

OKUL ÖNCESİ ÇAĞDA TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI



OSMANİYE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
Eylül, 2021



BAĞIMLILIK NEDİR?

Bağımlılık; biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları olan bir hastalıktır. Başka bir ifadeyle; madde kullanıcısının ya da **teknoloji** ve kumar gibi davranışlarla aşırı meşgul olan kişilerin beyinde yapısal ve kimyasal değişikliklere bağlı olarak istemli davranışın zorlantılı davranışa dönüşmesi biçiminde sonuçlanan bir beyin hastalığıdır.

OSMANIYE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
Eylül, 2021

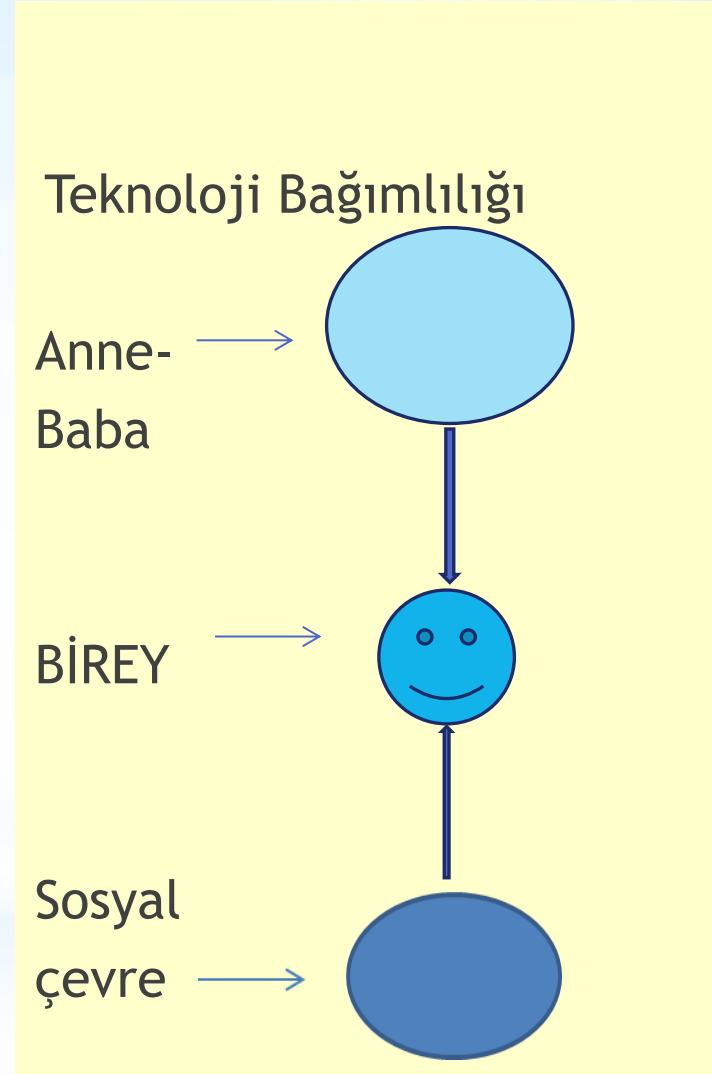
TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI NEDİR?

Kişinin, «teknoloji kullanımını üzerinde kontrolünün kaybolmasıdır. Teknolojiyi kullanmada ve onunla ilişkide kişinin iradesinin kaybolması, kendinin denetleyememesi ve onsuz bir yaşam sürememeye başlaması halidir. »

HEDEF KİTLE

Teknoloji bağımlılığının her bağımlılıkta olduğu gibi hedef kitlesi; Birey, Anne-Baba ve içinde yaşadığı sosyal çevredir. Ancak buradaki esas hedef kitle; **Birey, Anne ve Babadır.** Neden?

Çünkü; burada söz konusu olan çocuklar, okul öncesi çağındaki çocuklardır.



