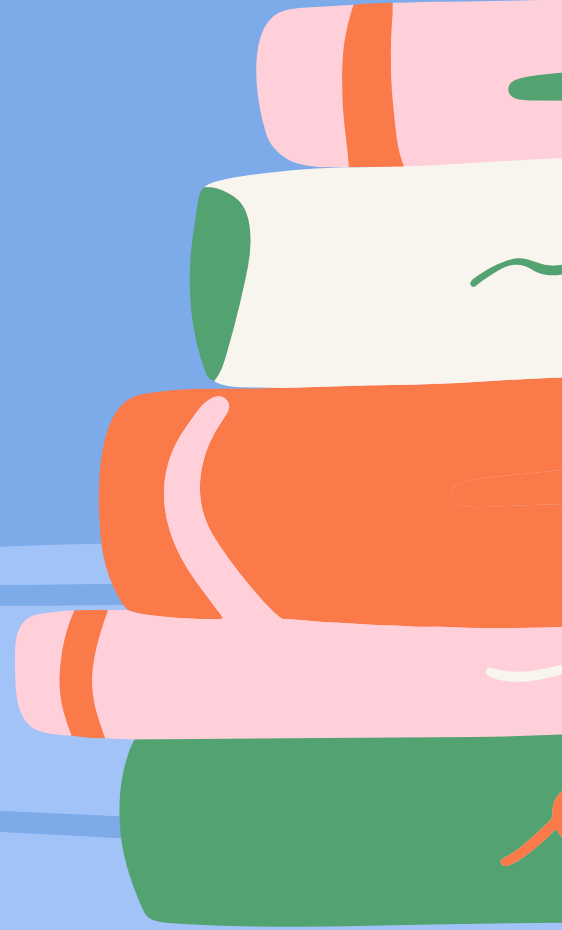


BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Ama Nasıl?



Teknolojiye ve Dijitale Merhaba De!

21. yy.'da çocuklar dijitalin içine doğdular. Teknoloji ile ilişkileri normal ve doğal.

Dönemin zorlukları

Çağın sorunu: teknoloji zehirlenmesi

Bilinçli anne babalar çocuklara teknoloji konusunda rehberlik edebiliyorlar.

Peki ama diğerleri?

Velilere çok iş düşüyor

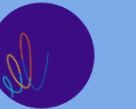
1)Teknoloji konusunda kendimizi geliştirmek ve doğru rehberlik

2)Aile içinde iletişim ve sevgi bağıını güçlendirmek**

3)Çocuklarımıza şefkatli sınır koyabilmek

4)Çocuklarımıza teknolojik alet vermeden önce bilgilendirmek ve sözleşme imzalamak

5)İhtiyaç olmadığı sürece telefon almamak



PEKİ TEKNOLOJİYİ NASIL KULLANMALIYIZ?



- Oyun tasarlamak
- Kodlama yapmak
- Yapay zeka uygulamaları
- 3D modelleme
- Kendi çizgi romanını oluşturma
- Karakter tasarlama
- İlgili alanlarında yaratıcılığınla teknolojiyi birleştirmek
-



- Üretimde kullandığın programı öğrenmek için videolar izlemek
- Ders anlatım videoları izlemek
- Fikir oluşturmak için başkalarının üretimlerini incelemek
- Kendini geliştirmek için uzmanları dinlemek
-



- Dizi izlemek
- Tanıtım videoları izlemek
- Oyun oynamak
-

ÇOCUKLAR DENGEYİ NASIL SAĞLAYABİLİRLER?

Evet çağımız teknoloji!

Ancak hayatımızda dengeyi sağlayamalıyız.

Teknolojiyle geçirdiğimiz zaman kadar dışarıda, doğada, diğer insanlarla ilişki halinde olmak çok çok önemli.

Aksi halde hayatımızda hem fizyolojik hem sosyal hem de psikolojik olarak birçok problem yaşayabiliriz.

Teknoloji ile vakit geçirme hesaplaması : yaş-1 x 10 dk

Dengesizliğin sonucu: Teknoloji Bağımlılığı

Bağımlılık: kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolünü kaybetmesi ve onsuz bir yaşam sürememeye başlamasıdır.



ÇOCUĞUNUZDA AŞAĞIDAKİ DAVRANIŞLARI GÖZLEMLEDİĞİNİZDE ONUN İÇİN DİJİTAL BAĞIMLI DİYEBİLİRİZ:

·Her gün bir önceki günden daha fazla ekran başında kalmak istiyor.

