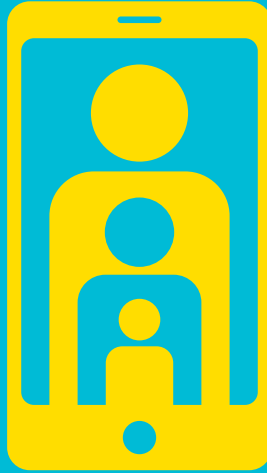


K R I S T Y G O O D W I N

DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK



—
TEKNOLOJİYİ
DOĞRU KULLANMANIN YOLLARI
—



KRISTY GOODWIN

Teknoloji ve çocuk gelişimi uzmanı. Dünyanın farklı yerlerinde çocuk gelişimi ve teknoloji ilişkisi üstüne seminerler veriyor, danışmanlık yapıyor. Drkristygoodwin.com adlı sitesinde videolar ve yazılarıyla güncel araştırmaları sunarak kendi deyimiyle “ailelerin içinde kaldığı dilemmaya uygulanabilir çözümler” sunuyor. Dijital dünyada çocuklarla ilgili öne çıkan mitlerin, efsanelerin ve korkuların yerine son yapılan bilimsel araştırmaları koyuyor. Avustralya'da Sydney'de yaşamını sürdüren Goodwin iki çocuk annesi.

AGANTA KİTAP

010

Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek - Teknolojiyi Doğru Kullanmanın Yolları
Özgün adı: Raising Your Child in a Digital World - Finding a healthy balance of
time online without techno tantrums and conflict

© Kristy Goodwin, 2018

© Aganta Kitap Yayınevi, 2018

Bu kitabın Türkçe yayın hakları Finch Publishing ve Nurcihan Kesim

Telif Ajansı aracılığıyla alınmıştır.

Tüm hakları saklıdır. Yayıncının yazılı izni olmaksızın kısmen ya da tamamen
çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Birinci Basım Ağustos 2018

ISBN 978-605-2389-69-0

Sertifika 16343

İngilizceden çeviren: Tülin Er

Editör: Derya Yağmur

Kapak tasarımı: Tarık Kirpi

Aganta Kitap

Notos Kitap Yayıncılık Eğitim Danışmanlık

ve Sanal Hizmetler Tic. Ltd. Şti.'nin tescilli markasıdır.

Ömer Avni Mahallesi, Prof. Dr. Tarık Zafer Tunaya Sokak

No: 11/6 Gümüşsuyu Beyoğlu İstanbul

0212 243 49 07

www.agantakitap.com

facebook.com/AgantaKitap

twitter.com/AgantaKitap

Baskı ve Cilt

Pasifik Ofset Ltd. Şti.

Cihangir Mahallesi, Güvercin Caddesi, No: 3/1 Baha İş Merkezi

A Blok Kat:2 34310 Haramidere Avcılar İstanbul

0212 412 17 77

Sertifika 12027

KRISTY GOODWIN

DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK

TEKNOLOJİYİ DOĞRU
KULLANMANIN YOLLARI

İNGİLİZCEDEN ÇEVİREN
Tülin Er



İÇİNDEKİLER

Giriş	9
1. Engeller ve Teknoloji Efsaneleri	13
2. Çocukların Gelişimindeki Yedi Temel Yapıtışı	37
3. Yapıtışı #1: Bağlar ve İlişkiler	52
4. Yapıtışı #2: Dil	83
5. Yapıtışı #3: Uyku	112
6. Yapıtışı #4: Oyun	136
7. Yapıtışı #5: Fiziksel Hareket	160
8. Yapıtışı #6: Beslenme	183
9. Yapıtışı #7: İfa-işlevi Becerileri	196
10. Sağlıklı Dijital Alışkanlıklar Geliştirmek	216
11. Çocukların Sağlığını Korumak	248
Sonuç	269
Teknolojik İpuçları	273
Kaynakça	281

GİRİŞ

Çocukların yaşamında dijital teknolojinin gittikçe artan rolü pek çok ebeveynin endişelenmesine ve kafa karışıklığı yaşamasına neden oluyor. Ekran başında geçirilecek doğru süreye ve televizyonlara, dokunmatik ekranlı cihazlara, cep telefonlarına ve bilgisayar oyunlarına uygun seviyede erişime karar vermek –bağımlılık ve siber-güvenlik meseleleri düşünüldüğünde– modern ebeveynlerin karşı karşıya kaldığı dijital ikilemlerden sadece birkaçı.

Çocukluk anıları sorulduğunda çoğumuz ağaçlara tırmanarak, başımızda bir büyük olmadan mahallede koşturarak ya da masa oyunlarıyla ve bahçelerdeki tahta evlerde geçen uzun günleri anlatırız. Bu, kendi çocuklarımızı yetiştirdiğimiz, dijital olarak doygun dünyadan çok farklıdır. *Ve bu durum pek çoğumuz için korkutucudur.*

Anne babalar olarak, teknolojiyle ilişkili karşı karşıya kaldığımız ebeveynlik durumlarının ve kararların bazılarında referans noktası olarak kendi çocukluğumuzu almamız imkânsızdır. Biz çocukluğumuzu gökyüzüne bakarak geçirdik, ekranlara değil! Ebeveynlerimiz bizim şimdi yüzleşmek zorunda kaldığımız dijital ikilemleri yaşamadı. Çoğunun cebelleştiği tek karar, ne kadar televizyon izleyebileceğimizdi. Üstelik o ekran kalıcı biçimde duvara sabitlenmiş haldeydi –pijama ların ceplerinde kaçırılmaz ya da annenin çantasına saklanamazdı!– ve izlenebilecek program sayısı da bir elin parmakları kadardı.

