**ÇOCUK VE TEKNOLOJİ**

Teknolojinin ilerlemesi ve yaygınlaşması gündelik yaşamı oldukça kolaylaştırsa da, teknolojinin çocuk gelişimine olan etkisi önemli bir merak konusu olmaktadır. Çocuğu teknolojik aletlerle tanıştırma, bu aletlerin kullanımına hangi yaşta ve ne ölçüde izin verileceği ve kullanımın nasıl sınırlanacağı sadece anne babaların zihninde değil, uzmanlar arasında da her zaman net ve kesin sonuçlara varmanın zor olduğu bir konu haline geldi.

Henüz birkaç aylık bebekler dahi teknolojik aletlere ilgi gösterebilirler. Örneğin değişen görüntü, renk ve sesler sayesinde son derece ilgi çekici olan televizyona odaklanabilirler. Ancak bu durum, çocuğun bundan yararlandığı anlamına gelmez. Yaşamın ilk yılı beyin gelişimi açısından son derece kritik bir dönemdir. Çocuğu teknolojik aletlerle erken tanıştırmak, onun görsel ve işitsel uyaranları henüz işleyebileceği bir anatomik altyapısının olmadığı bir zamanda bu uyaranlara maruz bırakmak olabilir; bu durum da çocuğun nörolojik gelişiminin ciddi bir şekilde aksamasına neden olabilir. Araştırmalar, üç yaşından önce televizyon izlemenin ileride dikkat problemi yaşama riskini arttırdığını göstermektedir.

İlk yıllarda çocuğun beş duyusunu birden kullanabileceği, kendi bakışlarına, sesine, gülüşüne karşılık bulabileceği bir etkileşimin içinde olması önerilmektedir. Bu da anne babanın çocukla sağlıklı bir bağ kurabilmesinden geçer. Çocuğun ebeveyn veya bakım veren kişi ile karşılıklı ilişki içinde olmaya, sarılma, dokunma gibi fiziksel ve duygusal yakınlaşmaya ihtiyacı vardır. Teknolojik aletlerde ise iletişim karşılıklı değil, tek yönlüdür.

Araştırmalar, 2 yaş öncesinde çocuğun doğrudan veya dolaylı olarak (örneğin odada televizyonun açık olması) teknolojik aletlere maruz bırakılmaması gerektiğine işaret ediyor. 2 yaş sonrasında ise eğer çocuğun dil gelişimi beklenen düzeyde gelişmiş ise sınırlı süre ile teknolojik aletlere izin verilebilir. Ancak bu sırada çocuğa bir yetişkinin eşlik etmesi ve izlenen programa göndermeler yapılması önemlidir (örneğin TV izlerken yetişkinin ekrandaki mavi balığa işaret edip çocuğa ‘bak mavi balık. Ne yapıyor mavi balık?’ vb. demesi).

TV, iPad gibi teknolojik aletlerde çocuklara yönelik uygulama ve programların bulunması da anne babalara bu aletlerin gelişimi desteklediği izlenimini verebilir. Bir çok anne baba bu aletleri bir öğrenme aracı olarak görerek çocukla oyun üzerinden ilişki kurmak ve keyifli vakit geçirmek yerine bu teknolojik aletlere yönelebilmektedir. Hâlbuki ilk yıllarda kurulan iyi bir ilişki, ileriki yıllarda öğrenmenin de temelini oluşturur.

Anne-baba çocuk ile nasıl yakın ilişki kuracağını bilemediği ve/veya onun ilgisini çekip nasıl oyalayacağına dair kaygılandığı durumlarda da ebeveynler kendi dolduramadığı boşluğu teknolojik aletler üzerinden kapatmaya çalışabilir. Oysa çocukla iletişim kurmak ve ona oyun üzerinden ulaşmak öğrenilebilen bir beceridir. Bu nedenle anne-baba teknolojik aletleri vermeden önce, bunun kime ve hangi amaca hizmet ettiğini iyi tespit etmeli ve bu doğrultuda teknolojik aletlerin kullanımına uygun sınırlama getirmelidir.

