

REHBERLİK SERVİSİ

SINIF REHBER ÖĞRETMENLERİ-VELİ BİLGİLENDİRME KILAVUZU

TELEVİZYON VE BİLGİSAYAR OYUNLARININ ÇOCUKLARA ETKİLERİ VE ALINMASI GEREKLİ ÖNLEMLER

Televizyon hem göze hem de kulağa hitap edebildiği ve olayların olguların çok uzaklardan olduğu gibi gözlenebilmesini sağladığı için bütün kitle iletişim araçlarının en etkili ve en güçlüsüdür

Çocuklar ilk çocukluk yıllarından itibaren kendilerine model olarak seçtikleri TV deki dizi kahramanlarının özelliklerini, günlük yaşamlarına ve oyunlarına yansıtmaya başlarlar.

Çocuğumuzun günde ortalama 2 saat TV izlediğini düşünürsek, Yılda; 720 saat,70 yıllık bir ömürde yaklaşık 7-10 yıl TV karşısında geçiyor...

TELEVİZYONUN ZARARLARI

- Televizyon karşısında çok fazla zaman geçirmek hem yetişkin insanların hem de çocukların zihinsel gelişimini olumsuz yönde etkiler.
- Aşırı derecede TV izlemek kişinin konsantrasyon becerisini bozmaktadır.
- Beyni tembelleştirmekte ve pasifize etmektedir. Çünkü TV beyni yormadan bilgi verir. Hâlbuki beyni en çok geliştiren şey konuşmak ya da dinlemek değil, düşünmektir, yorum yapmaktır. TV işte bu becerileri azaltmaktadır.
- Kişinin yorum yapma, analitik düşünme, sentez yapma, zihinsel beceri yönüyle öğrenme gücünü azaltır.
- Aile içi iletişime ve etkileşime zarar verir.
- Ailede sevgi, saygı ve güven bağını zayıflatmakta ve aile içinde psikolojik bir duvar örmektedir.

TELEVİZYONUN OLUMSUZ ETKİLERİNİ ORTADAN KALDIRMAK İÇİN VE OLUMLU DURUMA GETİRMEK İÇİN ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- Televizyon sosyal yaşantımızın bir parçası haline gelmiştir.
- Bu nedenle onu söküp atmamızın olanağı yoktur.
- O halde televizyonu sağlıklı bilinçli, verimli ve mantıklı bir biçimde kullanmamız gerekmektedir.
- Televizyon önünde geçirilen zamanın değerli kılınması söz konusu olabilir.
- Çocuğumuzun toplumsallaşmasındaki en önemli öğelerden birinin televizyon olduğunu inkâr edemeyiz.
- Kuşkusuz bu önlemler baskı yoluyla değil bilinç aracılığıyla gerçekleştirilebilir.
- Medya konusunda çocuğu eğitmek gerekir.
- Her evin kendi içinde belirlediği bazı kuralları olmalıdır, kuralsızlık doğru değildir. Bu kurallar TV konusunda da alınmalı ve muhakkak TV ile ilgili bazı sınırlar konmalıdır.
- Televizyon izleme süresini iki saat civarında tutmak gerekir televizyonu kapatma konusunda tereddüt yaşanmamalıdır. Çocuğun diğer kalan boş zamanlarında kitap okuması, sinema ve tiyatroya gitmesi, spor etkinliklerinde bulunması için olanaklar hazırlamalıyız.
- Anne-babalar, televizyon izlerkençocuklara eşlik etmeli ve çocuklarıyla diyalog kurmaları gerekir.
- Çocuğunuza olabildiğince çocuk programlarını izlemesi yönünde teşvik edin.
Büyüklerle birlikte çocuğun kafasını karıştırabilecek görüntüleri çocuğumuzun izlemesine izin vermemelisiniz.
- Çocuğun kelime hazinesini geliştirmek yerinde olur.
Görüntülerin kelimelerle ifade edilmesinin sağlanması gerekir.
- Televizyonda verilen mesajın çözümlenmesinin öğretilmesi gerekir.
Mesajın çözümlenmesinin kültürü sadece zorlayıcı bir açıklamayı tanımamıza olduğu kadar, etkilenmez bir varlık olmayı da öğrenme olanağı verir.
Televizyon gerçeği kendine göre yeniden inşa etmektedir yani yapay bir dünya yaratmaktadır.
Çocuklara sıkça şunun hatırlatılması gerekir.
Televizyonda bize istenilen gösterilmektedir yoksa gerçek dünyamız olduğu gibi aktarılmamaktadır".
- Anne-baba olarak çizgi film izleyen çocuğunuzla izlediği filmdeki olaylar üzerinde kısaca tartışın, böylelikle hem çocuğunuzun filmde izlediği saldırganlığı taklit etme ihtimali azalabilir hem de zihinsel yönden gelişme şansını arttırabilirsiniz.
Bu yüzden ana baba olarak çocuklarınızın yaşlarını uygun filmler seyretmelerini sağlamanın yanı sıra bu filmlerin verdiği mesajların üzerine çocuğunuzla konuşmalısınız.
- Anne-babalar çocuklarının televizyonda görüp istediği her şeyi almamalıdır.
- Aile bütçesi konusunda çocuğun anlayabileceği düzeyde konuşarak çocuğun isteklerini makul düzeyde karşılamaya çalışmalıdır.