Bugün televizyon, ebeveynlerin çocuklarını idare etmesine yardımcı dokunan pek çok dijital cihazdan sadece biri. Seçim ya-

pabilecekleri geniş bir dijital açık büfe var artık. Ayrıca teknoloji sürekli değişip geliyor, bu da biz ebeveynlerin kafa karışıklığını ve bunaltısını daha da artırıyor. Çocuklarımızı esir alan teknolojiyle nihayet başa çıkabildiğimizi hissettiğimiz an, onların aklını daha fazla çelen yeni bir tanesi türeyiveriyor.

Bu yetmezmiş gibi, sağlık uzmanları ile medyanın çelişkili tavsiyelerinin bombardımanı altındayız. Popüler tavsiyeler araştırmaya değil de daha çok ideolojiye dayandırılıyor, böylece efsaneler ve yanlış ifadeler geliyor. Bir taraftan, beyin ve beden gelişimine zarar verebileceği düşünüldüğünden çocukları ekranlardan ve cihazlardan uzak tutmamız ya da bunu en az seviyeye indirmemiz söyleniyor. Bunun yanı sıra, okulda ya da sonraki yaşamlarında geri kalmaları diye erken yaşta onları her tür teknolojiyle tanıştırmamız ısrarla tavsiye ediliyor.

Çocuklarımız için en iyisini (genellikle de internetten) bulmaya çabalasak bile tavsiyelerin çoğu bunaltıcı, çelişkili ve genellikle de yanlış. Bunun bir sonucu olarak, iyi niyetli ebeveynler arasında sürekli teknoloji efsaneleri dolaşır ve yayılır. Örneğin:

- ◆ Teknoloji, Dikkat Eksikliği Bozukluğu'na (DEB) ve Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'na (DEHB) yol açar.
- ◆ Televizyon, dokunmatik ekranlar ve bilgisayar oyunları çocuklar için kötüdür.
- ◆ Bebek DVD'leri ve Mozart beyin gelişimine katkı sağlar ve dil becerilerini artırır.
- ◆ Çocuklar bilgisayar oyunlarından bir şey öğrenmez.
- ◆ Kimsenin izlemediği zamanlarda televizyonu açık bırakmakta sorun yoktur.
- ◆ Ekran başında geçirilen zamanın güvenli süreleri vardır.

Bir ebeveyn, araştırmacı ve eski bir öğretmen olarak şahsen bu teknoloji efsaneleriyle ve daha fazlasıyla mücadele etmem, teknolojinin çocuk gelişimiyle nasıl kesiştiğini anlamaya çalışmam gerekiyordu. Hangi dijital uygulamaların ve alışkanlıkların küçük çocukların öğrenme ve gelişiminde etkin ve yararlı –hangilerinin ise potansiyel olarak zararlı– olduğunun kapsamlı bir tarifini oluş-

turabilmek için çeşitli disiplinlerde yapılmış en son araştırmaları okuyup derleyerek pek çok saat geçirdim.

Keşiflerimin zaman zaman beni hem şaşırttığını hem de korkuttuğunu itiraf etmeliyim. Bu, teknolojiyi tamamen yasaklamamız ya da ondan korkmamız gerektiği anlamına gelmiyor (böyle yaparsak çocuklarımız bizden nefret eder zaten) ama onun çocuklarımızın erken yaştaki deneyimlerini nasıl şekillendirdiğini dikkatle düşünmemiz gerek.

Teknolojiyi sevsek de sevmesek de çocuklarımız halihazırda dijital bir dünyada yaşıyor. Dijital olandan uzak durmak, bir seçenek değil. Çocukluğun mukaddesliğini korurken onların hayatında teknolojiyi etkin biçimde kullanmanın sağlıklı ve faydalı bir yolunu hep birlikte bulmamız gerekiyor.

BU KİTAP EBEVEYNLERE NE SUNUYOR?

Çocuklarımızla teknolojiyi nasıl kullanacağımıza dair bilinçli tercihlerde bulunabilmek için çocuk gelişimi ve nöroloji ile teknolojinin patlama yapan dünyasının nasıl kesiştiğine dair en son bilgilere ve araştırmalara erişebilmemiz gerekir.

Bu kitabın sağlayacağı da tam olarak budur: Araştırmaya dayalı bilgi, ebeveynlerin bu dijital ortamda (iPad'i *yasaklamadan*, internet bağlantısını *kesmeden* ya da televizyonun fişini *çekmeden*) nasıl çocuk yetiştireceklerini anlamalarına yardımcı olacak pek çok pratik ipucuyla birlikte verilmiştir.

Bu kitap ebeveynlere, 0-12 yaş arası çocuklarıyla teknoloji konusunda ne yapmaları *gerektiğini* söylemeyecek – kimse kendisine ne yapması gerektiğinin söylenmesinden hoşlanmaz! Bunun yerine, bu dijital dünyada nasıl hareket edeceklerine dair bilgiye dayalı, günlük kararlar vermelerine yardımcı olacak.

Ayrıca çocuk gelişimine dair önemli yedi yapıtaşını paylaşacağım ve teknolojinin bunların her birini nasıl destekleyebileceğini ya da nasıl engelleyebileceğini anahatlarıyla anlatacağım:

1. bağlar ve ilişkiler
2. dil gelişimi

3. uyku
4. oyun
5. fiziksel hareketlilik
6. beslenme
7. ifa-işlevi becerileri

Sonuç olarak bu kitapla, çocuklarımızın dijital alışkanlıklarının sağlık ve gelişimlerine zararlı olmadığı konusunda ebeveynlerin içini rahatlatmayı ümit ediyorum. Araştırmalara dayanarak sunulan bir dizi ipucu, ince müdahale ve araç sayesinde okurlar küçük çocuklarımızın kendilerine miras kalan bu dijital dünyada her türlü öğrenme ve gelişme şansına sahip olduğuna inanacaktır.

