



anaokulu • ilkokul • ortaokul • lise

OKAN EĞİTİM KURUMLARI

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİRİMİ

Kasım 2017 Veli Bülteni

**HAYATIN TEKNOLOJİ OLMASIN, TEKNOLOJİ HAYATINDA OLSUN!**





## **HAYATIN TEKNOLOJİ OLMASIN, TEKNOLOJİ HAYATINDA OLSUN!**

Teknoloji insanlığın ilk evresinden günümüze kadar gelişimini sürdüren büyük bir güçtür. İnsanlık için her zaman hayatı kolaylaştıran her şey bu alana dâhil olmuştur. Örneğin ateş yakmaya yarayan kibrit kutusundan evlerimizi ısıtan doğalgaza, dünyanın diğer ucundan arkadaşımızla haberleşmemize yarayan telefona ya da televizyona kadar birçok şey bu alanın bir parçasıdır.

Teknolojinin ilerlemesi gelişmesi ve her geçen gün kendini yenilemesi insanlık için çok önemlidir fakat en az onun kadar önemli olan bir şey daha vardır ki o da bunun doğru ve bilinçli şekilde yapılmasıdır. Bu iş doğru ve bilinçli şekilde yapılmadığında gerçekten önlenemez, büyük sonuçlar ortaya çıkarabilir. Buna en önemli örnek herkesin de bildiği Einstein'ın atom bombası olacaktır. Einstein bu icadı insanlığa yararlı olacak aletlere kapı aralamak için yapmıştır fakat sonuç hiç de öyle olmamıştır. Einstein parçaladığı atomun insanlarca bu şekilde kötü amaçlar için kullanılacağını bilseydi ve hatta bu icadın dünyanın kaderine bu denli etki edeceğini bilseydi belki de bundan vazgeçecekti.

İnsanlık için bu denli önemli olan teknolojinin de aynı zaman da bu kadar yanlış kullanılması gerçekten içler acısıdır ki kesinlikle buna bir çözüm bulunmalıdır. Çözüm yolu da teknolojiyi kullanan herkesin bilinçli olmasından geçmektedir.

## **EĞİTİMDE TEKNOLOJİNİN ROLÜ**

- Teknoloji öğretimin amacı değil, öğretime yardımcı rolde bir araç olmalıdır.
- Teknoloji kullanılmadığında çağ dışı kalınacakmış korkusu yaşanmamalıdır.
- Yaş ve gelişim dönemine göre çocuktan beklenebileceklere göre teknolojik yönlendirme yapılmalıdır.
- Evde de okulda da zaman doldurma aracı olmamalıdır.
- Motivasyonu arttırıcı, gerçekten yararlı, eğitici ve öğretici programlar tercih edilmelidir.

## **EĞİTİM VE ÖĞRETİMDE NEDEN TEKNOLOJİ KULLANIRIZ?**

- Eğitim ve öğretime erişimi artırmak
- Öğrenim kalitesini yükseltmek
- Eğitim malzemelerini azaltmak
- Teknolojik değişim zorunluluğuna karşılık verme
- Öğrencilere çalışma ve özel hayatlarında ihtiyaç duyacakları becerileri teknoloji ile sağlamak



## TEKNOLOJİ VE ÖĞRENME İLİŞKİSİ

Eğitimde kullanılan birçok araç (akıllı tahta, bilgisayar vs.) birden fazla duyumuza ulaşarak öğrenmeyi kolaylaştırabilmektedir.



İnsanlar

Okuduklarının → %10

İşittiklerinin → %20

Gördüklerinin → %30

Hem görüp hem işittiklerinin → %50

Söylediklerinin → %70

Yapıp söylediklerinin → %90 ını **HATIRLARLAR!**

### **Eğitimde Teknoloji Kullanımının Avantajları**

- Problem çözme becerisi (Hızlı karar verme)
- Bireysel öğrenme (Özellikle akademik/matematik ve kavram becerileri)
- Yetişkin yardımıyla soru-cevap
- Dikkat
- Pekiştirme

### **Bir çocuğun bilgisayar başında geçireceği maksimum süre ne kadar olmalıdır?**

6-10 yaş : 1 saat!



### **Teknolojinin Çocuklar Üzerinde Olumsuz Etkileri**

Televizyonda, bilgisayarda veya telefonda şiddet görüntülerini izleyen çocukların, bunları hayatın çok normal ve kabul edilebilir bir parçası olarak algıladıkları belirtildi. Birçok araştırma, şiddet mesajları ile dolu filmlerin çocuklarda korku davranışında artışa neden olduğunu göstermiştir. Ayrıca saldırganlık ve şiddete karşı duyarsızlaşma gibi olumsuz etkileri de bilinmektedir.