·Banyo yapmak, dişlerini fırçalamak, odasını toplamak ve düzgün giyinmek gibi kişisel bakımı ile ilgili şeyleri önemsemiyor.

·Her gün bir önceki günden daha fazla ekran başında kalmak istiyor.

·Erken bıraktığında ya da kesintiye uğradığında öfkeli oluyor ve etrafına bağıyor.

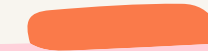
·Arkadaşları ve ailesiyle ilgili iletişimi azaldı ya da tamamen kesildi.

·Oyunu bıraktığı zamanlarda bile kendini oyunda gibi hissediyor, oyunda rolüne büründüğü karakter gibi davranıyor.

·Ödevlerin yapmak, ders çalışmak ve ev işlerine ortak olmak gibi sorumluluklarını ihmal ediyor.

·Oyunların içindeki satın almaları yapmak için her gün daha çok harcıyor, tanıdığı herkesten para istiyor ve gerekirse gizli gizli sizin kartlarınızı kullanıyor.

Telefonu mutlaka yatak odasına götürüyor.



TEKNOLOJİDEN ZEHİRLENEN ÇOCUKLARDAN NELER DUYARIZ?



Anne dersimi unuttuğum için öğretmenim bana kızdı okula gitmek istemiyorum!

Akşam geç yattım çok uykum var

Son zamanlarda kendimi çok mutsuz hissediyorum

Hiç arkadaşım yok

Korkularım arttı

Öfkemi kontrol edemiyorum

Baba ben army oldum

Çok kilolu muyum?

Hiç dışarı çıkmıyorum

Dün discord da tanıştığım arkadaşım ile buluştum

Ben biseksüelim/lezbiyenim/geyim

HANGİ ÇOCUKLAR DAHA FAZLA RİSK ALTINDA?

Anne babaları çalışanlar
tüm günü evde yalnız ve
sınırsız teknoloji erişimi ile
geçiren çocuklar

İletişim sorunlarının
yaşandığı / kavgaların
olduğu bir evde yaşayan
çocuklar

Çocuklarına sınır
koymakta zorlanan
ebeveynlere sahip olan
çocuklar

Oynayacakları,
dertleşecekleri, akıl
alacakları, birlikte
haylazlık yapacakları
kimseleri olmayan
çocuklar

Ailesi tarafından sevgi
görmediğini düşünen
çocuklar

Anne ve babası birbirini
sevmeyen ebeveynlere
sahip olan çocuklar

Duygusal ihtiyaçları
karşılanmayan çocuklar

Çocukların anlaşılmaq, sosyalleşmek, sevmek, takdir edilmek, değer verilmek ve ait olmak gibi duygusal ihtiyaçları var.

Çocuğunuzda Teknoloji Bağımlılığı olduğunu düşünüyorsanız ilk yapmanız gereken yardım istemek. Eşinizden, annenizden, babanızdan, arkadaşlarının annelerinden, öğretmeninden ve gerekirse bir uzmanda yardım istemek.

Salgın ?? Eğer çocuğumuzla ilgili, onu yakından tanıyan, ona değer veren ve onu (sevdiğini iliklerine kadar hissettirerek) seven bir ebeveyn isek, pandemi dönemi ekran süresinin artmasından başka bir zarar veremez.

Yapabileceğimiz çok şey var



PEKİ NELER YAPABİLİRİZ?

Çocuklarınızı sevin ve sevdiğinizi belli edin!

Onların kendilerini değerli hissetmelerini sağlayın.

Onlara ailenin bir parçası olduklarını hissettirin.

Onlara fikirlerini sorun ve dünyanın en önemli fikrini dinliyorcasına dikkatle dinleyin.

Sınırlar koyun ve bu sınırları kararlılıkla uygulayın

Oynadıkları oyunları onunla birlikte oynayın. Beraber eğlenin.

Onları ev işlerine dahil edin.

Onlara ebeveynlik görevlerinizi ya da sorunlarınızı yıkmayın.

Onlara ebeveynlik görevlerinizi ya da sorunlarınızı yıkmayın.

Kendilerini yalnız hissettirmeyin. Oyunsa beraber, filmse beraber, sohbetse beraber.

Teknolojiyi doğru kullanın ve örnek olun

Kısıtlamayın nasıl doğru kullanacağını gösterin

PEKİ NELER YAPABİLİRİZ?

