

# dijital ebeveynlik

## **DİJİTAL EBEVEYNLİK NEDİR, NEDEN GEREKLİDİR?**

ANNE BABALARIN DİJİTAL EBEVEYNLİK ROLLERİ NELERDİR?  
ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL RİSK FAKTÖRLERİ NELERDİR?  
HANGİ YAŞTA NE KADAR TEKNOLOJİ?  
DİJİTAL EBEVEYNLİK NASIL YAPILIR?

# ALANYA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ

## BÜLTENİN HAZIRLANMASINDA EMEĞİ GEÇENLER.

Deniz BÜLBÜL  
Kurum Müdürü

Uğur KAPLAN  
PDR Bölüm Başkanı  
Tasarım

Yazılar  
Sibel GÜL  
Psikolojik Danışman

Bültenimiz ilçemizde ortak bir rehberlik ve özel eğitim kültürü oluşturulmasına katkıda bulunmak amacıyla hazırlanmıştır. Yayınlanmasını istediğiniz yazı ve çalışmalar için bizimle iletişime geçiniz.

Kadıpaşa Mah. Bostancı Pınarı Cad.  
No: 39 07400 Alanya/ANTALYA  
0242 511 50 30  
alanyaram.meb.k12.tr

## DEĞERLİ OKULLAR;

Hazırlamış olduğumuz e-bülten çalışmalarımızı sizlere sunmaktan gurur duymaktayız. Başlatmış olduğumuz e-bülten çalışmalarımızı istikrarlı bir şekilde sürdürmenin mutluluğu içerisindeyiz. Daha önceki e-bülten çalışmalarımızda belirttiğim gibi e- bültenlerimizi gündemli olarak hazırlıyoruz. Bu ay Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümümüz 'Dijital Ebeveynlik' konusunda e-bülten çalışması yaptı. Siz değerli okurlara iyi okumalar diliyor, bu çalışmada emeği geçen arkadaşlarıma teşekkür ediyorum. Hepinize sağlıklı,huzurlu günler dilerim

Deniz BÜLBÜL  
Alanya Rehberlik Ve Araştırma  
Merkezi Müdürü

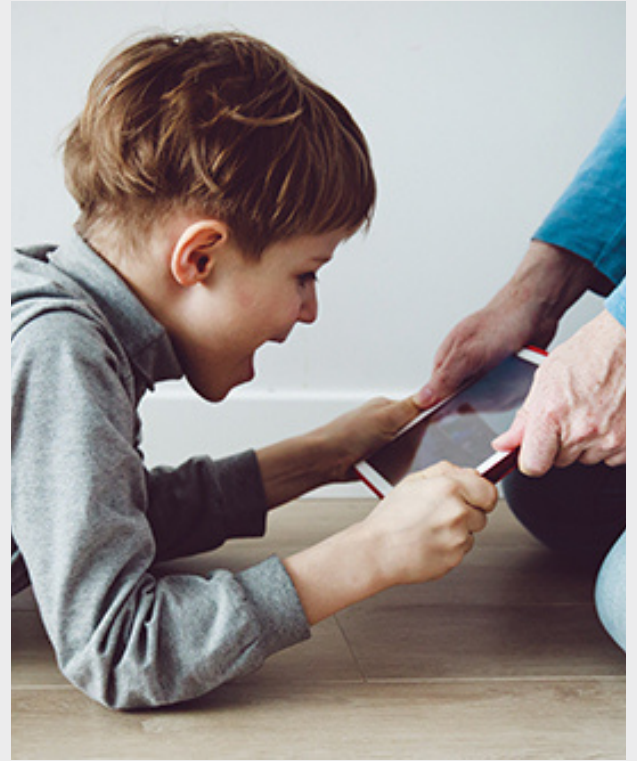


# DİJİTAL EBEVEYNLİK NEDİR, NEDEN GEREKLİDİR?

"Teknolojinin günlük hayatın sıradan bir parçası haline gelmesiyle, günümüz çocukları adeta dijital cihazlarla kuşatılmış bir çevrede büyümeye başlamış ve teknoloji hakkında neredeyse ebeveynlerinden çok daha fazla şey bilir hale gelmiştir. Bu durum çocuklara teknolojinin nimetlerinden faydalanma imkânı sunmakla birlikte, yaşları itibarıyla bazı ciddi risk ve dezavantajlar taşımaktadır.

