



KOÇ OKULU
İLK · ORTA · LİSE



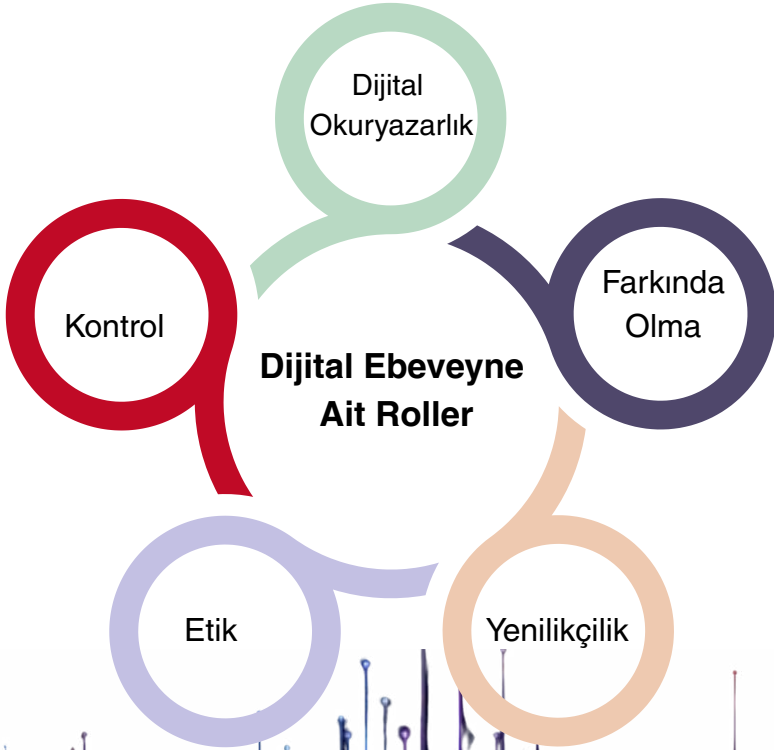
Dijital Ebeveynlik

Koç Okulu, Ortaokul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bölümü



Dijital Ebeveynlik Nedir?

Dijital ebeveynlik, gençlerin teknolojiyi güvenli ve bilinçli bir şekilde kullanmalarını sağlamak için ebeveynlerin aktif rol almasıdır. Bu süreçte anne ve babalar, çocuklarına rehberlik ederek internetin fırsatlarını değerlendirmelerine ve risklerinden korunmalarına yardımcı olmalıdır. Dijital ebeveynlikte ait roller ve bu rollerin sorumlulukları aşağıda paylaşılmıştır.





Dijital Okuryazarlık

- Temel seviyede teknoloji kullanım becerisine sahip olma.
- Teknoloji ile ilgili yaşadıkları sorunlara toleranslı olma.
- İnterneti teknik açı ile bilme becerisine sahip olma.
- Yenilikleri takip etme isteğine sahip olma.
- Bilgi ve iletişim teknolojilerinde gizlilik politikaları bilgisine sahip olma.



Farkında Olma

- Çevrimiçi ortamlardaki olumsuzlukları fark etme.
- Çevrimiçi ortamlardaki risklerin farkında olma.
- İnternet bağımlılığını fark etme.
- Tehlike sinyallerini fark etme.
- Çocuğun bilgisayarda ya da İnternet'te ne yaptığını ayırt etme, fark etme.



Kontrol

Çocuklarını uçsuz bucaksız bir ortamda yalnız bırakmama.

Filtre programları gibi yazılımları kullanma.

Kılavuz hazırlama (Çocuğun ne zaman ve ne kadar internet ya da bilgisayar kullanabileceğine yönelik).

Eğlenceye katılma (Facebook, vb. sosyal ortamlarda hesap açma ve çocuğu arkadaş olarak ekleme gibi.)

Verilen sözü yerine getirme (Konulan kurallara uyma).



Yenilikçilik

Yeniliklere karşı ilgili olma.

Yenilikleri öğrenme çabasında olma.

Yenilikleri güncel olarak takip etme isteğinde olma.

Yeniliklerin olumlu olumsuz yönlerinin farkında olma.

Etik

Fikri Mülkiyete saygılı olma.

Ulaştığı bilginin güvenliğini araştırma.

Erişilen bilgilerin hak sahiplerinin isteğine uygun davranma.