Oyunlar hakkında bilgi sahibi olun.

Uygunsuz içerik nedir öğrenin.

Yaşına uygun ekran süresi limitlerini bilin ve uygulayın

Yaşına uygun olmayan rekabetçi oyunlar oynadığı takdirde ne olur öğrenin.

Teknolojideki risklerle karşılaştığında neler yapması gerektiğini öğretin

İzlemesini istemediğiniz YouTube kanallarını yasaklamak yerine, birlikte izleyip onu anlamaya çalışın. Ancak bu şekilde onun size güvenmesini sağlamış, aynı zamanda onun neden bu tür içerikleri tükettiğini anlamış olursunuz.

Oynamasını istemediğiniz bir oyunu yasaklamak ya da bilgisayarından silmek yerine birlikte oynayın. Ona şu soruyu sorarak yaklaşabilirsiniz:

Bu oyunu oynamayı çok seviyorsun. Açıkçası ben de nasıl bir oyun olduğunu merak ediyorum. Yanında otursam da, hem oynayıp hem anlatsan ben de nasıl oynandığını görmüş olurum. Belki her gün benimle bir el oynarsın

ÇOCUKLARIMIZA DOĞRU MODEL OLMAK İÇİN NELER YAPABİLİRİZ?

- İşten eve geldiğinizde oturup mesajlarınıza bakmak yerine, ilk iş olarak çocuğunuzla açık havaya çıkın.
 - Yemek masasına telefon ve tablet taşımayın. Bu ilk iki alışkanlık sayesinde yemek bitene kadar ekran kullanmamış olacaksınız.
 - Yemek sonrası kaliteli dijital içerik tüketin. Bu “seç izle” bir film, belgesel ya da birlikte oynayabileceğiniz güzel bir bilgisayar oyunu olabilir.
 - Yatmadan en az 1 saat önce ekrandan uzaklaşın. Bu uyku düzensizliklerini önlemek için önemlidir.
 - Yatak odanıza telefon ve tablet sokmayın. Yatak odalarına gitmeden önce herkes telefon ve tabletlerini salonda bir çekmeceye bırakabilir.
 - Mobil cihazlarınızı fotoğraf çekmek, müzik dinlemek ve planlama yapmak için de kullanın.
- Sosyal medyada fotoğraf paylaşırken dikkat etmelisiniz. Çocuklarınıza sosyal medyada nazik olmayı öğretin.

BUNLARI ASLA YAPMAYIN

YASAKLAMAK VE MAHRUM BIRAKMAK

Bir daha bu oyunu oynamak yasak. Bugün sana bilgisayar yasak. Bizim evde televizyon hiç açılmaz. Eve İnternet almayız. Oyun konsolunu yaza kadar kaldırıyorum.

KAÇAK OYNAMAK

Çocuğunuza sınır veya kural koyamayıp, “İnternet arızalandı, tabletinin yerini bulamıyorum, baban yasakladı, öğretmenine sor”

Riskleri bilmeli ve çocuklarımıza bu risklerin neler olduğunu - bu risklerle karşılaştıklarında neler yapabilecekleri konusunda bol bol konuşmalıyız.

DÖNEMİN RİSKLERİ NELER?

Mesajlaşma uygulamaları

gizliliğinin ihlal edilmesi
taciz ve zorbalık
fotoğraf, telefon
numarası veya hesap
bilgilerini bir başkasına
göndermesi

YouTube-Netfliks

uygunsuz içerikle karşı
karşıya kalmak
korku ve kaygıda artış

Oyun içi sohbet ve Çevrimiçi Oyunlar

gizliliğinin ihlal edilmesi
taciz ve zorbalık
fotoğraf, telefon numarası
veya hesap bilgilerini bir
başkasına göndermesi

Sosyal medya (instagram- tiktok)

uygunsuz içerikle karşı
karşıya kalmak
bağımlılık
yanlış modelleme

Rekabetçi ve şiddet içeren oyunlar

internet'te harcama yapmak
depresif hissetme, agresif
davranışlar bağımlılık
uyku bozukluğu, duruş
bozukluğu, obezite, göz
hastalıkları
öldürme??

kpop-manga-anime

uygunsuz içerikle karşı
karşıya kalmak
bağımlılık
yanlış modelleme



TEKNOLOJİ KULLANIM KILAVUZU

Çocuğunuz 18 yaşına geldiğinde, “artık yaşı tutuyor” diye düşünüp, ona hiç bir eğitim vermeden arabanızı verir miydiniz?

