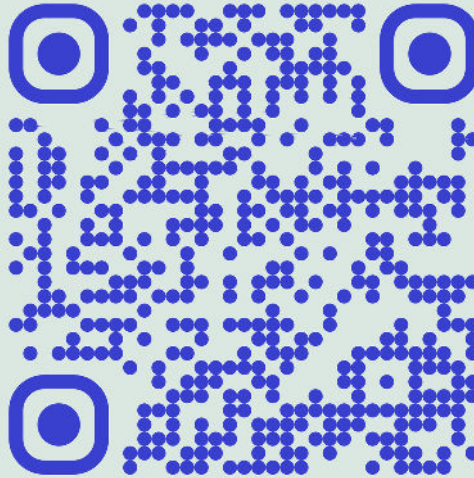


Kişisel, ailevi ve özel bilgilerinizi internet ortamında paylaşılması gerektiğini anlatın. İnternet ortamına aktarılan bilgilerin çok çabuk kopyalanabildiğini belirtin. Karşılaştıkları herhangi bir tehlike siber zorbalık durumunda sizden ve ailelerinden destek almaları gerektiğini anlatın.



İnternet hayatımızı kolaylaştırmak için vardır. Zorlaştırmak, yalnızlaştırmak ya da onsuz yaşayamamak için değil...

Psikolojik Danışman  
Betül ALTAY  
Psikolojik Danışman  
Latif ALATAŞ



ŞEHİT ERTAN SEVİM  
ORTAOKULU

BİLİNÇLİ  
TEKNOLOJİ  
KULLANIMI

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

Devamsızlık yapma, okula geç gelme, derslerde uyuklama, ödevlerini yapmama, öz bakımın azalmaya başlaması, huzursuz ve gergin olma gibi belirtilere rastladığınızda öğrencinin bağımlı olması tehlikesini göz önünde bulundurun. Bu durumu öğrenci ile birlikte okul rehberlik ve psikolojik danışma servisi ve aile ile paylaşmak yararlı olabilir.



Öğretmenlerin öğrencilerin hayatlarında önemi büyüktür. Öğrenciler, öğretmenlerin söylediklerinden çok yaptıklarını model alırlar. Dolayısıyla öğretmenlerin teknolojiyi kullanma biçimleri öğrencilerin de onları model almalarına neden olur.

## NE YAPILMALI?

- 1 Öğrencilere toplumsal kurallara internet kullanırken de uyulması gerektiğini anlatın. Oyun oynarken hakaret etmemek, kendisine ya da başkasına ait bilgileri ve görselleri internet ortamında paylaşmamak, zorbalık yapmamak gibi.
- 2 İnternet ortamlarda yapılan aktivitelere ve geçirilen zamana sınır konulmasının gerekliliği hakkında öğrencileri bilgilendirin. Sınır konulduğunda faydaları olduğunu, sınır konulmadığında ise bağımlılığa neden olabileceğini anlatın.



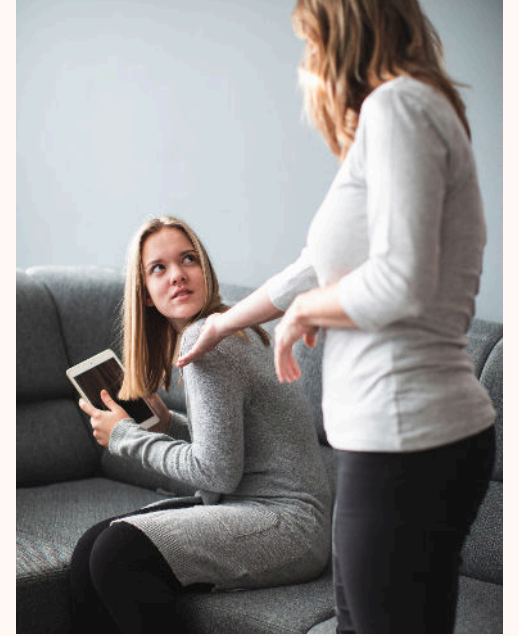
- 3 Siber zorbalık bütün boyutlarıyla öğrencilere ve velilere anlatılmalıdır. Bu gibi durumlarla karşılaşıldığında ne yapılması gerektiğini onlarla paylaşın.

- 4 Öğrencileri, bedenlerini kullanabilecekleri spor ya da beceriler için cesaretlendirin. Aileleri bu konuda teşvik edin. Öğrencilerin bu tür hobi ve aktivitelerini okulda sergilemelerine fırsat verin ve diğer öğrencilerin de bu çalışmalara dahil olmasını sağlayın. Başarılarını kutlayın. Bu konuda ne hissettiklerini paylaşmalarını sağlayın.



- 5 Okul gezileri ile tiyatro, sinema, müze ve tarihi yerleri gezmenin keyfini yaşamalarını sağlayın. Grup olarak ödevler ve projeler hazırlamaları için ortamlar oluşturun. Grup olarak yaptıkları bu çalışmaya ilişkin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını sağlayın.
- 6 İnternetin bilinçsiz ve aşırı kullanımının geleceği düşünmeyi engellediğini, geleceğe yönelik hedef belirlemeyi zorlaştırdığını onlara anlatın.

- 7 Öğrencilerin etkileşimini ve paylaşımını arttıracak aktiviteler planlayın. Bu aktiviteler üzerine konuşun ve paylaşım yapmalarını sağlayın. Kendini ifade etmenin yarattığı duygusal rahatlamayı fark etmelerini sağlayın.



Yapılan araştırmalarda internet ve akıllı telefonların uzun süre kullanıldığında bireylerde dikkat, hafıza, analiz yeteneğinde azalma gibi zihinsel sorunlar ortaya çıktığı görülmüştür. Bu nedenle interneti yoğun kullanan kişiler günlük yaşamda okumada, konuşmaları yorumlamakta ve yeni şeyler öğrenmekte güçlükler yaşarlar.