığınız işlem dijital bir iz bırakır ve bu izlerin analiz edilmesiyle sizi takip eden birilerinin olduğunu bilmek, tedirgin edici olabilir.

## ÇOCUKLARIN SANAL DÜNYADAKİ GÜVENLİĞİNİ AİLESİNDEN DAHA ETKİN KORUYACAK BİR TEKNOLOJİ YOKTUR.

Teknoloji, doğru kullanıldığında çocukların gelişimini destekleyebilir, ancak bilinçli kullanılmadığında ciddi zararlar verebilir. Ebeveynlerin rehberliği, bilinçli bir teknoloji kullanımının anahtarıdır. Dijital ebeveyn olma yolunda yardıma ihtiyacınız olduğunu düşünüyorsanız Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu'nun ebeveynlere yönelik hazırladığı eğitimlere göz atabilirsiniz. Eğitimler BTK Akademi tarafından uzman kişilerce hazırlanmış ve kolayca ulaşabileceğiniz bir biçimde hizmete sunulmuştur. Yandaki karekodları okutarak veya bağlantıya tıklayarak eğitimlere ulaşabilirsiniz. Karşınıza aşağıdaki sayfa açıldığında ise e-devlet kullanıcı adı ve şifrenizi girmeniz gerekiyor.

## DİJİTAL EBEVEYNLİK EĞİTİMLERİ



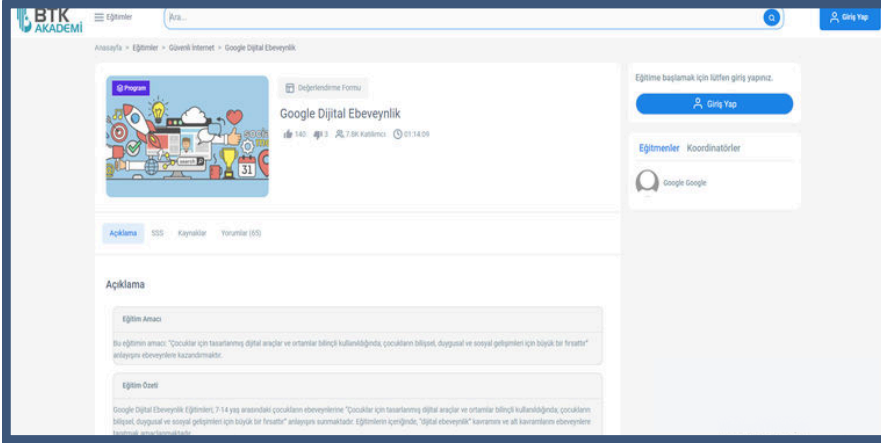
Dijital Ebeveynlik Eğitimi

1:57 0:34



İnternet Kullanımında Ebeveyn Çocuk İlişkisi Eğitimi

1:57 0:34



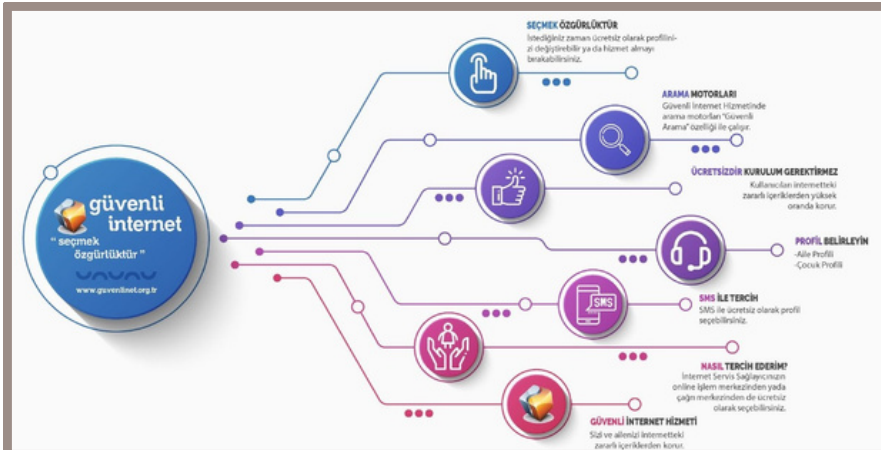
Kanunlarla düzenlenmiş ve 2011 yılından itibaren kullanıma sunulan Güvenli İnternet Hizmeti, teknik olarak ihtiyacınız olan yardımı size sunabilmektedir. İnternet servis sağlayıcıları tarafından ücretsiz olarak sunulan ve internetteki zararlı içeriklerden sizi ve ailenizi büyük oranda koruyan alternatif bir internet erişimidir.