İnternet’i ilk kullanmaya başladığı andan itibaren ona öğretmelisiniz!

- 1)İnternette gördüğün her bilgiye güvenme
 - 2)Kişisel bilgilerini internet ortamında paylaşma
 - 3)Kırıcı,incitici söylemlerde bulunma
 - 4)İnternette asla başkası gibi davranma
 - 5)İzinsiz fotoğraf paylaşma, seninle paylaşılan fotoğrafları yayma
 - 6)Kendini rahatsız ya da tehdit altında hissedersen ailenle paylaş
 - 7)İnternette kafanı karıştıran, korkutucu birşeyle karşılaşırsan hemen güvendiğin bir yetişkine durumu anlat
 - 8)Siber zorbalığa uğrarsan ya da buna şahit olursan anında bir yetişkine haber ver
 - 9)İnternette tanıştığın kişilerle ailenden habersiz buluşma
 - 10)Oyunnardaki sohbet kısmında tanımadığın kişilerle konuşma
 - 10)Sosyal medya güvenlik ayarlarını yapmayı unutma
 - 11)En önemli kural hayatındaki sanal-gerçek dünya dengesini iyi kur
- **zararlı içeriğin yerine yararlısını koyarak, çocuğunuza doğru dijital alışkanlığı kazandırma**



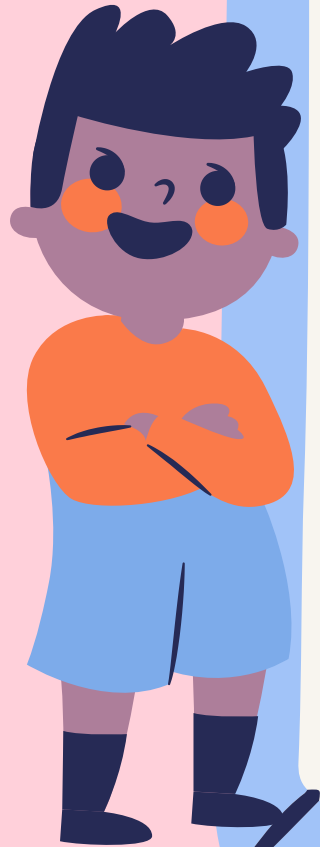
MAYIN TARLASINDAKİLER

PUBG-FORTNİTE-FREE FİRE -CALL OF DUTY-ROBLOX BAZI OYUNLARI-MİNECRAFT SURVIVAL : Bağımlılık yaratma,artan stres seviyesi,aşırı rekabet, oyun içi sohbet, oyun içi satın alma, kendinden başka herkesi öldür felsefesi, ahlaki değerlerin yıpratılması

BRAWLSTARS-LOL-ARENA OF VALOR-MOBİLE LEGENDS-DOTA: Aşırı rekabetçi, 13 yaş altı çocuklarda sinirlilik ve saldırganlık davranışlarına yol açma, oyun içi satın alma, oyun içi sohbet, çok uzun süre oyunda tutacak bağımlılık unsurları, hile ve promosyon kodları

CS:GO-CALL OF DUTY-ZULA-APEX LEGENDS-VALORANT-BATTLEFIELD (birincil şahıs nişancı oyunları):Gerçek hayatla örtüşmeyen aşırı şiddet unsurları,18+ için bile uygun olmayan vahşi ve kanlı ölüm sahneleri,bağımlılık,oyun içi sohbet, etik olmayan oynayış şekiller, oyun içinde zorbalığa maruz kalma

GTA V-CYBERPUNK (açık uçlu FPS macera oyunları):Şiddet(işkence,roket atar ile öldürme gibi), her türlü ahlaki değerlerden yoksunluk, içki sigara ve madde kullanımı, c,nsellik, cinselistismar, taciz, kadın çocuk ve yaşlıları aşağılama ve şiddet, polis ve kanunu aşağılama küçük görme)