Teknolojinin Faydaları

- Bilgiye hızlı erişim ve öğrenme imkanı
- Yaratıcılığı destekleyen uygulamalar ve oyunlar
- Kültürel ve sosyal etkileşim fırsatları

Dijital Ortamların Riskleri

- Siber zorbalık
- Zararlı içeriklere maruz kalma
- Kişisel verilerin paylaşılması sonucu güvenlik riskleri
- Aşırı ekran süresi nedeniyle fiziksel ve psikolojik etkiler





Dijital Ebeveyn Olma Yolculuğunda Sizlere Önerilerimiz

- **Kişisel bilgilerin paylaşımı konusunda dikkatli olun.**

Ev adresi, okul adı, telefon numarası gibi kişisel bilgilerin internet üzerinden paylaşılmaması gerektiğini çocuğunuza anlatınız.

- **Çocuğunuzun fotoğraflarını paylaşırken dikkatli olun.**

Onun mahremiyetini koruyarak fotoğraflarını herhangi bir internet sitesine veya sosyal medya platformuna yüklememeye özen gösteriniz.

- **Kiminle iletişim kurduğunu bilin.**

Çocuğunuzun çevrimiçi arkadaşlarını tanıyın ve gerçek hayattaki arkadaşları gibi kimlerle iletişimde olduğunu takip edin.

- **İnternet kullanımına dair sınırlar koyun.**

Çocuğunuzla birlikte internet ve bilgisayar kullanımına yönelik makul kurallar belirleyin ve bunları herkesin görebileceği bir yere asın. Koç Okulu, Ortaokul İnternet ve Sosyal Medya Kullanım Sözleşmesi'ne [buradan](#) ulaşabilirsiniz.

- **İnternet üzerinden tanışılan kişilerle yüz yüze görüşmemesi gerektiğini anlatın.**

Eğer böyle bir durum söz konusu olursa, siz de görüşmeye eşlik edin ve görüşmenin halka açık bir alanda gerçekleşmesini sağlayın.



Dijital Ebeveyn Olma Yolculuğunda Sizlere Önerilerimiz

• Cihaz kullanımını ortak alanlarda yapmasını sağlayın.

Çocuğunuzun bilgisayarını veya tabletini, yatak odası yerine salon gibi ortak alanlarda kullanmasını sağlayarak internet aktivitelerini daha sağlıklı bir şekilde takip edebilirsiniz.

• Şüpheli mesajları ve bağlantıları dikkate almayın.

Müstehcen, tehditkâr veya rahatsız edici mesajlara yanıt vermemesi gerektiğini çocuğunuza öğretin. Böyle bir durumda size haber vermesi için onu teşvik edin.

• Çevrimiçi ortamda herkesin gerçekte görüldüğü gibi olmayabileceğini anlatın.

Örneğin, kendini 12 yaşında bir çocuk gibi tanıtan birinin aslında yetişkin bir birey olabileceğini çocuğunuza açıklayın.

• Telefon ve internet kullanımına dair aile içi kurallar belirleyin.

Örneğin, yemek sırasında veya çay saatinde telefon kullanmamak gibi kurallar koyarak aile içindeki iletişimi güçlendirebilirsiniz. Çocuğunuzun telefonu yalnızca iletişim ve eğitim amaçlı kullanmasını sağlayabilirsiniz.

• Güvenli internet kullanımı için filtreleme ve ebeveyn kontrollerini etkinleştirin.

Çocuğunuzun yaşına uygun içeriklere erişmesini sağlamak için güvenli internet hizmetlerinden faydalanabilirsiniz. Öğrencilerimiz ile daha önce paylaştığımız “Güvenli İnternet Kullanım” bültenine [buradan](#) ulaşabilirsiniz.



KOÇ OKULU
İLK · ORTA · LİSE

Dijital Ebeveyn Olma Yolculuğunda Sizlere Önerilerimiz

• En Önemlisi Model olun!

Çocuklar, büyüklerini gözlemleyerek öğrenirler. Dijital dünyada sağlıklı bir denge kurmalarını istiyorsanız, kendi internet ve telefon kullanım alışkanlıklarınızı da gözden geçirin.

Unutmayalım, dijital ebeveynlik artık bir zorunluluk ve sürekli gelişmesi gereken bir beceridir.

Çocuklarımızı internetin risklerinden koruyabilmek ve bilinçli bireyler olarak yetiştirebilmek için önce kendimizi bilinçlendirmeli, sonra da yakın çevremizle iş birliği yaparak güvenli internet kullanımını yaygınlaştırmalıyız.