HEDEF KİTLE

Okul çağına gelen her çocuk, hangi okul kademesinde olursa olsun(Anaokulu-Sınıfı, İlkokul, Ortaokul, Lise) etkileşim kaçınılmaz olduğundan birbirlerini etkilemektedir. Bu nedenle amaç; sürecin **başladığı** veya **başlama ihtimalinin yüksek olduğu** noktaya dokunabilmektir. Kısacası; «Okul Öncesi Çağ»

ANNE-BABA VE ÇOCUK

Bağımlılığın tanımı, tek çeşidi yoktur. Madde (Alkol, Sigara, Uyuşturucu vb), kumar, teknoloji gibi. Bizim burada üzerinde durduğumuz çeşidi ise; **Teknoloji Bağımlılığı**. Teknoloji bağımlılığını diğerlerinden farklı kılan yönü, temel olarak okul çağından önce bağımlılığı ailenin (bilinç veya bilinçsizce) ailenin teşvik etmesidir. ASLINDA HERKESİN GÖRDÜĞÜ AMA FARKETMEDİĞİ BİR SÜREÇ..



ANNE-BABA VE ÇOCUK

Özellikle ailenin bağımlılığa teşvik konusundaki bu tutumu yüzünden esas hedef kitlemiz; Anne ve Baba' dır. Aile hem bağımlılığın başlangıç noktası hem de çözümün ta kendisidir. Bu nedenle aslında aileye bir nevi ayna tutabilmek gerekir.

Çocukları, kontrol altında tutabilmek için belli bir dönem teknolojiyi kullanan aile daha sonra çocuğun farkındalığı arttıkça, kendisinin ve çevresinin farklılığını, gücünü görünce; çocuğun kontrolden çıktığını ve çocuğu kontrol edemediğini ifade etmektedirler. (Hem teşvik hem de şikayet)

ÇÖZÜM



İster çocuk olsun ister yetişkin, insanda yasaklanan bir duruma veya olguya merak, karşı koyma eğilimi vardır.

Önceden teşvik ettiğiniz sonradan ise yasakladığınız bir davranışa mutlaka, içeriği olumlu olan alternatifler-davranışlar, sunmanız-göstermeniz gerekir. Bu süreç özellikle önceden bizzat teşvik edilen bir durum ise yorucu, sabır gerektiren bir mücadeleyi gerektirir.

ÇÖZÜM

Yasaklayıcı bir süreç, çocukta karşı koyma veya karşı gelme duygusunu pekiştirmektedir. Oysa bizim amacımız karşıt iki tarafı değil birbirini tamamlayan unsurların (Anne-Baba ve çocuk) birbirleri ile ortak bir yaşam amacı doğrultusunda bir **bütün** olarak hayatlarını devam ettirmeleridir.