Çocuklarda teknoloji bağımlılığını dengede tutmanın 10 yolu

Çocuğunuz teknoloji bağımlısı ise üzülmeyin



**1**-Öncelikle çocuğun, her gün bilgisayara ayırdığı zaman belirlenmelidir ve bu konuda bir anlaşma yapılmalıdır. Bu süre, okulöncesi çocuklarda bir saatten, ilköğretim dönemi çocuklarında ise iki saatten fazla olmamalıdır.

**2**-Ebeveynler (anne-babalar); çocuklarını teknoloji dünyasında sağlıklı sekilde yönlendirmek ve onları denetleyebilmek için bilgisayar ile internet hakkında bilgi edinmelidir ve kullanmaktan çekinmemelidir.

**3-**Ebeveynler, çocuklarından, kullandıkları bilgisayarı, program ve oyunları, kendilerine öğretmelerini ve açıklamalarını isteyebilirler. Anne ve babasından daha çok bildiğini düşünmek, çocuk üzerinde olumlu bir etki yaratacaktır.

**4**Aşırı kullanımı engellemenin en kolay yollarından birisi, bilgisayarı ortak çalımsa odası gibi yetişkinlerin de takip edebilecekleri bir yere koymaktan geçecektir.  
  
Aile içinde birden fazla birey, aynı bilgisayarı kullanırsa, çocuk sırasını bekleme gibi sosyal becerilerini de geliştirecektir. Bunun yanısıra, ebevenler tarafından, çocuğun bilgisayar ve interneti hangi amaçla kullandığıda bilinmelidir ve chat arkadaşları gibi konular hakkında bilgi toplanmalıdır.

**5**-Anne-babanın bilgisayar dünyası üzerindeki hakimiyeti artarsa, çocuklarla birlikte oyun oynayabilirler.Program ve oyunların içeriklerini de denetleyebilirler. Böyleceçocukları, [eğitim](http://www.milliyet.com.tr/egitim/)seldeğerleriçerenoyunlarayönlendirebilirler. Bilgisayar oyunlarının seçiminde,çocuğa yardımcı olarak yaş ve gelişimine uygun, siddet içermeyen programlar seçilmelidir.

**6**-Nitekim 3-5 yaş dönemindeki çocuklar için anımsama, gruplandırma, göz-el koordinasyonuna ilişkin görevler içeren programlar, 6-8 yaş için okuma, yazma, mantık yürütmeyle ilgili etkinlikler, 9-12 yaş için soyut kavramlar, ileridüzeydesorunçözmeyiiçerenmateryallerinseçilmesifaydalıolacaktır.

**7**-İlkokul, ortaokul ve lise dönemlerindeki çocukların, derslerine de katkı sağlayacak web üzerindeki interaktif eğitim programları veya DVD’leri faydalıdır. Özellikle, bir de yabancı dil de olursa, kelime hazinelerini ve yabancı dil bilgilerini geliştirirler.

**8**-Anne-babalar uygunsuz sitelere, bilgilere ulaşmanın önlenebileceği ,denetim sistemleri hakkında da bilgi edinebilir. Örnek: Filtreleme seçenekleri gibi…

**9**-Ana-babalar, bilgisayar kullanımına ilişkin uygulayamayacakları kurallar koymamalıdır; “-Bu kötü alışkanlıktan vazgeç!” veya “-Okul dönemi boyunca bilgisayarı yasaklıyorum” diye söylenmemelidir.

**10**-Unutmayın ki; yetişkinlerin doğru yönlendirme ve mantıklı sınırlandırmaları ile kullanılan bilgisayarın, çocukların gelişimi üzerinde pek çok olumlu etkisi de bulunmaktadır.  
  
Çocuklar; oynayarak, [spor](http://www.milliyet.com.tr/spor/) yaparak, resim yaparak, hayal gücünü kullanarak, iletişim becerilerini geliştirerek, beynin sol ve sağ taraflarını entegre eder ve geliştirirler. Ayrıca  ebeveynler, çocuklarını farklı etkinliklere de (spor veya sanat) yönlendirerek, onlara yardımcı olmalıdır ve birlikte eğlenmek için [fırsat](http://www.milliyet.com.tr/firsat/) yaratmalıdırlar.