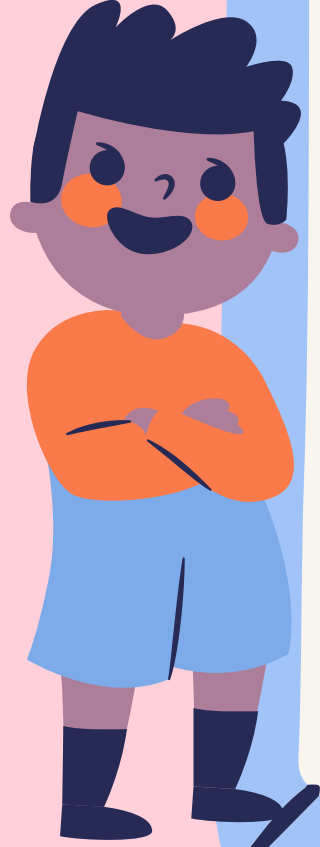


PROGRAM ÖNERİLERİ

YAPAY ZEKANIN KAPILARI: *GAUGAN *PICTOBLOX AI *SCRATCH *EXPERIMENTS WITH GOOGLE *ML FOR KIDS IBM *MICROSOFT COGNITIVE * PANDAS

3D MODELLEME YAZILIMLARI : *TINKERCAD *SOLIDWORKS *3D SLASH *SKETCHUP *WINGS 3D *MORPHI *BLOCKSCAD

HAYAL GÜCÜNÜ TEKNOLOJİYLE BULUŞTUR: *STORYJUMPER *QUIVER *PADLET *I AM A PUZZLE *SKETCHAR *PIXTON * VOKİ *CHROME MUSIC LAB



OYUN ÖNERİLERİ

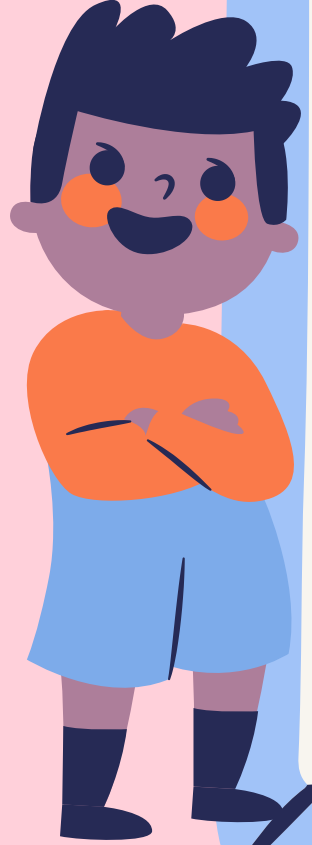
Güvenli Roblox Oyunları: *Theme Park Tycoon 2 *Pizzacıda Çalış *Scuba Diving at Quill Lake *Adopt me *Hide and Seek Extreme *Islands *JailBreak *Vehicle Simulator
*Build a Boat for Treasure

Her yaşta çocuk için şehir kurma ve inşaat oyunları: *Builder Game *Bridge Constructor *Town Village *SimCity *Train Station *Megapolis *Sid Meier's Railroads
*Pharaoh + Cleopatra

Çocukların hayal gücünü geliştirecek 9 harika oyun: *Dragonvale *Dragon City *Merge Dragons! *ZooCraft, Animal Family *Zoo 2: Animal Park *Fish Garden *Merge Fish
*Creatures of Olympus *Fantasy Forest

Çocuklarda Dikkat Geliştirmeye Yardımcı Olacak 9 Harika Oyun (ANDROİD-İOS):
*Hafıza çocuk oyunları *Mantık ülkesi macerası *Görsel hafıza oyunu *Beyin oyunları
*MentalUp

*A Word Kelime oyunu *Brain it on *Kayıp şehir *June's journey



UYGULAMA VE KANAL ÖNERİLERİ

Çocukların ders çalışmalarına yardımcı olacak 9 harika uygulama: *Flip! Ders çalışma için odaklanma sayacı *Ders çalışma programım *Kazanım Cepte: Yıllık ders programların *TDK Türkçe Sözlük *Tureng Sözlük *Zensoft Türkçe sözlük *Hesap Makinesi Artı *Microsoft OneNote *Periodic Table

Çocukların İngilizce Öğrenmelerine Yardımcı Olacak 9 Harika YouTube Kanalı: *English SingSing *Dream English Kids *HooplaKidz, Official Nursery Rhymes Channel *British Council, Learn English Kids *Cbeebies *Baby Einstein *Sesame Street *Grammaropolis *Lingokids, The PlayLearning App