Yine yapılan araştırmalar aşırı teknoloji bağımlılığının obeziteyi körüklediğini, hastalıklara zemin hazırladığını ortaya koymuştur.

Yeryüzündeki milyonlarca insanın eğitimi düşünüldüğünde, Televizyon ve bilgisayar tartışmasız bir eğitim aracı aynı zamanda. Çocuklarımıza sosyal bazı davranışları, paylaşmayı, uzlaşmayı öğreten pek çok eğitici programın varlığını

yok sayamayız. Önemli olan da çocuklarımıza televizyon seyrettirmemek, bilgisayardan tamamen uzaklaştırmak değil, onları doğru ve uygun programları seyretmeleri için yönlendirmektir.

Teknolojinin tuzağına düşmemek için uyulması gereken kuralları sıralamak gerekirse;

- Akşamları eve gelir gelmez televizyonu açmayın: "Çamaşır, bulaşık, yemek gibi yapılması gereken birçok tatsız işin altında boğuluyor olsanız bile, çocuğunuzu siz bunlarla meşgulken televizyondan başka bir uğraşla ilgilenmesi için yönlendirin. Televizyonun önünde sakın oturmaktansa, bırakın daha fazla kirleten ya da dağıtan diğer aktivitelerle ilgilensin."
- Eve birçok televizyon yerleştirmeyin: "Yatak odasına televizyon koymak, kendi kendinize kurduğunuz bir tuzak olacaktır. Yatakta televizyon seyretmek çok konforludur, fakat en ufak bir yorgunlukta bir elde kumanda diğer elde abur cubur yiyeceklerle son derece Sağlıksız bir yaşam şekli edinmenize neden olur. Yemek esnasında televizyonun açık olması ise ailedeki tüm iletişimi kesmenin en emin yoludur!"
- Çocuğunuzun televizyonu tek başına açmasına, ne var ne yok bakmasına ve kanal değiştirmesine izin vermeyin: "Çocuğunuzun televizyon seyredip seyretmemesine, programın ya da çizgi filmin ona uygun olup olmadığına siz karar verin. Küçük yaşlarda konsantrasyonu bozma kaynağı olan zapping yapmaktan kaçının."
- Çocuğunuzu uzun bir süre televizyon karşısında yalnız bırakmayın: "Tam tersine, bilinçli ve eleştiren bir televizyon izleyicisine yavaş yavaş dönüşmesini ona öğretmek için yanında kalmaya çalışın. 6-7 yaşına doğru onun çizgi filmlerden başka şeyler izlemesine izin verdiğinizde bazı temel bilgileri açıklayın. Örneğin, ona filmle gerçeği ayırt etmesini öğretin; 'Birbirleriyle kavga edenler aslında rol yapıyor', 'Bütün bunlar aslında sana akşamları okuduğum masallar gibi gerçek olmayan şeyler, örneğin gördüğün bu kan aslında ketçap' gibi."
- Rol model olan ebeveynler olarak önce **SİZ** teknolojiyi bilinçli kullanın.



## İNTERNET ve ÇOCUK

Çağımızın en güçlü kitle iletişim kaynaklarından biri olan bilgisayarlar ve yaşamımıza birden bire giren internet, bugün bilgilenme, işlem yürütme, haberleşme, eğitim ve eğlence fonksiyonlarıyla hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmuştur.

İnternetin, öğrencilerin eğitiminde büyük yararları olduğu bir gerçektir.

Özellikle ödev yaparken, yeni bir konunun araştırmasını yaparken büyük kolaylıklar getirmektedir. İnternet sayesinde çocuklar, elektronik posta ve sohbet odaları aracılığıyla yeni dostluklar kurmakta, WEB sitelerinde gezinerek yeni bilgiler edinebilmekte, okul projelerine yeni materyaller bulabilmektedir.

**Yararı ve çekiciliği bu kadar açık olan internet, aynı zamanda çocuk yönünden bir takım olumsuzlukları, hatta tehlikeleri de beraberinde getirmektedir.**

### **1) Fiziksel Etkiler:**

Fiziksel etkiler dediğimizde, doğrudan sağlığı tehdit eden problemleri anlıyoruz. Yetişkinler için bile potansiyel olan bu etkiler, gelişmekte olan çocuklar için çok daha büyük risk içerebilir. Üstelik çocuklar, direkt olarak bir değerlendirme yapamayacakları için, anne-babaların iyi gözlemler yapması çok önem kazanmaktadır.