**ÇOCUKLARIN SOSYAL, DUYGUSAL, PSİKOLOJİK, ZİHİNSEL VE FİZİKSEL GELİŞİMLERİNİ PEK ÇOK AÇIDAN ETKİLEYEBİLECEK OLAN BU KONUDA EBEVEYNLERİN ÇOCUKLARIN DİJİTAL DÜNYASINDA İYİ BİRER REHBER OLABİLMESİ VE TEKNOLOJİNİN DOĞRU KULLANIM TARZLARINI ÇOCUKLARINA AŞILAYABİLMELERİ İÇİN SAHİP OLMALARI GEREKEN ÖZELLİKLER "DİJİTAL EBEVEYNLİK" KAVRAMINI DOĞURMUŞTUR.**

Ebeveynlerin dijital cihazların güvenli ve verimli kullanımıyla ilgili bilinçlenmeleri, teknolojinin faydalı taraflarından istifade edip riskli ve zararlı taraflarının farkında olmaları konusunda çocuklarına rehberlik etmeleri ve önlem almaları gibi meseleler, günümüz ebeveynlerinin sorumlulukları arasına girmiş ve sağlıklı nesillerin yetiştirilebilmesi adına dijital ebeveynlik gerekli hale gelmiştir.



# ANNE-BABALARIN DİJİTAL EBEVEYNLİK ROLLERİ NELERDİR?

Günümüz dijital çağının imkânlarından en iyi şekilde faydalanmak ve çocuklarını muhtemel risklerden korumak isteyen her ebeveynin üzerine düşen temel “**dijital ebeveynlik**” rollerini, Dijital Okuryazarlık, Farkındalık, Kontrol, Etik ve Yenilikçilik başlıkları altında inceleyebiliriz.

## Dijital Okuryazarlık;

Dijital okuryazarlık , temel seviyede teknolojiyi ve interneti kullanma becerisi ile bilgi-iletişim teknolojilerinde gizlilik politikaları bilgisine sahip olmak. Türkiye’de dijital araçların kullanılmaya başlandığı tarih çok eskiye dayanmadığı için çocuklar ve ebeveynler arasında dijital araçları kullanma becerileri bakımından çok büyük farklılıklar bulunmaktadır. Bu durum, çocukların internette rahatsız oldukları bir durumla karşılaştıklarında bunu ilk olarak akranlarıyla paylaşmasına ya da çocuğun gözünde ebeveyni tarafından dijital aletlerin kullanımına yönelik yapılan önerilerin değersiz görülmesine neden olmaktadır.

**"Dijital araçlar hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olmayan bir ebeveyn çocuğunun ne yaptığına dair fikir sahibi olamamakta ve onu sağlıklı kullanıma yönlendirememektedir"**

## Kontrol;

Farkındalığı yüksek olan ve dijital ebeveyn olmak isteyen birey, çocuğunun dijital ortamlardaki davranışını kontrol etme ihtiyacı duyacaktır.

- Çocuğunu internet gibi uçsuz bucaksız bir ortamda yalnız bırakmama.
- Zararlı gördüğü içeriklere erişilmesine engel olma, sebeplerini mantıklı bir şekilde izah etme ve filtre programları gibi yazılımlar kullanma.
- Problemleri kullanım düzeyinde olmaması için ne zaman ve ne kadar İnternet ya da bilgisayar kullanabileceğine yönelik sınırlamaların olduğu bir kılavuz hazırlama ve konulan kurallara uyma.
- Birlikte kullanma. (Facebook, vb. sosyal ortamlarda hesap açma ve çocuğu arkadaş olarak ekleme ya da birlikte internette kaliteli ve faydalı zaman geçirme gibi.)

