

Bilinçli Teknoloji Kullanımı

Günümüzde bilgiye ulaşmamızı kolaylaştıracak en önemli araçlardan biri İnternet' tir. 7'den 70'e her yaşta birçok insanın günlük hayatında İnternetin bilinçli ve faydalı bir şekilde kullanılması geleceğe yönelik önemli bir aktarım olacaktır. İnternetin bilinçsiz kullanımının, insanlar üzerinde zararlı etkileri olduğunu ve bazı fiziksel, sosyal ve psikolojik sorunlara yol açtığı bilinmektedir. Bu nedenle, insanlık için faydalı olan İnternetin zararlarının da iyi bilinmesi ve bu konuda gereken önlemlerin alınması oldukça önemlidir.

Teknolojinin Zararları

• Zihinsel Becerilerde Bozukluk:



Bilgisayar, telefon, tablet gibi teknolojik cihazların başında (ekran başında) fazla vakit geçirmek dikkat dağınıklığı ve konsantrasyon bozukluğu gibi problemlere neden oluyor. Bu durum, çocuğun akademik başarısını olumsuz yönde etkileyerek, okulda ve derslerdeki başarısını düşürüyor. Elbette, bu problemi teknolojiye mal etmemek gerekir. En başında söylediğimiz gibi, bu tür sorunların sebebi, teknolojinin aşırı (bilinçsiz) kullanılmasıdır. Unutmamak gerekir ki teknolojik gelişmeler insana fayda sağlama amacı taşır. Doğru teknolojiyi, doğru miktarda kullanmak elbette zararlı değil, yararlı bir kullanım şeklidir.

• **Sosyal Becerilerde Bozukluk:** Bilgisayar başında çok fazla oyun oynayan çocuğun, gerçek hayattan kopuk olduğu bu süreç boyunca sosyal becerileri zayıflıyor. Çevresiyle yeterince iletişim, etkileşim ve paylaşım içerisinde olmayan çocuk, tüm bu ihtiyaçlarını sanal ortamda karşılamaya çalışıyor.



• Öfke ve Korku:

Çocuklar izledikleri videolarda, çizgi filmlerde veya oynadıkları oyunlarda korkutucu öğelere maruz kalabiliyorlar. Gerçek ile hayal ürünü arasındaki farkı tam olarak idrak edebilecek yaşta olmayan çocuklar, tek başına kalma korkusu, geceleri kabus görme, tek başına tuvalete gidememe gibi olumsuz durumlar yaşayabiliyorlar. Benzer şekilde, şiddet öğeleri içeren video veya oyunları tükettiklerinde öfkeli çocuklara dönüşebiliyorlar.



Güvenli internetle daha güçlüyüz!

• Teknoloji Bağımlılığı:

Aşırı kullanımdan kaynaklanan teknoloji bağımlılığı, kişinin teknolojik ürüne ulaşmadığı anlarda yoksunluk hissetmesine, dolayısıyla huzursuz olmasına sebep olan bir durumdur.

Teknoloji bağımlısı olan bir çocuk; internette video izlemediği her an, bilgisayarda oyun oynamadığı her an, tabletini kurcalamadığı her an kendini mutsuz hissedecektir. Haliyle, çocuğa daima teknolojik ürün sunamayacağımıza göre ve bunun zaten yanlış olduğunu bildiğimize göre çeşitli kısıtlamalara gitmek zorunda kalırız. Ancak bu kısıtlamalar için gecikmiş olmamızdan dolayı çocuğun, mutsuz bir çocuğa dönüşmesine sebep oluruz. Bağımlılık maddesinden anlıyoruz ki, bilinçli ve kontrollü kullanılmaması durumunda teknolojinin zararları katlanarak artabiliyor.



• Fiziksel Problemler

Teknolojinin zararları, yalnızca duygusal ve ruhsal bozukluklardan ibaret değil. Konunun bir de fiziksel boyutu var. Hatalı oturma pozisyonunda uzun süre TV izlemek, bilgisayar veya tablet kullanmak aşağıdaki olumsuzlukları da beraberinde getiriyor:

- Göz-görme problemleri
- Boyun ağrıları
- Bedenin iskelet yapısında bozulma
- Kol, el, parmak uyuşmaları
- Aşırı yorgunluk

Bu maddelere ek olarak, şunu da söyleyebiliriz:

Yürüme, koşma, atlama, fiziksel oyunlar oynama gibi kas gelişimini destekleyici aktivitelere ayrılması gereken süreyi, teknolojik cihaz başında, hareketsiz bir şekilde geçiren çocuğun fiziksel gelişimi yavaşlar. Bu gibi durumlarda yeterince kalori yakamayan çocukların obezite riskiyle karşı karşıya olduklarını da unutmamak gerekir.