Gelişmekte olan çocuklar için 4 potansiyel fiziksel risk vardır:

- a) Görme sorunları
- b) Duruş ve iskelet sorunları
- c) Radyasyon riski
- d) Daha az hareketten kaynaklanan fiziksel problemler

### **2) Psikolojik Etkiler:**

- İnternetin çekiciliğine kapılıp, zamanın çoğunu bilgisayar önünde geçiren çocuklarda bir süre sonra "internet bağımlılığı" oluşmaktadır.
- İnternet bağımlılığı, TV bağımlılığı, kumar bağımlılığı, aşırı yemek yeme gibi davranışsal bir bağımlılıktır. Buna bir tür "TEKNOLOJİK BAĞIMLILIK" da diyebiliriz. Teknolojik bağımlılıklar, pasif ( TV bağımlılığı) ya da aktif (Bilgisayar bağımlılığı) olarak ikiye ayrılmaktadır.
- Bağımlılıkta başlangıçta "biraz" olan oran, farkına varmaksızın "çok" haline gelebilmektedir. Bazı çocuklar, bilgisayar bağımlılığına ve bunun olumsuz uzantılarına, diğer çocuklara oranla daha yatkındır. Doğal olarak bu çocuklar sanal yaşamın çekiciliğini de en güçlü hisseden çocuklardır. Onlar için herhangi bir süre bile çok fazla olabilir.



### **Tehlike Sinyalleri**

- 1- Bilgisayarda giderek daha çok zaman harcama
- 2- İçe kapanma, göz temasının kesilmesi,
- 3- Daha çok ve sık bağlantıya geçme isteği,
- 4- Toplumsal yaşamdan yaşlılardan çekilme, yetişkinlerle sorunların olması,
- 5- Yinelemeli beden hareketleri (ileri geri sallanma, parmakları gereksiz yere oynatma, dönme ) ya da kendi kendine konuşma
- 6- Yoksunluk belirtileri (bağlantı engellendiğinde titreme, aşırı sinirlilik ve hayal kurma)
- 7- Yaşıt ilişkilerden kopma ve bedensel ağırlıkta artış ve hareketsizlik

### **3- Sosyal Etkiler:**

İnternet, karşılıklı etkileşime de olanak tanır. Bu sanal dünyadaki ilişkilerle, gerçek ilişkiler arasındaki fark, çocuklar tarafından tam olarak ayırtılamamaktadır. Fiziksel kimliklerini ortaya koymaksızın, sohbet odalarında dolaşmanın tehlikesi, ileri yıllarda gerçek sosyal hayattan çekilme davranışları ile kendini gösterebilecektir.

Gerçekte çok içe dönük biri internetle kendine güven duygusunu destekleyecek arkadaşlar edinebilir. Uzun süre internette chat yapan çocukların gerçek hayatta arkadaş edinme sıkıntısı çektiği yapılan araştırmalarla saptanmıştır. Bir araştırmada WEB gezintilerinde, çocukların kendilerini nasıl hissettikleri sorulduğunda cevap en çok "yalnız" olmuştur.

Bu yalnız çocuklar, giderek toplumda iletişim kurmakta zorlanmakta, topluma karşı olumsuz duygu ve düşünceler beslemeye başlamaktadır.

Ayrıca yine bir araştırmada, aşırı internet kullanan çocukların daha az kitap okudukları saptanmıştır.

Ebeveynler bu teknolojik devrim karşısında güç mücadelesine girmeden galip çıkmayı bilmelidirler. Bu da ancak kararlı ve tutarlı davranmakla mümkündür. Her zaman kontrol ebeveynde olmalıdır. Teknolojinin kullanım süresi konusunda sınır çizilmeli ve mutlaka uyulmalıdır.

Çocukların gerçek çiçekler yerine logo çiçekleri ile oynamalarından korkmak istemiyorsak;

- Çocuklarımızın dünyadaki gerçek nesnelere tanışmalarına,
- Çevrelerine duyarlı olabilmelerine,
- Hareket edebilmelerine,

imkan sağlamamız ve iyi insan ilişkilerine de yer veren bir eğitim öğretim yöntemi uygulamamız gerekir.

Kaynakça: Bağımlılık – Sanal ve Gerçek (Nevzat Tarhan, Serdar Numenov, Timaş Yayınları, Psikoloji Dizisi)

İnternet Bağımlılığı (Yrd.Doc.Dr.Canani Kaygusuz, Doc.Dr.Melek Kalkan, Anı Yayıncılık)

Burcu DAĞLI

İlkokul Rehberlik Öğretmeni