Çocuklarınız ve Yetişkinler İçin YouTube Kanal Tavsiyeleri: *Barış Özcan *Basfi ile Deneysel Bilim *Video Eğitim *Psikolog Beyhan Budak *MotivationalDoc *Pablo Cimadevila *Minute Crafts – Kendin Yap *Homestead Economics *TheCineScaper *Teknoseyir *Explaining Computers *Great Scott *Murat Şen *Arduino Haber *Velespitli Seyyah *Filme Gitmeden Önce *Piximperfect



**Bu dönemde en etkili yöntem
“çocuğunuzla birlikte” davranmak ,
ebeveynlik becerilerinizi geliştirmek ve
sevgi bağlarını güçlendirmektir.**



KİTAP ÖNERİLERİ

ERGENLİK DÖNEMİ

Sevmek Yetmez- Nancy Samalin, Martha Moraghan Jablow
Ergen Beyni-Dr. Frances E. Jensen
Ergenlik: Bir İlişki Bağlanması-Christa Santangelo
Ergen Beyin Rehberi-Daniel J. Siegel
Gençleri Anlamak-Haluk Yavuzer
Pozitif Ergenlik-Dr. Richard M. Lerner

EBEVEYNLİK BECERİLERİNİ GELİŞTİRME

Etkili Anne-Baba Eğitimi-Dr. Thomas Gordon
Bağırmayan Anne Baba- Hal Edward Runkel
Gerçekten Beni Duyuyor Musun?-Leyla Navaro
Çocuklarınıza Tutunun-Gordon Neufeld, Dr. Gabor Mate
Çocuğumun Beyninde Neler Oluyor?-Saniye Bencik Kangal
Beni Bu Kadar Sevme Anne- Ahmet Naç
Beni Ödülle Cezalandırma-Özgür Bolat
Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek-Kristy Goodwin
Anne Baba ve Çocuk Arasında-Dr. Haim G. Ginott
Bütün Beyinli Çocuk-Daniel J. Siegel
Ana Baba Okulu-Haluk Yavuzer (editör)
Başarıya Götüren Aile-Doğan Cüceloğlu
Geliştiren Anne Baba-Doğan Cüceloğlu
Duygusal Zekası Yüksek Çocuklar Yetiştirmek-John Gottman
Kaygılı Çocuğa Yardım-Ronald Rapee, Susan H. Spence vd.
Çocuklarımızla Cinsellik Hakkında Nasıl Konuşalım-Bengi Semerci

ÇOCUKLARA SINIR KOYMA

Sınırlar-John Townsend, Henry Cloud
Çocuklarda Sınırlar- John Townsend, Henry Cloud
İnatlaşmadan Ebeveynlik- Susan Stiffelman
Çocukta Dış Disiplin mi? İç Disiplin mi? - Thomas Gordon
Çocuklara Söz Geçirme Sanatı- Ali Çankırılı
Çocuğunuzla İş Birliği Yapın - Elizabeth Pantley
Bu Nasıl Disiplin - Marvin Marshall
Çocuğunuza Sınır Koyma- Robert J. Mackenzie
Çocuğunuza Sınır Koyma 2- Robert J. Mackenzie
Dramsız Disiplin- Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson



KİTAP ÖNERİLERİ

YETİŞKİNLERE YÖNELİK

İçimizdeki Çocuk-Doğan Cüceloğlu
Savaşçı- Doğan Cüceloğlu
İyileşen Çocukluğum İyileşen Anneliğim- Hatice Kübra Tongar
Kesintiye Uğrayan Çocukluk- Donna J. Nakazawa
Beden Aslan Yalan Söylemez-Alice Miller
Kaygı Döngüsünü Kırma-Judson Brewer
Işığın Yolu-Nilüfer Devecigil

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP EBEVEYNLER İÇİN

Frene Basmak, Çocuklar İçin: DEHB'i anlamak ve Kontrol Altına Almak- Patricia O. Quinn, Judith M. Stern
Otizme Çözüm Var- Ahmet Aydın, Cem Kınacı
Fonksiyonel Bağlantısız Çocuklar - Robert Melillo
GAPS: Bağırsak ve Psikoloji Sendromu, Natasha Campbell-McBride
DEHB'li Çocuklar İçin Dikkat Geliştirme Aktiviteleri- Patricia o.Quinn,Hudith M. Stern
Yaramaz Çocukları İlaçlamayın- Mutluhan İzmir