BİLGİSAYAR OYUNLARI ÇOCUKLARI NASIL ETKİLER? BİLGİSAYAR OYUNU CİNAYET NEDENİ OLABİLİR Mİ?

Gençler, şiddeti; sorun çözme, kendini haklı gösterme, güçlü olma arzusuyla uygulamayı öğreniyor.

Ergenlik döneminde yaşanan isyan ve başkaldırı durumu, şiddet içeren oyunlarla daha da körüklenmektedir.

Şiddet içeren internet oyunları merhamet duygusunu köreltmektedir.

İnternette yer alan GTA, MAX Payne, Counter gibi şiddet içeren oyunlarda polis öldürmek, otomobil çalmak, tanker yakmak gibi bazı eylemler, çocuklara kazandırdıkları yüksek puanlarla ödül gibi sunulurken, küçük bedenleri saldırgan, saygısız, hantal hale getirmektedir.

Çocukların internet bağımlılığı geliştirmeleri yanında denetimsiz kullanımda kendileri için **zararlı olabilecek sitelere** girip ruhsal açıdan etkilenmeleri de olası risklerdendir.

BİLGİSAYAR TUTKUNLARININ ORTAK ÖZELLİKLERİ:

- Sosyal becerileri az gelişmiş, benlik algısı yetersiz, güvensiz, ürkek
- Bedensel etkinliklerden hoşlanmayan, bunlarda başarısız olan ya da olacağına inanan
- Sosyal, duygusal açıdan ihmal edilen, bu tür olanaklar sunulmayan
- Aile içinde çeşitli sorunları bulunup bunlarla yüzleşmekten kaçınan çocuklar
- Çocuk, dil ve öğrenme sorunlarından kaçış amacıyla da bilgisayara yönelebiliyor.

BİLGİSAYAR BAĞIMLILIĞININ İNSANA ETKİLERİ

- Görme sorunları, Gözlerde yorulma, bozulma
- Dil gelişiminde gerilik,
- Duruş ve iskelet sorunları,
- Az hareketten kaynaklanan fiziksel problemler
Fiziksel ağrı (bel ve sırt) ve yakınmalarda bulunma
- Elektromanyetik radyasyona maruz kalmak,
- Obezite
- Başkalarıyla iletişimde azalma
- Stres ve kaygı
- Bilgisayar/internet kullanmadığı zamanlarda huzursuzluk ve mutsuzluk belirtileri gösterme
- Temel iş ve sorumluluklarını yerine getirmede isteksizlik veya görevlerini erteleme
- Bilgisayarın başında geçirilen süreyi kontrol edememe
- Tek başına vakit geçirme isteğinde artma
- Aile ilişkilerinde aksama, özellikle gençlerden aileden uzaklaşma
- Yetişkin için iş düzeninde bozulma, öğrenci için okul başarısında düşme
- Kendini kontrol edememe
- Kaslarda tutulma ve tikler
- Uykusuzluk
- Sanal dünyaya sığınma-Gerçeklerden kopma
- Bilgisayarı sosyal aktivitelere tercih etmeYapmaktan hoşlandığı etkinlikleri yapmama, izlediği TV programlarına ilgiyi kaybetme
- Boş kaldığı her an bilgisayarın başına oturma isteği duyma
- İnternet kafeye gidiyorsa, harçlık ve masraflar konusunda sıkıntı yaşama gibi sorunlarla karşılaşılır.

