



ŞUNU DA UNUTMAMAK GEREKİR Kİ!

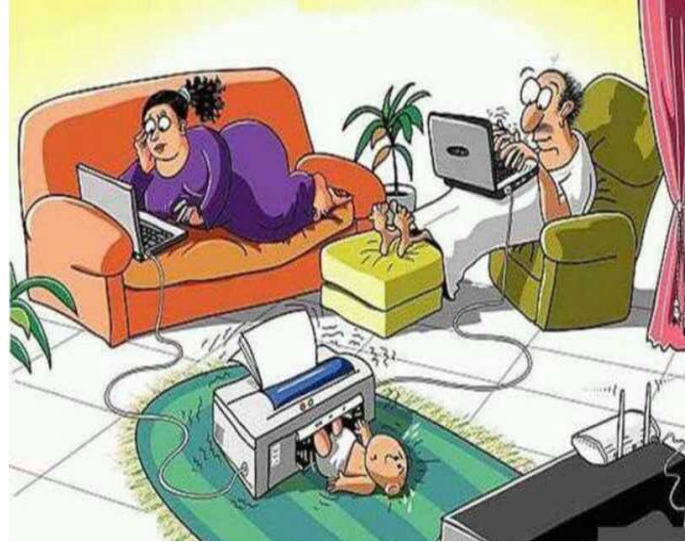
Evde rol model ebeveynlerdir. Ebeveynler bu süreçte nasıl bir tutum sergilerse çocukları da o ölçüde benzer tutum ve davranışları sergileyecektir.

Dolayısıyla ebeveynlerin bilinçli, tutarlı, açık ve destekleyici bir tutum sergilemeleri çok önemlidir.

Aile İçi İletişim Kuvvetlendirilmelidir.

Çocuğunuzdan bilgisayar, tablet ve televizyon olmadan yapabileceğiniz etkinlikleri listelemesini isteyin ve o etkinlikleri yapın.

- Ebeveynler çocukları ile farklı oyunlar oynayabilir,
- Birlikte kitap okuyabilir
- Film izleyip üzerine sohbetler gerçekleştirebilirler.
- Sağlıklı beslenmeye dikkat edilmeli ve egzersizler yapılmalıdır.



Sağlıklı Günlere Ulaşmak Dileğiyle...

PANDEMİ SÜRECİNDE VELİ BİLGİLENDİRME



Teknolojinin Doğru Kullanımı



Rehberlik Servisi
2019-2020

TEKNOLOJİNİN DOĞRU KULLANIMI

Çocuğunuz için bu dönemde ki en büyük risklerden biri de yoğun medya ve iletişim araçlarının kullanımıdır.

Yoğun kullanım bilişsel, sosyal, psikolojik ve akademik gelişimi olumsuz etkilemektedir.

Bir süre sonra bağımlılığa dönüşebilmekte ve aile içi iletişimi olumsuz etkileyebilmektedir.



* Teknoloji bağımlılığı ise geliştiğinde tedavisi çok zor olan bir durumdur. Çocuğunuz bu risklerden korumak için;

* **Ailelerin eğitimi çok önemlidir.**

* Ebeveynlerin internet ve bilgisayarını etkin ve yararlı bir şekilde kullanarak (iş, yerinde sosyal iletişim, bankacılık hizmetleri, eğitim) çocuklarına model olmaları gerekmektedir.

* **Ebeveynlerin bu dönemde çocuklarının ekran saatlerini düzenlenmesi de çok önemli.**



* Eğlence amacıyla teknoloji kullanımında verilen sabah-akşam yirmi dakikalık izinlerde 1-2 dakikayı geçen zaman ihlalleri olursa bir sonraki izin verilmemelidir.

* Teknolojinin ve sosyal medyanın kullanımı ile ilgili sınırlar ve kuralları birlikte belirleyerek bu konuda kararlı ve tutarlı davranmanız oldukça önemlidir.

Sosyal medyada neye girdiği takip edilmelidir,



Sosyal medyada sadece yanlış bilgiler veren kaygı artışına yol açan haberler değil, aynı zamanda salgını küçümseyen haberler de olabilmektedir. Her iki durum da çocuk ve ergenler için zararlıdır. Teknolojinin doğru kullanımını desteklemeniz ve bu konuda onu doğru bilgi kaynaklarına nasıl ulaşılacağı ile ilgili yönlendirmeleriniz gerekmektedir.