## Farkındalık;

Dijital ebeveyn olan bir birey, dijital okuryazar olmanın yanında internette bulunan olumlu ve olumsuz içeriklerin ayırımını yapabilen, çeşitli risklerin farkına varabilen, bu sayede çocuğunun bilgisayarda ya da internette ne yaptığını takip edebilen bir birey olmalıdır.

## Etik;

Etik rolü, internette kişi hak ve onuruna, özel hayatların gizliliğine saygılı ve bilgi ahlakına uygun davranmayı; bunun yanında ulaşılan bilgilerin doğruluğunu ve güvenliğini araştırmayı, bu bilgilerin hak sahiplerinin isteğine uygun davranmayı ve fikri mülkiyete saygılı olmayı gerektirmektedir.

## Yenilikçilik;

Dijital ebeveynler, yeniliklere karşı ilgili ve yenilikleri güncel olarak takip edip öğrenme çabası içerisinde olan, aynı zamanda bu yeniliklerin olumlu ve olumsuz yönlerinin farkında olan bireyler olmalıdır.

# ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL RİSK FAKTÖRLERİ NELERDİR?

Dijital ortamda çocuklara yönelik oldukça fazla sayılabilecek risk faktörü vardır.Ebeveynlerin dikkat etmesi gereken risk faktörlerini ; zihinsel, sosyal ve duygusal olmak üzere üç gruba ayırabiliriz.

## Çocuklar için zihinsel risk faktörleri

Dikkat çekmek amaçlı yapılan sosyal akımlar, yanıltıcı ve yanlış yönlendirici reklamlar, olumsuz ve uygunsuz içeriklere maruz kalma. Aşırı bilgisayar, oyun kullanımı veya telefon bağımlılığı zihinsel risk faktörleridir. Çocuğunuz asosyal bir yaşam tarzı belirleyerek zamanla kendini toplumdan dışlama sorunu oluşabilir.

## Çocuklar için sosyal risk faktörleri

Akran gruplarında kendini ispat etmeye çalışma, siber zorbalık, dolandırıcılık, virüslere maruz kalma. Çocukların dijital dünyada en çok sosyal medyayı kullanmaları nedeniyle sosyal risklerle karşılaşma ihtimalleri oldukça yüksektir.

## Çocuklar için duygusal risk faktörleri

Duygusal risk faktörlerinin en başında istismar gelmektedir. Uygunsuz içeriklerle karşılaşma en fazla karşılaşılan sorunlardandır. Sanal ortamda kolaylıkla şiddet içeren içeriklere ulaşabilir veya karşılaşabilir.



# HANGİ YAŞTA NE KADAR TEKNOLOJİ?

## Teknoloji İle Savaşmayın, “O”nu Yönetin!

Çocuklar dünyaya geldiklerinde anne babalarından sonra gördükleri ilk şey belki de cep telefonları oluyor. Bu tanışıklığı biz başlatıyoruz. Çocuğumuzla teknolojik dünya arasındaki bu kaçınılmaz tanışıklık zaman içerisinde bizi endişelendiren bir boyut kazanmaya başlıyor. Oysa ki teknolojiyi “zararlı bir düşman” olarak görmek yerine “yönetilebilir bir yardımcı” gibi konumlandırmak ve bu bakış açısıyla önlemler almak daha doğru bir yaklaşım olacaktır.



**0-2 Yaş Dönemi** :Teknolojiyi mümkün olduğunca bu yaş döneminde kullanmamaya özen gösterin.

**2-5 Yaş Dönemi** : Okul öncesi bu dönemde çocuklar çoktan tabletler ve cep telefonları ile tanışmış oluyor. Ancak uzmanlar, çocukların “rahat” durması için ellerine tutuşturulan tablet ve telefonların kontrolsüz ve uzun süreli kullanımının onların gelişimine zarar verdiği uyarısında bulunuyor.

