

Her yaşın kendine göre hakları ve sınırlıkları vardır. Bu nedenle ocuğunuzun İnternet ortamında kalabileceği süre ve zaman aralığını belirlemeniz gerekir. Bu zaman aralığı ve süre yaşa bağlı olarak yeniden planlanmalı ve var olan kullanım kurallarına uymadaki becerisi çocuğun yeni haklar kazanmasında belirleyici olarak kullanılmalıdır.

(c) Mayıs 2006
Türk Psikologlar Derneği

Bu broőürde yer alan bilgiler, Türk Psikologlar Derneği adına Uzm. Psk. Kürşad Demirutku tarafından hazırlanmıştır. Broőürü istediğiniz kadar çoğaltabilir, kaynak göstermek kaydıyla kullanabilirsiniz.



Çocuklar İçin

GÜVENLİ İNTERNET

Broőür tasarımı: DK



Sohbet siteleri yaşa uygun bile olsalar gerçek yaşamdaki dialogların yerini tutamazlar. Örneğin, gerçek yaşamda söylediklerinden hoşlanmadığımız birini siteden atarak ondan kurtulamazsınız. Dolayısıyla, sosyal becerilerin gelişebilmesi için internet kendi başına yetersiz ortamdır. Çocuğunuzun zamanının büyük kısmını bu şekilde tükettiğini ve günlük arkadaşlıklardan koğtuğunu fark ediyorsanız önlemler almanızda fayda vardır.

Türk Psikologlar Derneği

Meşrutiyet Cad. 22/12 Kızılay
06640 Ankara

Tel: +90 (312) 425 67 65
Faks: +90 (312) 417 40 59
e-posta: bilgi@psikolog.org.tr
http://www.psikolog.org.tr



Çocuklar İçin Güvenli İnternet

İnternet nedir?

İnternet, bütün dünyadaki bilgisayarların elektronik ortamda birbirlerine bağlandığı sanal bir bilgi paylaşım ve iletişim ortamıdır. Elektronik posta yoluyla haberleşilebilir. Görsel veya işitsel yollarla tanıdık veya tanımadık kişilerle iletişilebilir. World Wide Web (WWW) aracılığıyla bilgi, belge, resim, görüntü dosyaları paylaşılabilir.

Çocuğum interneti nasıl kullanıyor?

Gençler interneti mesajlaşmak, gezinmek, oyun oynamak, bilgi edinmek, anında sohbet etmek, resim, müzik veya metin belgeleri bulmak, indirmek veya değiş tokuş etmek için kullanır. Bunlar arasında internette gezinme, okul arkadaşları ile anında veya elektronik posta ile mesajlaşma gibi kullanımların ilk sırada yer alır. Arkadaşlıklarını sürdürmek, arkadaşlar veya arkadaşlık hakkında konuşmak, sosyal yaşantıları paylaşmak, gündelik olaylar hakkında sohbet etmek sosyal ilişkilerini sürdürmelerini sağlar. Mesajlaşma, ergenler tarafından can sıkıntısından kurtulmanın bir yolu olarak da görülmektedir.

Kızlarla erkeklerin internet kullanımları arasında da bazı farklar vardır. Genellikle kızlar mesajlaşmayı tercih etmekteyken, erkekler çoğunlukla internette gezinmekten hoşlanırlar. Bazı ergenler, yalnızlık duygusundan kurtulmak için internette tanımadıkları kişilerle de tanışıp iletişime geçerler. Dolayısıyla, söz edilen internet kullanımları, ergenin sosyalleşme süreci içinde, kendini tanıması, kendi doğru ve yanlışlarını, kurallarını, değerlerini ve normlarını sınaması için çocuğunuzun başka sosyal etkileşimlere ek olarak kullandığı birer araçtır.

İnternet çocuğumu olumsuz etkiler mi?

Yapılan araştırmalar, internet kullanımının yalnızlık, depres-



yon, sosyal ilişkilerden soyutlanma veya sosyal sapma davranışlarına neden olmadığını göstermektedir. Aksine, kendini yalnız hisseden, depresyona ve sosyal saptmaya yatkın ergenler internette kendilerine uygun ortamları seçmektedir.

Yine de, çocuğunuz pornografik içerikli, şiddete veya başka sapkın davranışlara maruz bırakan bazı internet sitelerine tesadüfen de olsa girebilir veya, ergenlikteki merak ve keşif duygusunu doyumak için bu tarz siteleri arayıp bulabilir. Bir başka durum ise, internetteki sohbet ortamlarında suistimal edici kişiler veya gruplar ile çocuğunuzun kontrolü dışında karşılaşabilmesidir.

İnternetin çocuğum üzerindeki olası olumsuz etkilerini nasıl gideririm?

- Öncelikle, çocuğunuzla karşılıklı güvene dayalı ve iletişime açık bir ilişki kurmalısınız. Böylece çocuğunuz internet ortamlarında rahatsız edici kişi veya durumlarla karşılaştığında sizden yardım alabileceği hakkında size güvenir.
- Çocuğunuz kadar interneti tanımalı ve kullanabiliyor olmalısınız. Böylece çocuğunuzun internette neler yaptığı hakkında bilgi sahibi olarak yersiz endişelerden kurtulur, aynı zamanda da onun neyle uğraştığını takip edebilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte internette zaman geçirmeli ve ona interneti kullanma biçimleri konusunda model olmalısınız. Birlikte bilgi aramak, kişisel internet sayfası hazırlamak veya resim ve müzik dosyaları bulup indirmek, çocuğunuzla kaliteli zaman geçirmenizi de sağlar.
- Çocuğunuzun internette şiddete, pornografiye veya benzer olumsuz uyarılara maruz kalmaması için, öncelikle internet erişimi için gerekli filtreleme programlarının bilgisayarda olmasını sağlamalısınız. Bunun için, bilgisayar yazılımları veya paket programları satan firmalarla görüşebilirsiniz.
- Evdeki kişisel bilgisayarınızı herkesin gözü önünde ortak bir yaşam alanında buldurmalısı

nız. Böylece bazı istenmedik durumların daha ortaya çıkmadan önüne geçebilirsiniz.

- İnternetin olumsuzlukları ve internette çocuğunuzun karşılaşabileceği istenmedik durumlarda neler yapabileceği hakkında onu bilgilendirmelisiniz. Örneğin, çocuğunuzun rahatsız eden iletişimlerini sonlandırabileceğini hatta gerekirse internette çıkabileceğini söylemeniz bile çocuğunuzun kendine güvenmesini ve kontrolün kendisinde olduğu inancının gelişmesini sağlar.
- İnternet kullanımı çocuğunuzun ders çalışmasına, sosyal ilişkilerine, sizinle olan iletişimine engel olacak ölçüde artmadan ve internet etkinlikleri bir kaçınma aracı haline almadan, internet kullanımını makul ölçülerde sınırlamalısınız. Varolan alışkanlığı yasakla sonlandırmaya çalışmak, internet kullanımını hem daha çekici hale getireceği, hem de ergenlikte çocuğunuzun özel yaşamına müdahale olarak algılanacağı için işe yaramayabilir. Daha baştan belli zaman dilimlerinde ve belli bir süre için internet kullanımı alışkanlığını pekiştirmelisiniz.
- İnternet kullanımı çocuğunuzun gündelik yaşamını sekteye uğratabilecek bir düzeye geldiye okuldaki rehber öğretmene veya bir uzmana başvurarak durumla başa çıkabilmek için profesyonel yardım almalısınız.



Uzm. Psk. Kürşad Demirutku
Ankara, Mayıs 2006