Engeller ve Teknoloji Efsaneleri

Küçük çocuklarımız için teknoloji mutlaka zehirli ya da tabu değildir ama onu çocuklarımızın gelişim ihtiyaçlarına uygun biçimlerde kullanmadığımızda tehlikeyle flört ediyoruz demektir.

Küçük çocukların ebeveynleri olarak, eli kulağında dijital kıyametin talepleri ile çocuklarımızın ellerinden akıllı telefonları ve oyun konsollarını zorla çekip almanın uygulanabilir gerçekliğini dengelemeye çalışıyoruz. İnterneti kullanırken çocuklarımızın güvende olmalarını sağlamanın yanı sıra, ekran karşısında geçirdikleri zaman ile açık havada geçirdikleri zamanı dengeleyebileceğimizden emin olmaya çalışıyoruz. Sürekli değişen dijital âlemde çocuklarımızla yol almaya uğraşyoruz ama ayak uydurmak için de hayli mücadele ediyoruz.

Teknolojinin küçük çocuklar için uygun olup olmadığı konusunda süregiden bir tartışma var. Çocukluğun mukaddesliğine

dair köklü felsefi inançlar, teknolojiyi küçük çocuklarla birlikte kullanmayı kötülüyor. Ama teknoloji vazgeçilmez bir şey, onu kullanıp kullanmamanın artık tartışılacak bir tarafı yok. Bunun yerine, teknolojiyi küçük çocuklarla en iyi nasıl kullanabileceğimizi düşünmemiz gerekiyor.

Bu bölüm, ebeveynlerin dijital çağda karşılaştığı engellerin ve teknoloji efsanelerinin bazılarının anahatlarını verecek, örneğin:

- ◆ Dijital dünyada çocuk yetiştirmeye çalışan ebeveynler neden ne yapacağını bilemiyor?
- ◆ Yanıltıcı medya manşetleri ve çatışan tavsiyeler, teknoloji efsanelerinin sürekliliğini nasıl sağlıyor?
- ◆ Modern ebeveynlik konusunda neden hiç rol modelimiz yok?

Bu kitap teknolojinin sunabileceği olumlu sonuçlar kadar, aşırı ya da uygunsuz kullanımının küçük çocukların gelişimindeki potansiyel tehlikelerini de ele alacak.

NE YAPACAĞINI BİLEMEYEN EBEVEYNLER

Bu dijital çağda çocuk yetiştirmek konusunda tümüyle kafamız karışık ve derinden endişeliyiz. Bizler her yanımızı saran ve çocuklarımızı esir eden ekran bolluğuna ayak uydurmaya çabalarken, onlar bizimkinden tamamen farklı, teknolojik bir çocukluk geçiriyor. Bizim çocukluk anılarımızda ağaçlarda sallanmak ve bisiklet sürmek var, ekranlara tıklayıp sürüklemek değil.

Bunun yanı sıra, çocuklarımızın kullandığı teknoloji de sürekli değişiyor ve çoğunlukla bize yabancı. Oyuncaklar ve cihazlar için üretilen yalan ve aldatıcı reklamlar yüzünden, bu durum küçük çocukları teknolojiyle tanıştırma gerekliliğine dair gittikçe artan baskıyla birleşip çok bunaltıcı bir hal alabiliyor.

Geride kalmasınlar diye çocuklarımızın eline dijital cihazlar tutuştururken, bir yandan da bu cihazlara maruz kalmalarının onları nasıl etkilediği konusunda içimiz içimizi yiyor. Yine de bebekler için akıllı telefonlara, küçük çocuklar için dizüstü bilgisayarlara ve eğitim uygulamalarına dair üretilen reklamlar, bunların

çocuğumuzun beyin gelişimini çok hızlandıracağını iddia ediyor. Ama merak ediyoruz: Bu dijital aşırı yükleme çocuğumuzun gelişimine zarar veriyor mu?

Çocuklarımızın karşı karşıya kaldığı bu dijital hücumla nasıl baş edeceğimiz konusunda sık sık kendimizi fena halde hazırlıksız hissediyoruz. Bu yoğun çekim ve dijital dünyanın çocuklarımıza sunduğu şeyin obsesif doğası pek çok ebeveyni dehşete düşürüyor, çünkü *kendi* akıllı telefonlarımızdan sürekli e-postalarımıza ve sosyal medyaya bakan bizlerin de bu dijital girdaba saplandığımızın farkındayız.

Çocuklarımızı dijital bakımdan yetersiz kılmadan, teknoloji-den sağlıklı ve kullanışlı biçimde nasıl en fazla yararlanabileceğimiz konusunda rehberlik arayışındayız. Teknolojiden korkmanın ya da onu tümüyle yasaklamanın uzun vadeli bir çözüm olmadığını pek çoğumuz kabul ediyoruz. Eğer bu kafayı-kuma-gömme yaklaşımını benimsersek, çocuklarımızın gelişimi için elzem olan, ömür boyu kullanacakları becerileri edinmelerine faydası dokunacak önemli fırsatları kaçıracağımızın farkındayız. Ama pek çoğumuz çocuklarımıza nasıl en iyi biçimde yol gösterebileceğimizden emin değiliz sadece.

TEKNOLOJİK ÇOCUKLUKLAR

Daha önce bahsedildiği gibi, bugünün çocukları bebek arabalarından dijital cihazların sarktığı, restoranlarda ellerine tabletlerin tutuşturulduğu ve yastıklarının altında dokunmatik ekranların saklandığı bir dünyada büyüyor. Telefonu “kapamalarını” ya da bir televizyon programını “kasete kaydetmelerini” istediğimizde bize boş ifadelerle bakıyorlar.