VELİ BİLİNÇLENME REHBERİ

Sevgili Velilerimiz,
Çocuklarınız yeni bir dönemeler, biraz daha büyüdüler.
5. sınıf çocuklarımız okula ve yeni bir kademeye alışmaya çalışırken 8. sınıf çocuklarımız sınav heyecanı ve yoğunluğu içerisinde. 6. Sınıf çocuklarımız uzaktan eğitim sürecinden geldikleri için onlar da ortaokula uyum sağlamaya çalışıyorlar. 7. Sınıf çocuklarımız ise ergenlikle tanıştılar. Büyümenin hızlı olduğu ortaokul çağında olan çocukların ihtiyaçları dönemsel olarak değişmektedir. Tüm çocuklar ve aileleri biriciktir. Bu sebeple okul psikolojik danışmanı olarak genel geçer önerilerin her aile için uygun olmadığı düşüncesindeyim. Yalnız tek bir gerçeğin tüm çocuklar için geçerli olduğunu biliyorum. Her çocuğun ona dayanak olacak, sevecek, değer verecek ve rehberlik edecek bilinçli yetişkin bir ebeveyn ihtiyacı vardır. İçinde bulunduğumuz teknolojik dönemde riskler oldukça fazla. Çocuklarınızı bu ihtiyaçtan mahrum ettiğiniz her an onları büyütecek akranları ve sanal dünya fenomenleri olacaktır. Bu dönemde hiç olmadığı kadar gelişmeleri takip etmemiz, ebeveyn olarak kendimizi güçlendirmemiz şart. Okul rehberlik servisi olarak çocuklarınıza rehberlik ederken yararlanabileceğiniz kaynakları sizlere sunmak istedik. Vakit ayırıp her birini dikkatlice incelemenizi tavsiye ediyoruz.

Youtube Önerisi:
Özgür Bolat İle Dijital Ebeveynlik Serisi
Doğan Cüceloğlu'nun tüm videoları
Fatih Olfaz (LGS için)

Instagram Önerisi:
dijital baba.orhan toker (Orhan Toker)
Biaile meselesi (Serdar Çankaya)
Nilüfer Devecigil
Dr. Bahar Eriş
Akademisyen anne (Saniye Bencik Kangal)
Abdulkadir Özbek
SDO akademi (Sosyal Duygusal Öğrenme Akademisi)
Parentwiser
Ev Okulu Derneği
attachment parenting turkiye (Özlem Ilgaz)

Web Sitesi Önerisi
Hüseyin karabacak ortaokulu web sitesi- "rehberlik servisi" sekmesi



TEKNOLOJİ KULLANIMI SÖZLEŞMESİ

ÇOCUK İÇİN

Teknolojiyi güvenli, etik ve üretici odaklı bir şekilde kullanacağıma ve aşağıdaki maddelere uyacağıma söz veriyorum.

Bilgisayarda fazla zaman geçirerek derslerimi ve hayatımı aksatmayacağım, eğlence zamanlarımın tamamını bilgisayarda geçirmeyip, arkadaşlarımla fiziksel oyunlar da oynayacağım.

Hiçbir zaman, hiçbir kimseyle soyadım, adresim, telefon numaram, ailemin iş yeri, okulumun adı, takıldığım yerler gibi bilgiler paylaşmayacağım.

Kredi kartı numarası, şifre gibi bilgileri kimseye söylemeyeceğim, ailemin izni olmaksızın internette para harcamayla sonuçlanacak bir şey yapmayacağım.

Bir siteye gerçek ismimle değil başka bir kullanıcı adıyla üye olacağım, üye olduğum ve takip ettiğim siteleri, bu sitelerdeki kullanıcı adlarım vb. bilgileri her zaman aileme bildireceğim fakat bu bilgileri en iyi arkadaşşıma bile vermeyeceğim.

Kendime, aileme ve tanıdıklarıma ait özel fotoğrafları internette kesinlikle paylaşmayacağım, benimle paylaşılmış fotoğrafları yaymayacağım.

Bir kişinin izni olmadan fotoğraf veya videosunu çekmeyeceğim.

Okulumun, öğrencilerin telefonlarıyla ilgili uyguladığı tüm kurallara uyacağım.

İnternette asla başkası gibi davranmayacağım.

Sanal ortamda iyi davranışlarda bulunacağım ve insanları incitecek, üzecek, zor duruma sokacak, kızdırabilecek ya da yasa dışı hiçbir şey yapmayacağım, hiçbir zaman kötü bir dil kullanmayacağım.