**2-5 Yaş Dönemi çocuklara , teknoloji kullanımı kontrol edilmek koşuluyla günde en fazla 1 saate kadar izin verilebilir.**



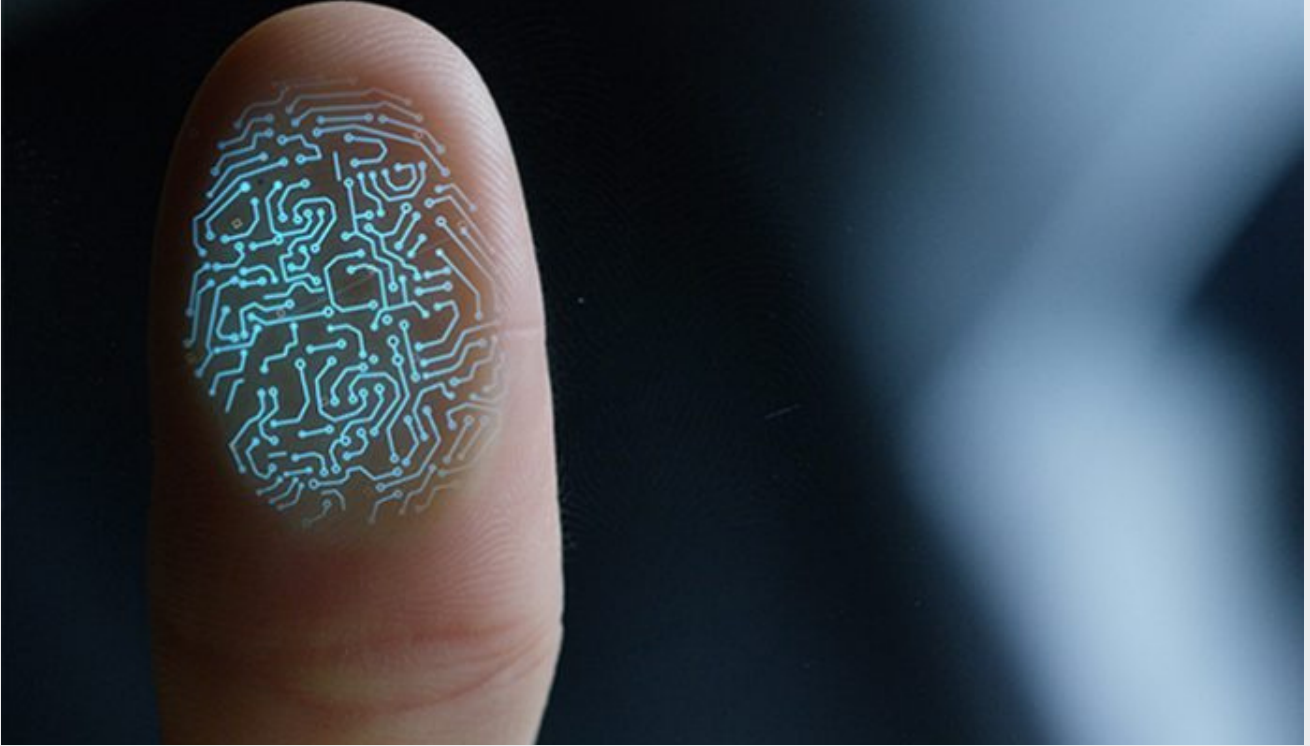


# HANGİ YAŞTA NE KADAR TEKNOLOJİ?

## 13 Yaş Sonrası

Teknoloji kullanımı için çocuğunuzla birlikte belirleyeceğiniz bir sınırlandırma çerçevesi çizilmelidir.

