

Peki çocuklarımızın  
ekranda kalma  
süreleri ne kadar ?

# Bilinçli Teknoloji Kullanımı

Özellikle içinde bulunduğumuz uzaktan eğitim sürecinde  
çocuklarımız teknoloji ile bağlantılı durumdadır.

Pediatric kurum tarafından paylaşılan 2 saat süre,  
canlı dersleri ya da öğretmenin online ödev verdiği  
zamanları kapsamamaktadır. Bu süre çocuğunuzun  
internette özgürce geçireceği zamanı ifade  
etmektedir. Çocuğunuzun internette oluşu bu sürenin  
ne kadar altında olursa o kadar iyi, bu süreyi aşan  
durumlar ise de o derece kötüdür.

Uzaktan eğitim sürecinde çocuklarınız canlı  
derslere katılırken, internetten ödev yaparken,  
ödevi için bir belgesel izlerken teknolojiye **bağlı**  
durumdadırlar. Bu durum onları internete  
**bağımlı** yapmaz.

Ortaokul  
2 saat

0-18 Ay  
Hiç Yok.

Lise

Kotalı Kullanım

İlkokul  
1 buçuk saat

18-24 Ay  
Ebeveynin uygun  
gördüğü içerik

2-5 Yaş  
1 saat

Türk Pediatri Kurumu

## Tabiki;

Teknoloji kullanımında bir sınır olmalıdır.

Yasaklamak çözüm değildir. Birlikte çözümler üretin.

Çocuğunuzun kullandığı sanal dili öğrenin. Rush atmak, noob, afk,  
spreylemek vb...

Bilgisayar oyunlarında, online oyunlarda yaş sınırlarına dikkat edin.

GTA oyunu +18

Pubg +13

Counter Strike +18

Lol +13 bir oyundur.

Bu oyunlarda şiddet, korku, cinsellik vardır ve online sohbet yapılabilir.

İçerisinde olumsuz örnek oluşturabilecek unsur bulunduran hiç bir oyunu,  
uygulamayı çocuğunuzun telefonunda, tabletinde, bilgisayarında bulundurmayın.

Çünkü çocuğunuz oyun oynarken pratik yapıyordur. Basketbol oynarken  
atış pratiği, sek sek oynarken tek ayak üzerinde zıplama pratiği. Peki şiddet  
içerikli oyunları oynarken neyin pratiğini yapıyor olabilir ?

**Çocuklarınız için gerçek dünyayı güzelleştirirseniz, sanal dünyadan  
kurtarmış olursunuz.**

REHBERLİK SERVİSİ

Aslıhan ÖZER