

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ KONTROLÜNDE VE AZALTILMASINDA VELİLERE BAZI ÖNERİLER



- Akıllı telefon/tablet vb. gibi teknolojik aletleri çocukları teselli etmek, boş zamanlarını değerlendirmek ve susturmak için kullanmayın.
- Haftalık çizelgeler oluşturarak buna göre teknolojik alet kullanım planı oluşturun.
- Sadece ekran süresine odaklanmayın, çocukların kontrolsüz ve uzun süre internet kullanmasını denetleyin. İnternet filtrelerinden destek alınabilir.
- Yemek ve çay saatlerinde bilgisayar başındaki çocuğa servis yapmayın, size katılması için teşvik edin.
- Sorumluluklarını onun yerine yüklenmeyin.
- Televizyon veya internet benzeri teknolojik alet merkezli ev düzeni kurmayın. Teknolojik aletler ortak kullanım alanında olabilir.
- Akıllı telefon/tablet vb. yoğun kullanımı olmaması için ona görevler verin ve aldığı görevleri yerine getirmesi için çocuğunuzu destekleyin.
- Çocuğunuza internet kullanımının olumsuz süreçleri hakkında çok fazla mesaj vermeye çalışmayın. Çocuk çok fazla verilen mesajları unuttur veya karıştırır. Sık sık aynı cümleleri kurmak sürecin önemini azaltacaktır. Az, doğru ve sizin için en önemli mesajı vermeye çalışın.
- Çocuğunuza ahlak dersi vermeyin, eleştirme/suçlama yapmayın. Onun yaşadığı duyguları inkâr etmeyin, anlamaya çalışın.
- Yaralayıcı mesajlar kullanmaktan kaçının. Yaralayıcı mesajlar kullanıldığında iletişim bozulur ve iletişimin bozulması ile çocuk kendisini savunmaya başlar. Bu savunmalar sonucu çocuk içine kapanır veya sık sık yalan söyler.