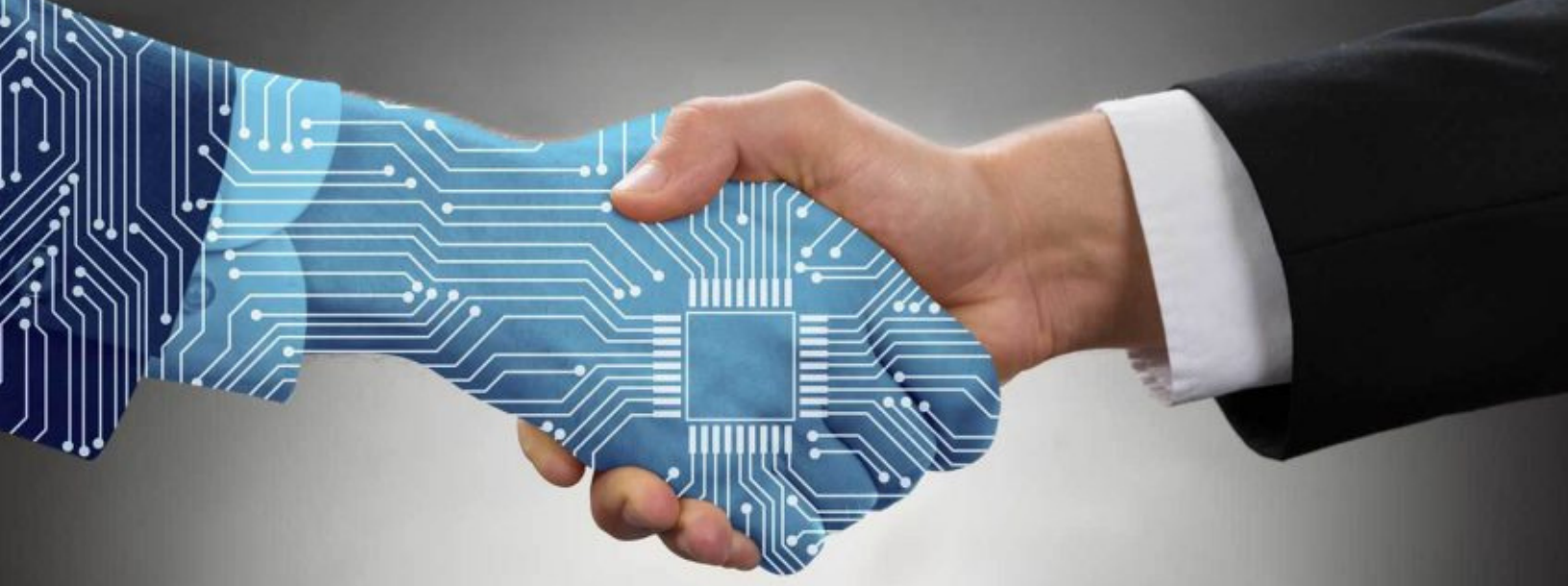
Çocuğunuza bu yaşa kadar herhangi bir sınırlama koymadıysanız ya da kurallar bütünü oluşturamadıysanız üzülmeyin. Hiçbir zaman geç değil. İnternet ve bilgisayar konusunda ebeveynlerinden ya da öğretmenlerinden daha çok şey bilseler de çocuklar hala anne babalarının ya da rol modellerinin rehberliğine ihtiyaç duyuyorlar. Bu yaştaki çocuklarla sadece internet ya da dijital dünya değil, sağlık ve dış görünüş gibi konularda sohbet olanağı yaratmak gerekiyor.



Çünkü çok çabuk etkilendikleri bu dönemde karşılarına çıkan yanlış bilgiler olumsuz etkilenmelere yol açabiliyor. Başkalarına nasıl davranmaları gerektiği konusunda onlara yol gösterin. Pornografi, zorbalık ya da olumsuz davranışlarla karşılaştıklarında bunu sizinle rahatça paylaşabileceğine dair güven duygusu oluşturun. Bu güven çocukların ergenlik dönemini daha rahat atlattıklarına yardımcı olacaktır.

# DİJİTAL EBEVEYNLİK NASIL YAPILIR?

*'Gerçek dünyada  
ebeveynler çocuklarını  
nasıl korumaya  
çalışıyorsa , dijital  
dünyada da korumak  
zorundadır.'*



# EBEVEYNLER ÖNCE KENDİLERİ DİJİTAL DÜNYAYI ÖĞRENMEKELİDİR

Her şeyden önce çocuğunuzu korumak istediğiniz dünyayı tanımamız gerekmektedir. Tanımak için de dijital dünyanın kurallarını bilmek ve dijital dünyayı kullanmamız gerekmektedir.