E-posta iletileri, web siteleri, sosyal paylaşım ortamları ya da internetteki arkadaşlarımdan gelen iletiler yoluyla kendimi rahatsız ya da tehdit altında hissedersen ailemi haberdar edeceğim.

Eğer küfürlü ya da başka rahatsız edici konuşmalar varsa; çirkin, korkutucu ya da terbiyesiz bir görüntü varsa o sayfayı kapatacağım; internette şüpheli, korkutucu, kafa karıştırıcı bir şeyle karşılaştığımda bir büyüğüme danışacağım.

Herhangi bir siber zorbalık deneyimi yaşarsam ya da tanık olursam bunu güvenilir bir yetişkinle paylaşacağım.



TEKNOLOJİ KULLANIMI SÖZLEŞMESİ

Ailemin izni olmaksızın sanal ortamda tanıştığım kişilerle bizzat buluşmayı kabul etmeyeceğim.

Hangi sitelere girebileceğimi, neler yapabileceğimi, ne zaman ve ne kadar süreyle teknoloji (bilgisayar,tablet,telefon, vb.) ile internet kullanabileceğimi ailemle birlikte belirleyeceğim. Günlük kullanım süresi:.....

Bu kurallara ev dışında da uyacağım.

Bu kurallardan herhangi birini ihlal edersem, eylemlerimin sonucunun şöyle olacağını kabul ediyorum:

.....
.....
.....
.....

Tarih:

Çocuk Adı Soyadı-İmza

EBEVEYN İÇİN

Çocuğumun teknoloji ile ilişkisinde ona rehberlik ederken öncelikle kendi teknoloji kullanımımı iyileştireceğime, çocuğumla ilişkimde sevgiyi ve sohbet etmeyi hep ön planda tutacağıma ve aşağıdaki maddelere uyacağıma söz veriyorum.

Aksi kararlaştırılmadıkça, cihazlarını, internet ve cep telefonu masraflarını ödeyeceğim.

İnternet aile filtrelerini aktifleştireceğim. Güvenli internet kullanımı hakkında bilgi edineceğim.

Bilinçli teknoloji kullanımında çocuğuma iyi bir model olacağım. Kendi teknoloji kullanımında gerekli hassasiyeti göstereceğim.

Çocuğum zor bir duygusal durum yaşadığında duygusundan uzaklaşması için çocuğuma teknolojiyi sunmayacağım. Duygusu hakkında konuşmayı, sohbet etmeyi önemseyeceğim.



TEKNOLOJİ KULLANIMI SÖZLEŞMESİ

Sakince dinleyeceğim. Çocuğum bana online deneyimlerle ilgili bir problemle gelirse, sinirlenmeyeceğim, çocuğumun durumu çözmesine yardımcı olmak için elimden gelenin en iyisini yapacağım.

Çocuğumun mahremiyetini gereksiz yere istila etmeyeceğim ve buna saygı duyacağım. Çocuğumun güvenliğini sağlamak için gereğinden fazla ileri gitmeyeceğim. Makul bir endişe olmadıkça çocuğumun cihazlarının içeriğine bakmayacağım ve bunu ancak onların huzurunda yapacağım.

Çok sert önlemler almayacağım. Ne olursa olsun, bu teknolojilerin çocuğumun okul veya iş dünyasındaki başarısı için gerekli olan önemli araçlar olduğunu unutmayacağım ve tamamen yasaklamayacağım.

Bu sürece dahil olacağım. Çocuğumla zaman geçireceğim ve çocuğumun online etkinliklerinin ve ilişkilerinin olumlu bir parçası olacağım – tıpkı gerçek hayatta olduğum gibi.

Evde teknolojisiz saatler ve mekanlar oluşturacağım, bunu yaparken tüm ailenin fikrini alacağım.

Bir şeylerin ters gittiğini düşünüyorsam ve bunun üstesinden gelemiyorsam profesyonel kişilerden yardım alacağım.

Tarih:

Ebeveyn Adı Soyadı-İmza:

*İhtiyaç doğrultusunda ek maddeler eklenebilir.



HAYDİ BAŞLAYALIM

Geleceğin için sen de teknolojiyi doğru kullan !



Teknolojiyi kullanma
konusunda
yardım alma
ihtiyacı duyuyorsan
okul psikolojik
danışmanından
destek alabilirsin.