Çoğu çocuk için ekranlar ve cihazlar günlük yaşamın her yerde görülen bir parçasını oluşturuyor. Pek çoğu bisiklete binmeyi ya da ayakkabısını bağlamayı öğrenmeden önce ekranlara tıklamayı, sürüklemeyi ve büyütüp küçültmeyi öğreniyor. Gerçekten de AVG'nin 2014'te yürüttüğü bir araştırma, pek çok çocuğun geleneksel fiziki ve gelişimsel dönüm noktalarına erişmeden dijital dönüm noktalarına erdiğini teyit ediyor!

Bir çocuk olarak cihazlarla her gün belli bir zaman geçirmek biz ebeveynlere tamamen yabancı bir şey; yine de çocuklarımız buna çabucak uyum sağlamış durumda. Ekranların bombardımanına uğruyorlar ve ebeveynlerle eğitimciler olarak bizler onların teknoloji alışkanlıkları konusunda anlaşılabilir bir endişe taşıyoruz.

Bu, modern ebeveynlerin ikilemidir. Çocuklarımızın teknoloji konusundaki maharetine ve sezgisine –iki üç yaşındaki çocuklar akıllı telefonları ninja hızı ve rahatlığıyla açabiliyor– hayret ederken, bunu aynı zamanda korkutucu buluyoruz. Bu dijital maruz kalışın bedenlerine ve sağlıklarına olası yan etkileri (akıllı telefonumuzu geri vermelerini istediğimizde aşırı sinirlenmeleri ya da bir saat daha Minecraft oynayamayacaklarını söylediğimizde asabi ya da bazen saldırgan olmaları) konusunda içimiz içimizi yiyor. Artık her yerde olan kablosuz ağlara maruz kalmaları da telaş etmemize sebep oluyor.

0-8 yaş arası çocuklar ekrandan izledikleri medyayla günde 1 saat 55 dakika zaman geçiriyordu.



Günde
1 saat
55 dakika

0-8 yaş



1970'te çocuklar ortalama 4 yaşından itibaren televizyon izlemeye başlarken, bugün bu rakam 4 aylık!



8-18 yaş

Günde
7 saat
38 dakika



8-18 yaş aralığındaki çocuklar medya başında günde 7 saat 38 dakika harcıyor.

Günümüzde çocuklar cihazları gittikçe artan sürelerle kullanıyor (yan sayfadaki Küçük Çocuklar ve Medya infografisine bakınız). Bu veri, Kaiser Aile Vakfı'nın 2010'da ve Common Sense Media'nın 2013'te yürüttüğü araştırmalardan toplandı ve çocukların mobil teknolojilere erişimi arttıkça bu rakamların da artması büyük bir olasılık.

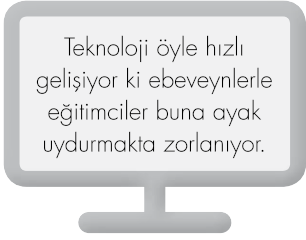
Teknoloji öyle hızlı geliyor ki ebeveynlerle eğitimciler buna ayak uydurmakta zorlanıyor. Tam çocuklarımızın takıntılı olduğu teknolojiye hâkim olduğumuzu hissettiğimizde onu aşan başka bir şey çıkıyor.

Bu da biraz hayret verici. Bir teknolojinin dünya çapında 50 milyon kullanıcıya ulaşmasının ne kadar sürdüğünü gösteren penetrasyon hızını düşünün. Radyonunki (ilk kablosuz) 38 yıl, telefonunki 20 yıl, televizyonunki 13 yıl, cep telefonlarınınki 12 yıl ve internetinki 4 yıl sürdü. Facebook 2 yılda, YouTube sadece bir yılda ve Angry Birds 35 günde yaygınlaştı!

Çocukluğun pek çok yönü teknolojikleştirdi. Oyuncak üreticileri, küçük çocukların teknolojiye hayranlığını, özellikle de "geri-pas etkisi"ni gördü; Carly Schuler tarafından ortaya atılan bu terim ebeveynlerin bekleme odalarında, restoranlarda, evde çocuklarını eğlendirmek, eğitmek ya da sakinleştirmek için onlara kendi dijital cihazlarını vermesi manasına geliyor. Oyuncak üreticileri de bebek akıllı telefonlarından küçük çocuklar için dizüstü bilgisayarlara, okulöncesi dönemdekiler için dokunmatik ekranlara kadar ebeveynlere cazip gelebilecek dijital oyuncaklar ve ürünler üretiyor.

İncelikli pazarlama aracılığıyla sık sık bu teknoloji-oyuncakların ve dijital ürünlerin geleneksel oyuncaklardan daha üstün olduğuna inandırıyoruz. *Dört yaşındaki çocuğum için modifiye edilmiş bir dizüstü bilgisayarın bir blok setinden kesinlikle daha üstün olması gerekmez mi*, diye mantık yürütüyoruz.

Bu ürünler çoğunlukla, yirmi birinci yüzyıldaki gelişimlerinde çocuklara akademik üstünlük sağlayacağını ileri süren bir sunum ve tanıtım malzemesiyle doğrudan pazarlanıyor. Yine de bu pazarlama iddialarının pek çoğu araştırmalarla doğrulanmış değil.



Teknoloji öyle hızlı geliyor ki ebeveynlerle eğitimciler buna ayak uydurmakta zorlanıyor.

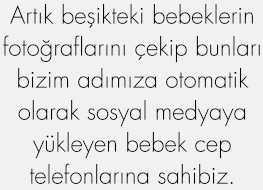
Yine küçük çocukların ebeveynlerine yönelik geliştirilmiş bir cihaz ve ürün bolluğu var. Artık beşikteki bebeklerin fotoğraflarını çekip bunları bizim adımıza otomatik olarak sosyal medyaya yükleyen bebek cep telefonlarına sahibiz. Bebeğimizin ateşini ölçüp uyku düzenini takip eden dahili teknolojiler barındıran, modifiye edilmiş bebek tulumları var.