Çocuklar sanal dünyada hangi sosyal araçları kullanıyorlar? Ne tür iletişim araçları kullanıyorlar? Ne tür internet akımlarının olduğunu ebeveynler zaman zaman araştırmalıdır. Bu araştırmalar, çocuğunuzun kurduğu iletişim araçları hakkında bilgi sahibi olmanızı sağlar.

**Ebeveynler çocuklarıyla sosyal medyayı etkin kullanmalıdır.**

**Sosyal medya günümüzde eğlence ve bilgi paylaşımı olarak kullanılsa da zararlı içerik ve akımlar da yer almaktadır. Kolay önlem alabilmeniz için sosyal medyayı kullanarak yakından takip etmelisiniz.**

EBEVEYNLER OLARAK DİJİTAL DÜNYANIN İYİ YÖNLERİNİ  
İNCELEYİP GEREKLİ TEDBİRLERİ ALARAK ÇOCUĞUNUZUN  
EĞİTİMİNİ DESTEKLEYEBİLİRSİNİZ.

**GERÇEK**

**DÜNYA İLE**

**DİJİTAL**

**DÜNYANIN**


**KURALLARI**

**AYNIDIR**

EBEVEYNLERİN UNUTMAMASI GEREKEN KURALLARIN BAŞINDA GELEN, GERÇEK DÜNYADA KURALLAR NASILSA DİJİTAL DÜNYADA DA AYNI KURALLAR GEÇERLİDİR. GERÇEK DÜNYADA EN BASİT SUÇLARDAN BİRİ OLAN HAKARET, DİJİTAL DÜNYADA DA SUÇTUR. ÇOCUKLARIN DİJİTAL DÜNYADA BİR ŞEY OLMAZ DÜŞÜNÇESİNİN YANLIŞ OLDUĞUNU BENİMSETMELİSİNİZ.

# **Sosyal medya kullanımını sınırlandırın!**

ÇOCUKLAR EBEVEYNLERİNİ ROL MODEL OLARAK ALIR. BU NEDENLE ÇOCUĞUNUZUN SOSYAL MEDYA VEYA BİLGİSAYARI KULLANIMINI AZALTMASINI İSTİYORSANIZ ÖRNEK DAVRANIŞI SİZİN DE SERGİLEMENİZ GEREKMEKTEDİR.



**DİJİTAL EBEVEYNLİK İLE  
İLGİLİ TÜM TEDBİRLERİNİZE  
RAĞMEN ÇOCUĞUNUZUN  
HATA YAPABİLECEĞİNİ  
UNUTMAYIN!**

Tüm tedbirleri aldınız. Çocuğunuzun hata yapmayacağını düşünüyorsanız yanılıyorsunuz. Her çocuk hata yapar. Önemli olan hataların küçük boyutlu olmasını veya azalmasını sağlamak olmalı. Dijital ebeveynlik konusunda ebeveyn olarak sürekli gelişime açık olmak zorundasınız. Dijital dünyanın faydalarını çocuğunuzun yararlanmasını sağlarken zararlarıyla nasıl başa çıkacağınızı da bilmelisiniz.

**Unutmayın, teknoloji çocuklarınızın  
düşmanı değil sadece onu nasıl  
kullanacaklarını öğrenmeleri  
gerekiyor...**

# ÖNERİLER

<https://families.google.com/intl/tr/familylink/>



## KAYNAK

<https://yesilaymarket.com/Data/EditorFiles/DijitalEbeveynlik.pdf>

<https://okuldefteri.net/dijital-ebeveynlik-nedir-nasil-yapilir-infografik/>

<https://dijitalmedyavecocuk.bilgi.edu.tr/2017/01/12/dijital-dunyada-ebeveyn-olmak/>

<https://www.mindlab.com.tr/post/hangi-ya%C5%9Fta-ne-kadar-teknoloji>

## BİZE ULAŞIN



@alanya\_ram



ramalanya



alanyaram



[alanyaram.meb.k12.tr](http://alanyaram.meb.k12.tr)

Kadıpaşa Mah. Bostancı Pınarı Cad. No: 39 07400

Alanya/ANTALYA

0242 511 50 30