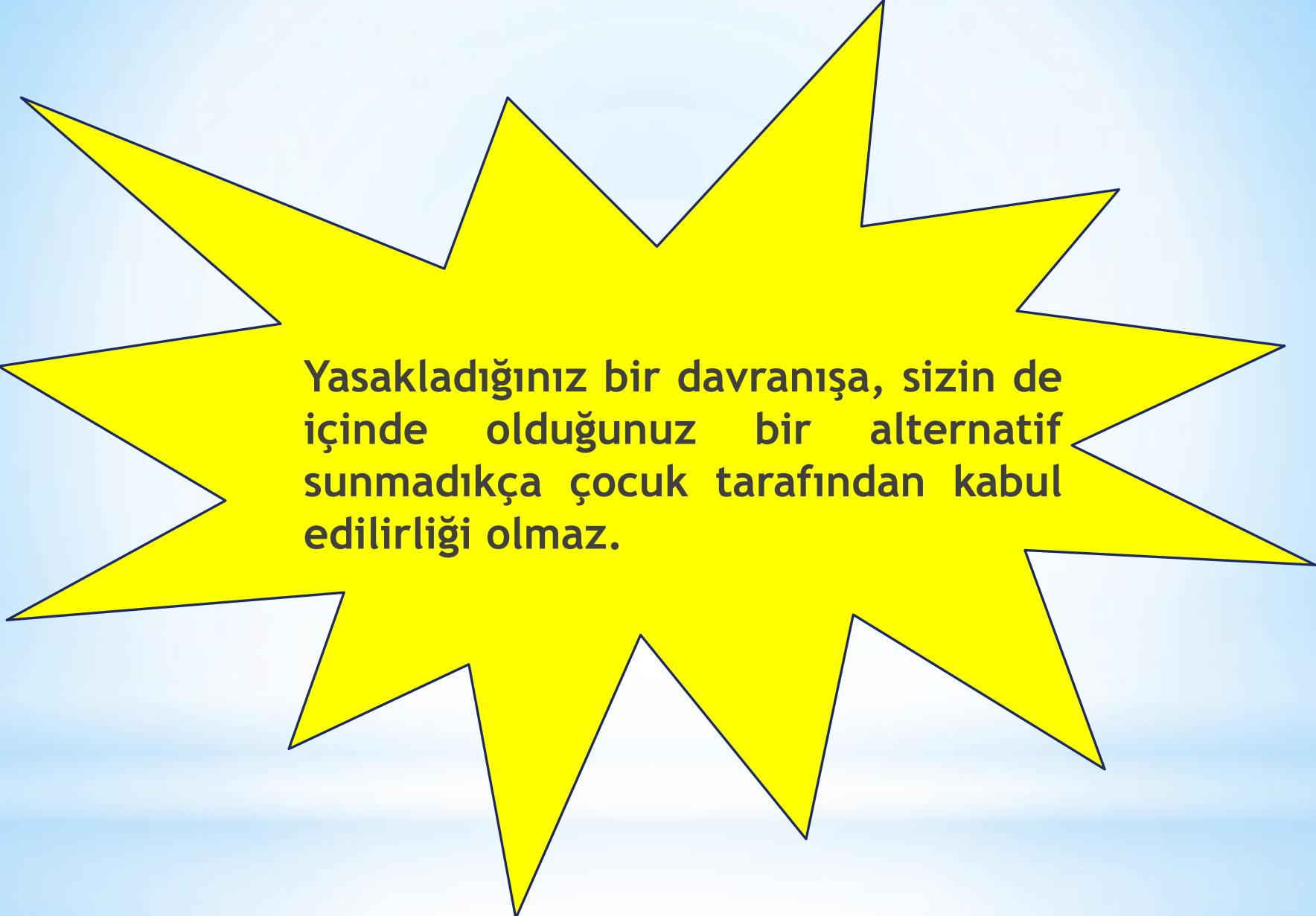
NELER YAPABİLİRİZ?

- * Öncelikle sabır; ÇÜNKÜ ÇOCUKLAR BİZİM GELECEĞİMİZ.
- * Seçenekleri bizim sunmamız. Çocuk, tercih yaparken olumlu ve doğru olanı seçebilmeli.
- * Ortak yaşam alanlarının ve sürelerinin zamanla artırılması. Mesela; beraber televizyon izlemek, oyun oynamak, kitap okumak, yapabileceği düzeyde sorumluluk verip ev işleri gibi beraberce yapmak.

NELER YAPABİLİRİZ?

- * İlgil duuduğu, sevdiği Őeyleri (oyun, çizgi film gibi) gözlemleyip, öğrenip onlarla yaşamaya çalışmak.
- * Ev içerisinde oyun oynarken siz çocuk olun, onlar anne-baba olsun. Bu şekilde onların gözünde kendinizi görmüş olursunuz.

- * Sevginizi, sözel olarak ifade etmenin yanı sıra davranışlarla pekiştirmeniz çok önemlidir. Çocuklar için SEVGİ asla paylaşılmayacak ve kaybedilmeyecek bir durumdur. Sevginizi çocuğa hissettirebilerseniz, çocuk bu sevgiyi kaybetmemek için verdiğiniz her görevi yapacaktır.



Yasakladığınız bir davranışa, sizin de içinde olduğunuz bir alternatif sunmadıkça çocuk tarafından kabul edilirlği olmaz.

OSMANİYE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
Eylül, 2021

FAYDALI OLMASI DİLEKLERİMİZLE...

TEŞEKKÜR EDERİZ.

PSİKOLOJİK DANIŞMAN EBRU GÖKTEPE METİN
PSİKOLOJİK DANIŞMAN BAKİ ÖZTÜRK



Osmaniye RAM
1997