Çocukları cezbedip lazımlığı kullandıkları için onları ödüllendirmeyi amaçlayan, lazımlığa monte edilmiş bir tablettan oluşan iPotty bile var. (Şahsen, dokunmatik ekranlı bir cihazla tuvalet eğitimi düşüncesi beni dehşete düşürüyor – olası hijyen sorunları şöyle dursun, yapılması gereken tüm o fazladan temizliği düşünsenize!)

Teknolojikleştirilmiş bir diğer geleneksel bebek ürünü de Fisher-Price Apptivity Koltuğu. Ortalama altı aylık ve üstü çocuklar için tasarlanmış bu bebek zıp zıpında, bebeğin yüzünün tam karşısında asılı duran bir tablet var. Cihazla gelen uygulamalar kü-

çük bebeklere sayılar ve renkler gibi kavramları öğrettiği iddiası taşıyor. Neyse ki bu zıp zıp artık üretilmiyor.

Geçmişte güvendiğimiz saygıdeğer markalar tarafından üretildiğinden bu dijital cihazların küçük çocuklar için eğitim avantajları taşıdığına inanma eğilimindeyiz.



Artık beşikteki bebeklerin fotoğraflarını çekip bunları bizim adımıza otomatik olarak sosyal medyaya yükleyen bebek cep telefonlarına sahibiz.

MEDYA KAYNAKLI TAVSİYE VE KAFKA KARIŞIKLIĞI

Küçük çocukların teknoloji kullanımına ilişkin zararlı etkiler medyada genellikle orantısız şekilde sunulur. Teknolojiyi şeytanlaştırıp çocukların gelişimine zarar verdiğini iddia eden medya manşetlerinin bombardımanı altındayız. Bu manşetler sık sık teknolojinin küçük çocuklar üstündeki olumsuz etkilerini kınar; özellikle de bunu siber-güvenlik, siber-zorbalık, obezite, bilgisayar oyunları ve ekran başında geçirilen tüm zamanla ilişkilendirerek yaparlar.

Medya manşetlerini meşgul eden ve ebeveynlerin dikkatini çeken (çünkü buna müsaittirler) şok taktikler, *bütün* teknolojilerin küçük çocuklar için zararlı olduğuna ve bunun bir sonucu olarak

da uzak durulması gerektiğine bizi ikna eder. Ama bu hikâyenin ardında yatan araştırmalar medyada her zaman doğru biçimde yansıtılmaz ve meşgul ebeveynler olarak bu konu üstüne daha fazla okuma yapmaya genellikle vaktimiz yoktur. Bu da yanlış bilgilenebilmemize sebep olabilir.

Teknolojinin küçük çocuklar üstündeki olumlu etkileri de nadiren haber yapılır. Bunun yerine, verilen tavsiyeler ebeveynlerin endişesini körükleyen, korku ve suçluluk duygusunu artıran, kafa karışıklığına ve iç sıkıntısına yol açan çelişkili şeyler olabilir.

Ebeveynler sağlık uzmanlarından, eğitimcilerden ve başka ebeveynlerden çelişkili tavsiyeler işittikleri için de bocalıyorlar. Bu da sürüp giden teknoloji efsanelerini doğuruyor. Bunlar küçük çocukların teknoloji kullanımını kuşatan yaygın efsaneler, yanlış adlandırmalar ve yanlış bilgilerdir, pek çoğu bu kitapta TEKNO EFSANE AVCISI kutularında incelenip çürütülecektir (aşağıda görüldüğü gibi).

TEKNO EFSANE AVCISI

EFSA NE: Ekran başında geçirilen zamanın “güvenli” süreleri vardır.

GERÇEK: Ekran başında geçirilebilecek günlük zamanı belirleyen ekran zamanı tavsiyeleri vardır gerçekten de. Avustralya’da bunlar:

- ◆ 0-2 yaş: sıfır ekran zamanı
- ◆ 2-5 yaş: günde 1 saat
- ◆ 5-12 yaş: günde 1-2 saat

Ekran başında geçirilen zaman söz konusu olduğunda ebeveynlere çelişkili tavsiyeler verilir. Okullar (ve hatta okulöncesi eğitim kurumları) sınıflara gittikçe daha fazla teknoloji sokarken, sağlık uzmanları ebeveynleri ekran başında geçirilen aşırı zaman konusunda sık sık

uyarır. Bu durum, ne kadar zamanın zararlı olduğu konusunda ebeveynleri serseme çevirebilir.

Mevcut tavsiyelerin ampirik olarak test edilmediği- ne ve bilimsel olarak doğrulanmadığına dikkat etmek önemlidir. Bunlar öncelikli olarak ekran zamanıyla ilişkilendirilen gölge maliyete* dayanmaktadır. Ayrıca televizyon ve DVD'ler gibi teknolojinin pasif biçimleri üstüne yapılan araştırmalara da dayanır. (Ekranların daha interaktif türleri için yapılan araştırmalar halen başlangıç aşamasındadır.)

Mevcut tavsiyeler ayrıca bütün ekranları eşit kabul eder. Böyle bir şey söz konusu olamaz: iPad'de bir hıkâye yaratarak geçirilen bir saat, şiddet içeren bir bilgisayar oyunuyla geçirilen bir saatten nitelik bakımından farklıdır. Skype'ta büyükanneyle konuşmak televizyon izlemekle aynı şey değildir. Bunlar nitelik bakımından farklı deneyimlerdir. Dolayısıyla, sadece kronolojik yaşlarına dayanarak bütün çocuklar için güvenli sayılabilecek kesin, ölçülebilir bir zaman tavsiyesinde bulunmak imkânsızdır. Bu pozitif bilim değildir. Ekranı maruz kalışın güvenli seviyeleri yoktur.