Bağlı bulunduğunuz İnternet Servis Sağlayıcısı'na SMS veya çağrı merkezi yoluyla erişerek güvenli internet profillerinden birini seçebilirsiniz. Güvenli İnternet Hizmeti, kullanıcılara iki farklı profil sunar: Çocuk Profili ve Aile Profili.

-**Çocuk Profili**, yalnızca güvenli olduğu onaylanmış sitelere erişim sağlayan bir "izinli liste" yöntemiyle çalışır. Sohbet ve sosyal medya gibi riskli sitelere erişim yoktur ve çocukların ruhsal ve bedensel sağlığına zarar verebilecek içeriklere izin verilmez.

-**Aile Profili** ise "yasaklı liste" yöntemiyle çalışır. Zararlı içerikler barındıran sitelere erişim engellenir, ancak diğer sitelere erişim mümkündür. Oyun, sosyal medya ve sohbet siteleri isteğe bağlı olarak engellenebilir.

Kullanıcılar, istedikleri zaman bu iki profil arasında geçiş yapabilir veya Güvenli İnternet Hizmetini kullanmayı bırakabilirler.





## HİÇ Mİ YARARI YOK?

Üretim odaklı kullanımda çocuklar dijital cihazları ile geçirdiği vakit sonunda bir ürün oluşturmakta, tüketim odaklı kullanımda ise dijital cihazla geçirilen süre sonunda oluşturulan bir ürün bulunmamaktadır. Bilgisayarla kodlama yaparak yazılım geliştirme, oyun üretme, robotik uygulamalar ile robot tasarlama, mobil cihazlarda kullanılan ses uygulamaları ile özgün müzik oluşturma, kelime işlemci araçları ile özgün hikâye kurgulama ve yazma, dijital kitap oluşturma, dijital görsel tasarım uygulamaları aracılığıyla görsel tasarım yapma, kitap resimleme çalışmaları üretim odaklı kullanıma örnek oluşturmaktadır.

Bilgisayar ve internet teknolojileri, doğru kullanıldığında çocuklar ve gençler için pek çok fırsat sunar. Özetle bu fırsatlar şunlardır:

- İnternet, doğru bilgi kaynaklarına erişimi sağlayarak çocukların kişisel ve akademik gelişimlerine katkı sunar. Dünyadaki gelişmeleri takip edebilir, bilimsel bilgileri görsellerle öğrenebilir ve yabancı dil eğitimi gibi birçok alanda videolarla destek alabilirler.
- İnternet, sesli ve görüntülü iletişim imkânı sunarak dünyanın bir ucundaki insanlarla bağlantı kurmayı sağlar. Öğrenciler farklı ülkelerdeki akranlarıyla canlı dersler yapabilir veya tartışmalara katılabilir.

## ÜRETİM ODAKLI İNTERNET KULLANIMI

Tüketim odaklı kullanıma ise sosyal medya hesabından arkadaş ya da ünlü takibi, video paylaşım sitelerinde video izleme, alışveriş sitelerinden dijital platformlarda alışveriş gerçekleştirme gibi etkinlikler örnek olarak gösterilmektedir. Araştırmalara göre, çocukların içerik üretme konusundaki yeterliliklerinin düşük olduğu görülmektedir. Bu sonuçtan hareketle çocukların içerik üretmekten ziyade tüketmeye eğilimli oldukları söylenebilir.

- Bilgisayar uygulamaları, üç boyutlu çizimler, web sayfası oluşturma ve animasyon gibi yaratıcılığı teşvik eden araçlar sunar.
- Gençler, internet üzerinden özgürce kendilerini ifade edebilir ve kimliklerini oluşturma fırsatı bulabilirler.
- E-posta veya diğer iletişim araçları sayesinde, normalde ulaşılması zor kişilerle iletişim kurabilirler; örneğin bir kitap yazarıyla doğrudan bağlantıya geçip sorularını sorabilirler.



