

Çocuklarımızın İnternette Güvenli Dolaşımı İçin Tavsiyeler

20 dakika enformasyon toplamak için yeterli süredir. Verimli bir arama yürütmeleri için öğrenciler doğru soru sorma ve konunun sınırlarını belirleyen bir-iki sözcük bulma konusunda yönlendirilmelidirler.

1. Özellikle gençlerin bilgi alışverişinde buldukları sohbet odalarında uygunsuz, bayağı materyaller bulunabilir. Çocuğunuzu genel ilgi alanlarına hitap eden siteler yerine belli ilgi alanlarına yönelik (örneğin dağcılar, pul koleksiyoncuları gibi) siteleri kullanmaya yönlendirin. Siteleri inceledikten sonra sadece eğitimle ilgili olanları seçip, yükletebilirsiniz.
2. Uygunsuz malzemenin önlenebileceği denetim sistemleri hakkında bilgi edinebilirsiniz.
3. İçe dönük çocuklar için internet yoluyla söyleşilere katılmak bir çıkış noktası olabilir. Chat olayı sosyalleşmenin bir boyutudur. Ancak sürekli chat yaparak toplumsal hayattan uzaklaşma internet bağımlılığının tehlike sinyali olarak değerlendirilmelidir.
4. Çocuklarımızın oyun arkadaşlarını nasıl tanımak istiyorsak, chat arkadaşları hakkında da bilgi sahibi olmalıyız.
5. Yabancılarla konuşurken dikkatli olması gerektiğini çocuğunuza hatırlatın. Tanımadığı insanlara ad-soyadı, e-posta veya posta adresi, telefon numarası, kredi kartı numaraları gibi kişisel bilgiler vermemesini söyleyin.
6. Çocuğunuzun her gün ev bilgisayarına, televizyona ve videoya ayırdığı zamanı toplayın. Toplam süre okul öncesi çağıdaki çocuklarda bir saatten, ilkokul çağındaki çocuklarda iki saatten fazlaysa, sınırlandırmaya gidebilirsiniz.
7. Kullanım süresini çocuğunuzla konuşarak belirleyin. Ekran zamanının bir kısmından vazgeçerse kendisiyle daha fazla zaman geçireceğinizi söyleyip, çekici alternatif etkinlikler önerebilirsiniz.
8. Aşırı kullanımı denetlemenin en kolay yollarından biri, evdeki bilgisayarı sizin de takip edebileceğiniz bir yere koymaktır-koridor veya ortak çalışma odası gibi. Kullanılan materyali, oyun içeriklerini denetleyin.
9. En etkili pazarlama tekniklerinden biri de internet yoluyla çocuklarla iletişim kurarak onlara doğrudan ürün satmaktır. Çocuğunuzun satış tuzaklarına düşmemesi için interneti nasıl kullandığını takip edin. Aynı zamanda ekran karşısındaki çocukları bazı potansiyel riskler

bekliyor: “Görme sorunları, duruş ve iskelet sorunları, radyasyon riskleri, olağan çocukluk ve ergenlik etkinliklerinin bir yana bırakılması”. Pedagoglar bu konuya ilişkin tavsiyelerini ise şöyle dile getiriyor:

1. Göz sağlığı için çocuklara ara vermelerini öğretin. Her bir saatlik bilgisayar kullanımı için gözlerini toplam on beş dakika dinlendirmelidirler. Çocuğunuz düzenli olarak bilgisayar kullanıyorsa, her yıl göz doktoruna gitmesini sağlayın.
2. Duruş ve iskelet sorunları için onları bedenlerine uygun bir sandalyede dik oturmaya ve bilekleri sıraya yaslamaya teşvik edin. Ayarlanabilir sandalye ve çalışma masası veya ayrı klavye sehpası temin edin. Odada yürümek bile gözleri ve bedeni dinlendirir.
3. Bazı araştırmalarda video oyunlarındaki ışıklı uyarıların normalin üstünde enerji yaymalarına tepki olarak çocuklarda epilepsi nöbetlerinin görüldüğü ortaya çıkmıştır. Radyasyon zararlarından korunmak için çocuklar ekrandan yaklaşık 80–100 cm. uzak oturmalıdırlar. Bilgisayarı yaklaşık 120 cm. derinliğinde bir rafa koyabilirsiniz.
4. Ekran karşısındaki çocuklar açık alanlarda yapılan bedensel etkinliklerden uzak kalabilmektedir. Oysa bu tip etkinlikler sağlık, uyku düzeni, fazla enerjinin atılması, sosyalleşme ve öğrenme için önemlidir. Öğretmenler çocukları aşırı stresli ve kaygılı bulmakta, hiperaktif davranışları bedensel alıştırmaların eksikliği ile açıklamaktadırlar.
5. 9–10 yaşındaki çocuklar aşırı zorlanmadan tuşları kullanabilecek olgunluğa erişirler. Bilgisayarlar organik yazma güçlükleri olan çocuklar için yararlıdır. Ancak bilgisayarların kendileri yazma becerilerini öğretmez. Sekiz yaşından küçük çocuklar kurşun kalem, mum boya kullanarak kağıt üzerinde oluşturdukları harfleri hissederek yazarlar.

Dr. Melda Alantar’ dan anne ve babalara tavsiyeler yukarıdaki gibi sıralanmıştır.