Dahası halihazırdaki Avustralya tavsiyeleri dijital çağda katı ve eski kabul edilmektedir. Avustralya'nın her yerindeki ebeveynler ve eğitimcilerle konuşmalarımın deneyimlediğim şu ki pek çok insan böyle standart kurallar olduğundan bile bihaber. Ebeveynlerle eğitimciler bu tavsiyelerin farkındaysa bile genellikle bunları kabul edilemez ve gerçeğdişı buluyor, sık sık da göz ardı ediyorlar. (Mevcut ekran zamanı tavsiyelerine ilişkin detaylar 10. Bölüm'de daha geniş biçimde incelenmiştir.)

* *Opportunity cost*: Fırsat maliyeti, belli bir tercih yapıldığında diğer alternatiflerin kaybının göz önüne alınmasını ifade eden bir iktisat terimi. (ç.n.)

ÇOK FARKLI BİR ÇOCUKLUK

Gördüğümüz gibi, çocuklarımızın dijital cihazları nasıl kullanması gerektiği konusunda güvenli kararlar vermekte zorlanıyoruz. Bu konuda çok farklı olan kendi çocukluğumuzdan alabileceğimiz hiçbir referans noktası yok ve itimat edebileceğimiz herhangi bir ebeveyn rol modeline sahip değiliz – daha büyük çocukları olan arkadaşlarımızdan yol göstericilik de isteyemeyiz, çünkü çoğu durumda onların çocuklarının bizimkilerle aynı cihazlara ve aletlere erişimi yoktu.

Kendi çocukluğumuza dair fikirlerimizi sık sık romantikleştiririz. Çocuklarımızın kendimizinkilerle aynı türden deneyimleri yaşamasını çok isteriz. Ama pek çoğumuzun aslında büyüme çağında teknolojiyle tanıştığını unutmuş gibiyizdir. Kesinlikle bu kadar fazla değildi ya da çocuklarımızın bugün eriştiği kadar kolay erişemiyorduk ama tümüyle ekransız bir dünyada da yetişmedik.

Televizyon izlediğimizi ya da Atari'de Pac-Man ve Space Invaders oynadığımızı, taşınabilir müzik setimizde ya da Walkman'imizde müzik dinlediğimizi, eğitici dijital kelime oyunları oynadığımızı, Polaroid'imizle ya da tek kullanımlık Kodak kameramızla fotoğraflar çektiğimizi unutuyoruz. (Çektiklerimiz muhtemelen selfi değildi, uzun pozlamalı fotoğrafları bastırmaksa haftalar alıyordu.)

Yine de yeni teknolojiler topluma tanıtıldığında endişe hissetmek gibi doğal bir insani eğilim var. Gerçekten de 1440'ta matbaa makinesi tanıtıldığında sosyal panik yaşanmıştı (hikâye anlatıcılığını ve sözlü iletişimi yıpratacağından korkulmuştu). Televizyonlar ortaya çıktığında da benzer endişeler tekrarlandı.

Hakikaten, Douglas Adams 1999'da *Otostopçunun Galaksi Rehberi*'ni yazdığı anda internetin dünyayı değiştireceği varsayımında bulundu. Ayrıca şöyle yazdı:

1. Doğduğumuzda dünyada halihazırda olan her şeyi *normal* kabul ederiz.
2. Otuz yaşımıza girmeden önce icat edilen herhangi bir şey son derece *heyecan vericidir, yaratıcıdır* ve umuyoruz ki ondan bir kariyer çıkarabiliriz.

3. Otuz yaşımızdan sonra icat edilen herhangi bir şey *eşyanın doğal düzenine aykırıdır* ve bildiğimiz medeniyetin sonunun başlangıcıdır – ta ki yaklaşık on yıl ortalıkta olana dek, o zaman yavaş yavaş aslında olabilir bir şeye dönüşür.

Sadece günümüzde çocukluk artık çok farklı. Biz büyürken, televizyon hakkının elimizden alınması çoğunlukla cezalandırma biçimiydi. Ama artık böyle bir şey söz konusu değil. Miner & Co tarafından 2015'te yapılan bir araştırmaya göre, çocukları televizyon izlemeye zorlamak (bilgisayar oyunu oynamak ya da dokunmatik ekranlı bir cihaz kullanmak yerine) onları disipline sokmanın modern bir yolu. Televizyon artık ikinci sınıf bir ekran sayılıyor.

Çocukluk çok kutsal bir çağ. Ömrümüzdeki eşsiz bir dönem ve kıymetinin bilinip korunması gerekiyor, bu yüzden dijital cihazların bu çok değerli zamanı gasp etmesinden endişe duymamız fazlasıyla doğal.

TEKNO EFSANE AVCISI

EFSANE: Teknoloji, Dikkat Eksikliği Bozukluğu'na veya Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'na yol açar.

GERÇEK: Ekranın Dikkat Eksikliği Bozukluğu'na veya Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'na yol açtığını kesin olarak kanıtlayan bir araştırma yoktur.

Sık görüntü ve içerik değişiminin çocukların dikkatine sekte vurduğuna dair yaygın bir kanı vardır. Bazı araştırmalar aşırı ve/veya uygunsuz ekran kullanımı ile dikkat sorunları arasında bir korelasyon olduğunu ispatlamakla birlikte, teknolojinin kendisinin *dikkat sorunlarına sebep olduğunu* teyit edecek herhangi bir kanıtımız yoktur.

Yine de 2007'de Zimmerman ile Christakis tarafından yapılan araştırmaya göre, şiddet içeren ve eğitici ol-

mayan programlar dikkat eksikliğinin ikincil semptomlarıyla *ilişkiliyken*, eğitici içeriklerin dikkat sorunlarıyla ilişkilendirilmediğini göstermiştir.