### HAZIR MISINIZ TEKNOLOJİ ORUCUNA?

Elinden ekranı düşürmeyen ebeveynlerin bu bültende anlatılanları uygulayabilmesi biraz zor. Oturmuş bir davranışı değiştirmek, yenisini oluşturmaktan çok daha zordur. O nedenle özellikle evde başta anne baba olmak üzere herkesin bir şekilde ekrana bağımlı olduğu ortamlarda değişikliğe başlamak için bir detoks yapmak gerekebilir. Bu ekran detoksu şok terapisi etkisi yapabilir. Ekransız tatiller, kamplar vb. organize edilebilir.





# AYLIK E-BÜLTEN

## BAĞIMLILIK

VELİ EKİ: Dijital Ebeveynlik

KASIM 2024

SAYI:3

### KAYNAKÇA

1. Bayzan, Ş. (2019). Dijital ayak izlerimiz bizi takip ediyor. Erişim adresi: <https://www.guvenliweb.org.tr/blog-detay/dijital-ayak-izlerimiz-bizi-takip-ediyor>
2. Karakuş Yılmaz, T., Bayzan, Ş., Gün, A., Yıldırım, Ö., Kurşun, E., Aslan, A. & Turgut, Y.E. (2023). Türkiye'deki Çocukların ve Ebeveynlerin Bilinçli ve Güvenli İnternet Kullanım, Deneyim ve Alışkanlıkları Raporu (Rapor No: 2), Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu.
3. Özaydın, A. ve Kumral, O. (2021). Dijital yerlilerin gözünden dijital okuryazarlık. JRES, 8(2), 362-377. 117.
4. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü Çocuklarımız İçin Bilinçli İnternet Kullanımı-Veli, Okul Öncesi Broşürü (2020). Erişim adresi: [https://orgm.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2020\\_11/13161014\\_OKULOYNCESIY\\_VELIY.pdf](https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_11/13161014_OKULOYNCESIY_VELIY.pdf)
5. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü Güvenli İnternet Kullanımı (2020). Erişim adresi: [https://orgm.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2019\\_12/25154235\\_GUVENLY\\_YNTERNET\\_KULANIMI.pdf](https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2019_12/25154235_GUVENLY_YNTERNET_KULANIMI.pdf)
6. Şirin S. (2019). Yetişin Çocuklar. İstanbul: Doğan Kitap.
7. Türkiye Radyo Televizyon Kurumu Çocuk (2023). Ebeveyn Akademisi: Ebeveynler İçin İnternette Kişisel Bilgi Güvenliği Rehberi. Erişim adresi: <https://ebeveynakademisi.trtcocuk.net.tr/makale/ebeveynler-icin-internette-kisisel-bilgi-guvenligi-rehberi-15050468>
8. Türkiye Yeşilay Cemiyeti (2014). İnternet Bağımlılığı "Ne Bilmeliyiz, Ne Yapmalıyız" (2. Baskı). İstanbul: Yeşilay Yayınları.
9. Türkiye Yeşilay Cemiyeti Bağımlılıklardan Koruyan Aile Rehberi (2022). Erişim adresi: <https://tbm.org.tr/media/dvrehpv5/ye%C5%9Filyay-aile-rehberi.pdf>
10. Türkiye Yeşilay Cemiyeti (2019). Dijital Ebeveynlik (2. Baskı). İstanbul: Yeşilay Yayınları.
11. Yurdakul, İ. K., Dönmez, O., Yaman, F., & Odabaşı, H. F. (2013). Digital parenting and changing roles. Gaziantep University Journal of Social Sciences, 12(4), 883-896.
12. Yücelyigit, S. ve Aral, N. (2020). Dijital teknolojiyi üretim ve tüketim amacıyla kullanan çocukların ve ebeveynlerinin tercihlerinin incelenmesi. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21(2), 1071-1084. DOI: 10.17679/inuefd.739564
13. <https://www.btkakademi.gov.tr/portal/course/google-dijital-ebeveynlik-9529>
14. <https://www.btkakademi.gov.tr/portal/course/internet-kullaniminda-ebeveyn-cocuk-iliskisi-18703>
15. <https://guvenlinet.org.tr/guvenli-internet-hizmeti>
16. <https://internet.btk.gov.tr/internet-kullaniminda-cocuk-ve-aile-iliskisi>

### BİZE ULAŞIN



TELEFON  
0312 316 23 72



INSTAGRAM  
ramkecioren



WEBSITE  
keciorenram.meb.k12.tr



EMAIL  
ramkecioren@gmail.com