Ancak tüm teknik önlemlerden daha önemlisi, çocuklarımızla kuracağımız güven ilişkisidir. Onların dijital dünyadaki deneyimlerine ilgi göstermek, sorularını açık yüreklilikle yanıtlamak ve karşılaştıkları her durumda yanlarında olduğumuzu hissettirmek en güçlü koruma kalkanı olacaktır. Çünkü en güvenli internet ortamı, içinde sağlıklı iletişimin olduğu bir ailede başlar.



“Ebeveynler, çocuğun dünyayı anlamlandırdığı ilk aynalardır.”



Dijital Ebeveyn Olma Yolculuğunda Sizlere Önerilerimiz

Neyi, Nasıl Söylesek?

Başlangıç:

"Teknoloji artık hayatımızın büyük bir parçası. Senin için de önemli olduğunu biliyorum. Biz de kullanıyoruz ama bazen dengeli olmak zor olabiliyor. Peki, sence teknolojiyle sağlıklı bir ilişki kurmak mümkün mü?"

Ne Yapsak?

Ortak Fikir Üretme:

"Sence telefon, tablet veya bilgisayar kullanımı için nasıl bir denge kurabiliriz? Hem eğlenip hem de günlük işlerini yapabilmek mümkün mü? Bunun için birlikte bir plan yapabilir miyiz?"

Model Olsak ve Alternatifler Sunsak?

"Biz de bazen fark etmeden çok fazla ekrana bakabiliyoruz. Ama belirli zamanlarda teknolojiyi bir kenara bırakıp birlikte vakit geçirmek iyi olabilir. Mesela, haftada bir gün 'teknoloji molası' yapıp sadece oyun oynasak, sohbet etsek nasıl olur? Sence başka neler yapabiliriz?"

Karşılıklı Anlayış ve Esneklik Kurgulasak?

"Buradaki amaç yasak koymak değil, hepimiz için daha iyi bir denge bulmak. Eğer kuralların fazla sıkı ya da uygulanması zor olduğunu düşünüyorsan, fikrini paylaşabilirsin. Senin düşüncelerin bizim için önemli!"



Dijital Ebeveyn Olma Yolculuğunda Sizlere Önerilerimiz

• Kitap Önerilerimiz

- Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek - Kristy Goodwin
Dijital Çağda Sağlıklı Çocuk Yetiştirmek: Anne-Babalar İçin 33 Anahtar - Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk
Dijital Ebeveynlik: Çocuklarınızı Dijital Tehlikelerden Nasıl Korursunuz? – Doğan Cüceloğlu / Kemal Sayar
Dünyanın En Yalnız Beyni - Serkan Karaismailoğlu
İnternet Bağımlılığı - İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak, Prof. Dr. Kültegin Ögel
Çocuklar ve Dijital Medya - Aslı Telli Aydemir
Bağımlı Aileleri İçin Rehber Kitap - Prof. Dr. Kültegin Ögel
İnternet Okur Yazarlığı El Kitabı - Janice Richardson, Andrea Milwood Hargrave
Çocukları Sanal Dünyada(n) Koruma Kılavuzu - Mehmet Şakiroğlu-Cansel Poyraz Akyol
Modern Mağara Çocuğu Tek - Patrick McDonnell
Kalk Bi Dopamin Demle: Vakti Olmayanlar İçin Sinirbilim - Dr. Serkan Karaismailoğlu & Ali Karaismailoğlu

Kaynakça

Canbek, G. ve Sarioğlu, Ş. (2007). Çocukların ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği. Politeknik Dergisi, 10(1), 33-39.

Yurdakul, I. ve Dönmez O., (2013). Dijital Ebeveynlik ve Değişen Roller Gaziantep University Journal of Social Sciences 12(4):883-896 ISSN: 1303-0094

Canbek, G. ve Sağıroğlu, Ş. (2007). Çocukların ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği Politeknik Dergisi Journal of Polytechnic Cilt:10 Sayı: 1 s. 33-39, 2007

Dijital Ebeveynlik Kitapçığı, (2019) Türkiye Yeşilay Cemiyeti

UNICEF Türkiye. (n.d.). Çocuklar ve dijital dünya. Retrieved from <https://www.unicef.org/turkiye/%C3%A7ocuklar-ve-dijital-d%C3%BCnya>