Dikkat problemi olan çocuklar, hızlı değişen, art arda ateşlenen veriler sundukları için mi ekranların peşine düşüyor? Ekran temposu ve coşkun enerji onların aktive ve aksiyon iştahını tatmin ettiği için mi bu çocukları çekiyor, yoksa ekranlar zilleri ve düdükleleriyle çocukların dikkat problemi yaşamasına mı sebep oluyor? Bu hâlâ bilinmiyor.

TEKNO-SUÇLULUK

Küçük çocuklar ve teknolojiye dair doğru ve istikrarlı bilginin eksikliği, ebeveynler arasında ahlaki bir paniğe ve bunalmaya yol açmakta. Bu da pek çok ebeveynde kendini tekno-suçluluk ve tekno-utanç olarak gösteriyor.

Tekno-suçluluk terimini bir ebeveyn olarak birinci elden tecrübe ettiğim bir fenomeni anlatmak için ürettim. Mahalle parkında ya da plajda (buralar harika gayri resmi araştırma kaynaklarıdır) sık sık başka ebeveynlerle konuşurum. Eğer teknoloji konusu açılırsa çoğu zaman bir suçluluk ya da mahcubiyet hissi sezerim. “Ah hayır, benim çocuğum televizyon izlemiyor.” Veya, “iPad’i yasakladım. Onlar için hiç iyi değil.” Ve, “Biz çocuğumuzun bilgisayar oyunu oynamasına *asla* izin vermiyoruz.” (Yo, hayır, sohbetin bu noktasında ne iş yaptığımı genellikle söylemem onlara.)

Küçük çocukların genellikle kötü bir şey sayılan ve ne yapıp edip uzak durulması gereken teknolojiyi kullanması çoğunlukla utanç verici bir şey olarak görülür. Ayrıca pek çok ebeveyn, çocuklarının teknoloji kullanımını kabullenme konusunda suçluluk

Küçük çocukların genellikle kötü bir şey sayılan ve ne yapıp edip uzak durulması gereken teknolojiyi kullanması çoğunlukla utanç verici bir şey olarak görülür.

hisseder. Ebeveynlerin gizli gizli şöyle itiraflarda bulunduğunu işitirim: “Ben kötü bir anneyim; çocuğumun televizyon izlemesine izin veriyorum.” Veya, “Çocuğumun iPad’i kullanmasına izin verdiğimde büyük suçluluk hissediyorum.”

Ayrıca başka ebeveynlerden ve *kendi* ebeveynlik dönemlerini nostaljiyle hatırlayan daha yaşlı yetişkinlerden gelen büyük bir kamu denetimi de söz konusudur. Bunu tekno-utanç olarak adlandırıyorum. Bazı ebeveynler, çocuklarına bir ekranı kullanma izni verilerse ya da çocuklarının yanında kendi mobil cihazlarını kullanırlarsa kötü ebeveyn olarak yargılanacağından korkarlar.

Sosyal medyada da ebeveynlerin çocuklarına teknolojiyi kullanma izni verip vermemesi, kendilerinin çocuklarının yanında teknolojiyi kullanıp kullanmaması gerektiğine dair tartışmalar dönmektedir. Bloglarda ve sosyal medya mecralarında yazılanlar çocuklarına teknolojiyi kullandıran ebeveynleri sık sık kınar; bu da ebeveynlerin kendilerinin –ve çocuklarının– dijital alışkanlıklarına ilişkin gereksiz suçluluk hissetmesine yol açar.

ÖRNEK OLAY

Tekno-utanç konusunda neden fazla hızlı davranmamalıyız...

Brad oğlunun doğumundan on bir ay önce işten çıkarıldı. Tek gelir sahibi olarak, ailesinin geçimini sağlama konusunda çok yoğun bir mali baskı hissetti. Brad işten çıkarıldığından beri aktif biçimde iş arıyordu ve her şey umut verici görünüyordu. Bir iş görüşmesinin ikinci turuna seçilmişti, bu da iç rahatlatıcı bir durumdu.

Brad oğlunu oynasın diye mahalle parkına götürmeye karar verdi. Telefonunda bir e-posta bildirimi belirdi ve bu umut verici haberi okumak için hemen gelen kutusuna baktı. İkinci bir görüşme fırsatı kazanma başarısı göstermişti. Brad iş görüşmesinin ertesi gün olduğunu gördü ve bir yandan oyun parkının etrafında emekleyen

oğlunu izlerken, bir yandan da o gün çocuğa bakması için annesine hemen bir kısa mesaj yazmaya başladı.

Parktaki bir büyükanne telefonuyla ilgilenen Brad'i izliyordu. Alçak sesle Brad'e çirkin laflar etti ve iPhone'uyla onun bir fotoğrafını çekip sosyal medyada yayınladı. Kadının onun telefonuna yapışmış, ihmalkâr bir baba olduğunu iddia etti.

Gerçekte yaşanan şeyin bariz biçimde uygunsuz bir sunumuydu bu ama fotoğraf internette yayıldı ve Brad'in saygınlığı kamusal alanda zarar gördü – bu büyükanne belli ki hikâyenin tamamını biliyordu.

DİJİTAL EBEVEYNLİK

Aygıtlarımız sürekli dikkatimizi dağıtıyor. Dijital cihazlar hayatlarımızın mihenk taşları ve çoğumuzun akıllı telefonu ile bağımlı bir ilişkisi var. Hatta nomofobiden, yani telefonumuzun yanımızda olmama korkusundan bile mustarip olabiliyoruz. Gerçekten de, 2013'te yapılmış bir araştırmaya göre, telefonlarımızı günde 150 sefere kadar kontrol edebiliyoruz. Bu, onlarla günde üç saat geçirmeye eşit; bunun ortalama 1,72 saati de sosyal medyada geçiyor.