Bilgisayar başında geçirilen süre haftada 21, günde 3 saati geçmemelidir.

NELER YAPILABİLİR?

- 1.Çocuklarınızı, yalnızca onayladığınız siteleri ziyaret etmeye teşvik edin.
- 2.İnternet'e bağlı olan bilgisayarları, çocuklarınızın kullanımını kolaylıkla gözetim altında tutabileceğiniz açık bir alanda tutun.Bilgisayar için en uygun yer evinizin salonu olabilir.
- 3.Çocuklarınızın hangi sohbet odalarını ya da ileti panolarını ziyaret ettiğini ve çevrimiçi ortamda kimlerle konuştuğunu öğrenin.
- 4.Çocukları televizyon ve bilgisayar bağımlılığından kurtarmanın tek çaresi onlara zaman ayırmaktır.
- 5.Çocuğunuza ayırdığınız zamanın süresi değil, kalitesi önemlidir.
- 6.Aile bireylerinin birlikte katılabilecekleri geziler, sosyal, sportif etkinlikler, çeşitli hobiler, aileyle ilgili çeşitli görev ve sorumluluklar da çocuğu kolaylıkla bilgisayardan uzaklaştırır.
Okuma alışkanlığını kazandırmak için düzenli kitap okumasını sağlayın ve okuduklarını sizinle paylaşmasını sağlayın.
- 7.Spor, müzik, resim,tiyatro vb. gibi faaliyetler kişiyi katılımcı ve sosyal kılar. Genç bunlardan bir veya birkaç tanesini hobi olarak yapmalı.
- 8.Arkadaşlarla birlikte tiyatro ve sinemaya, pikniğe. b.gitmek sosyal iletişimi arttırır ve gerçek arkadaşlığı yaşatır.
- 9.Gençler günlerini mutlaka planlamalıdır. Okuldan eve gelindiğinde bir saat dinlenmek gerekir.(Bilgisayar başında asla dinlenilmez!)
10. Bilgisayar asla çalışma odası ve ya yatak odanızda olmaması gerekir.
11. Anne-babalar öncelikle bilgisayar ve internet hakkında bilgi edinmeli ve kullanmalı.
12. Çocuklarla bilgisayar ve internet konusunda sohbet edilmeli, burada okudukları ya da gördüklerinin yanlış olabileceği, bilgiyi tartışmak gerektiği, yararlı ve zararlı yanları anlatılmalı.