• Zorbalık, İstismar ve Güvenlik Sorunları

Teknolojinin zararları arasında aşırı kullanıma bağlı olmayan gizli tehditler de var.

Mesela 'Siber Zorbalık.' Hedef seçilen kişileri korkutmaya, kızdırmaya ya da utandırmaya yönelik olarak tekrarlanan bir davranıştır.

Buna örnek olarak şu eylemler gösterilebilir: Sosyal medyada bir kişi hakkında yalanlar yaymak ya da utandırıcı fotoğraflar yayınlamak. Mesajlaşma platformlarından incitici mesajlar ya da tehditler yollamak.

Online iletişim özelliği olan oyun ve uygulamalarda çocuklar akran zorbalığına maruz kalabiliyorlar.



Teknolojinin Yararları

• Zihinsel Beceri Gelişimi

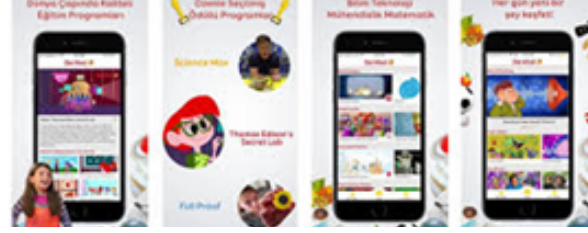
Eskiden bir evde yapılabilecek beyin egzersizleri, eldeki materyallerle sınırlıydı. Evinde birkaç farklı zeka oyunu olan çocuk, sürekli aynı egzersizi yapmak zorunda kalıyordu.

Artık imkanlar çok daha fazla!

Hafızasını geliştirmek isteyen çocuklar için hafıza oyunları, dikkatini geliştirmek isteyen çocuklar için dikkat oyunları, görsel becerilerini geliştirmek isteyen çocuklar için görsel oyunlar ve çok daha fazlası teknoloji sayesinde her an elimizin altında. Dolayısıyla, “bilgisayarımı veya tabletini araba yarışı oynamak yerine, zeka oyunları oynamak için kullanan çocuklara teknoloji yararlıdır.” diyebiliyoruz.



• Eğitici-Öğretici İçeriklerin Zenginliği



Tıpkı bilişsel becerileri geliştiren oyun ve uygulamalar gibi eğitici ve öğretici uygulamalar da teknolojinin faydaları arasında. Yabancı dil öğreten uygulamalar, toplum ve ahlak kuralları üzerine öğüt veren, ders verici çizgi filmler, Matematiksel işlemlerde pratik yaptıran oyun ve uygulamalar ve bunlara benzer, bilgiyi oyunlaştırma yöntemiyle veren uygulamalar çocukların erişimine her an açık. Elbette seçilen uygulamalarda ebeveyn gözetmenliği önemli rol oynar. Çocuklar, bazı riskleri öngöremeyebilirler. Hangi uygulamaların faydalı, hangi uygulamaların zararlı olduğu konusunda çocuklara rehberlik yapmayı unutmamalıyız.

• Yaratıcılık

Görsel tasarım programları, teknik çizim programları, kodlama yaptıran programlar ve benzeri tasarımsal araçlar çocukların yaratıcılığını geliştiriyor. Yaratıcı yönü güçlü çocuklar, değişen dünyaya ayak uydurma konusunda başarılı olurlar.



• Güvenlik

Cep telefonu sayesinde acil durumlarda aile iletişimi sağlayarak güvenlik noktasında önemli rol oynar. Telefonu olmayanlar için akıllı saatlere acil durumlarda aranacak kişiler tanımlanarak güvenlik ihtiyacı giderilebilir. Yeri geldiğinde teknoloji, toplumun can güvenliğini sağlayan bir kahramana dönüşebiliyor.

Rehber Öğretmen
Merve BAKI AKDOĞAN