13. Bunu yaparken, eleştirmeden, azarlamadan, yasaklamadan, tehdit etmeden, rüşvet vermeden, söylenmeden, karşılıklı konuşmak en iyisi.
14. Bilgisayar karşısında okul öncesi çocuklar günde bir, ilköğretim döneminde ise iki saati aşmamalı.
15. İlgi çekici ve eğlenceli web sitelerini çocuğunuzla beraber bulmaya çalışın. İnterneti keşfetmeye yönelik bu olumlu tavır, gelecekte internetle ilgili çocuğun yaşayacağı olumlu ya da olumsuz deneyimleri paylaşabilmeniz için bir fırsat olacak.
16. Aile güvenliği yazılımı kullanın. Bu, internet etkinlikleri hakkında konuşmak istemeyecek ilkokul çocukları ve ergenlik dönemindeki çocuklar için özellikle yararlıdır. Çocuğunuzun internette şiddete, pornografiye veya benzer olumsuz uyarılara maruz kalmaması için, öncelikle internet erişimi için gerekli filtreleme programlarının bilgisayarda olmasını sağlamalısınız.
17. İşletim sisteminizi en son güvenlik güncellemeleriyle yenileyin. Antivirüs ve spyware önleme yazılımları kullanın. Bunun için, bilgisayar yazılımları veya paket programları satan firmalarla görüşebilirsiniz.
18. Çocuğunuzun kişisel hiçbir ipucu içermeyen ve hiçbir kişisel anlamı temsil etmeyen bir rumuz ya da e-posta adresi seçmesine yardımcı olun.
19. Çocuğunuzla evde internet kullanımının koşulları hakkında anlaşın.
20. Çocuğunuzla karşılıklı güvene dayalı ve iletişime açık bir ilişki kurmalısınız. Böylece çocuğunuz internet ortamlarında rahatsız edici kişi veya durumlarla karşılaştığında sizden yardım alabileceği konusunda kendini güvende hisseder.
21. Çocuğunuzun kişisel bilgilerini açıklarken dikkatli olması gerektiği konusunda uyarın.
22. Bir e-arkadaşla yüz yüze birlikte olmanın riskleri hakkında konuşun.
23. Yasa dışı olduğunu düşündüğünüz online materyalleri yetkililere bildirin.
24. İnternetin iyi yanlarının kötü yanlarından daha baskın olduğunu daima aklınızda bulundurun.
25. Çocuklarınızın size bir şeyler öğretmesine izin verin. İnternet ortamında neler yaptıklarını, kimlerle tanıştıklarını size göstermelerini isteyin.
26. Çocuğunuz kadar interneti tanımalı ve kullanabiliyor olmalısınız. Böylece çocuğunuzun internette neler yaptığı hakkında bilgi sahibi olarak yersiz endişelerden kurtulur, aynı zamanda da onun neyle uğraştığını takip edebilirsiniz.
27. İnternet kullanımı çocuğunuzun ders çalışmasına, sosyal ilişkilerine, sizinle olan iletişimine engel olacak ölçüde artmadan ve internet etkinlikleri bir kaçınma aracı haline almadan, internet kullanımını makul ölçülerde sınırlamalısınız. Var olan alışkanlığı yasakla sonlandırmaya çalışmak, internet kullanımını hem daha çekici hale getireceği, hem de ergenlikte çocuğunuzun özel yaşamına müdahale olarak algılanacağı için işe yaramayabilir. Daha baştan belli zaman dilimlerinde ve belli bir süre için internet kullanımı alışkanlığını kazandırmalısınız.
28. Çocuğunuzun çevrimiçi ticari işlemler yapmadan önce sizden onay almalarını sağlamalısınız.
29. Çocuklarınızla çevrimiçi kumarı ve olası risklerini tartışmalı, çevrimiçi kumar oynamalarının yasadışı olduğunu anımsatmalısınız.
30. Çocuklarınıza sorumlu, ahlaki çevrimiçi davranışları öğretmeli, interneti dedikodu yaymak, tacizde bulunmak ya da başkalarına tehditler yöneltmek için kullanmamaları gerektiğini anlatmalısınız.
31. Çocuklarınıza izinleri olmaksızın program, müzik ya da dosya yüklememeyi öğretmelisiniz. Web' de dosya paylaşırken, metin, görüntü ya da çizim alırken telif hakkı yasalarını çiğneyebilir ve yasadışı duruma düşebilirler.
32. Evinizde bilgisayar yoksa, dışarıda bilgisayar ve internet kullanımı için zaman ve içerik anlaşması yapın.
33. Oynadığı bilgisayar oyunlarından haberdar olun ve içerikleri hakkında bilgi edinin.
34. Refleksler, el-göz koordinasyonu ve becerilerin gelişmesini olumlu yönde etkileyici ve eğitimlerine faydalı nitelikte oyunlara yöneltin.
35. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları çocukların şiddete yönelmelerine, şiddet ve saldırganlıklarını günlük yaşamlarında gidermelerine, kavga ve ölüme karşı acımasız ve duyarsız olmalarına sebep olduğu için bu tür oyunlarından uzak durmalarına özen gösterin.
36. Çocuğunuzun sevdiği ve ilgi duyduğu alanlar hakkında bilgi sahibi olun.
37. Çocuğunuzun arkadaşlık ilişkilerini destekleyin.