Her bip sesini ve bildirişi ânında yanıtlamak zorunda hissediyoruz. Çoğunlukla daha yataktan çıkmadan akıllı telefonlarımıza uzanıyor, e-postalara ve sosyal medyaya bakıyoruz. Çocuklarımızın fotoğraflarını çekip bunları sosyal medya sitelerinde paylaşıyor, tıbbi teşhiste bulunması için aile hekimimize değil de Dr. Google'a güveniyoruz.

Daimi bir dikkat dağınıklığı halinde yaşıyoruz. Bu nasıl bir ebeveyn olduğumuzu etkiliyor ve teknolojinin çocukluğu nasıl değiştirdiğinin çoğu zaman gözden kaçan kısmı. Teknolojinin öncelikle ve doğrudan çocuklarımız üstünde bir etkisi olduğunu varsayıyoruz –ki kesinlikle öyle– ama ebeveynliğimizi de şu şekillerde dönüştürüyor:

- ◆ **sharenting (paylaşan-ebeveynlik)** – çocuklarımızın önemli anlarını internette aşırı paylaşmamız.
- ◆ **tekno-ihmal** – dijital cihazlarımıza kendimizi kaptırıp çocuklarımıza yeterli dikkati vermememiz.
- ◆ **anıları kaybetme korkusundan (AKK) mustarip olma** – çocuğumuzun gelişiminin her ânını akıllı telefonumuzla çekmek istememiz ve bu sebeple âni dolu dolu yaşayamamamız.

Bu modern ebeveynlik alışkanlıklarının her biri bu kitap boyunca mercek altına alınacaktır.

BİZİM EKRAM ALIŞKANLIKLARIMIZ NEDEN ÖNEMLİDİR?

Yakın zaman önce gerçekleşen ayna nöronların keşfi, bebeklerimizin ve çocuklarımızın yaptığımız her şeyi neden taklit ettiğini ya da yansıttığını açıklamaya yardım ediyor. Ayna nöronlarımız motor sinirlerimiz boyunca uzanan sinir hücrelerinden oluşan bir ağdır ve başlıca fonksiyonu, görülen her şeyi taklit etmek ya da yansıtmaktır. Gözlenen eylemler daha sonra, o görevi ya da eylemi yapmamız gerektiğinde erişilmek üzere beynimizde depolanır.

Biz insanların, becerileri bu kadar hızlı kapmamızın sebebi budur. Doğumdan itibaren başka insanlarla etkileşimde bulunacak ve onların yaptıklarını taklit edecek şekilde donatılmışızdır. Gerçekten de araştırmalar, henüz on beş dakika önce dünyaya gelmiş bebeklerin, dilini çıkararak ebeveynlerden birini taklit edebildiğini (ve bunu aç olduğu için *yapmaz*) göstermiştir.

Çocuklarımız filmlerde gördükleri süper kahramanların ya da peri karakterlerinin rolüne bu yüzden bürünür – ve biz de çocuklarımızın televizyon, sinema, bilgisayar oyunları, internet siteleri ve uygulamalar aracılığıyla *neler* aldığı konusunda bu yüzden çok dikkatli olmalıyız. Onların beyinleri taklit edecek şekilde hazırlanmıştır.

Çocuklarımızın rol model davranış becerisi, dijital çağda ebeveynliği pek çok yönden etkiler ama özellikle de çocuklarımızın yanında teknoloji kullanımımız etkilidir. Bizim dijital alışkanlıklarımız (sık sık akıllı telefonumuzu kontrol etmemiz veya televiz-

yon izleyerek saatler geçirmemiz) çocuklarımız tarafından *sürekli olarak* dikkatle izlenir ve taklit edilir.

TEKNOLOJİNİN ÇOCUKLARIN GELİŞİMİ ÜSTÜNDEKİ POTANSİYEL TEHLİKELERİ

Bir çocuğun hayatının ilk beş yılı beyin gelişimi için kesinlikle çok kritiktir (aşağıdaki Erken Beyin Gelişimi infografğine bakınız). Kullanılan ve tekrarlanan nöral yolları güçlenir, kullanılmayanlar ise budanıp atılır.

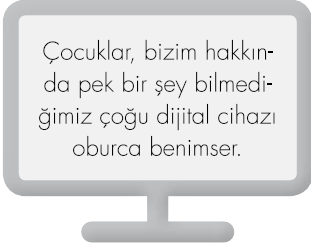
Çocukların teknolojiyle erken yaşlarda tanıştığı ve onunla geçirdikleri zamanın gittikçe arttığı düşünülürse, bu dijital maruz kalışın temel beyin yapısını nasıl değiştirdiğini dikkatle düşünmemiz gerekir. Bir çocuğun erken yaşlardaki dijital deneyimlerinin onun tüm gelişimine, sağlığına ve refahına güçlü bir etki yapacağını göz önünde bulundurmamak zorundayız.



ERKEN BEYİN GELİŞİMİ

Dijital bakımdan aşırı yüklenmiş çocukluğun çocuklarımız için gelişim riskleri taşıyabildiğine dair küçük bir şüphe vardır. Teknolojinin küçük çocuklar için illa zehirli ya da tabu olması şart değilse de onu çocukların gelişim ihtiyaçlarına uygun biçimde kullanmadığımızda –teknolojinin aşırı ya da uygunsuz kullanımının bir çocuğun gelişimini olumsuz etkileyebilmesi söz konusu olduğu için– potansiyel olarak tehlikeyle flört ediyoruz demektir.

Çocuklar, bizim hakkında pek bir şey bilmediğimiz çoğu dijital cihazı oburca benimser. Her tipte teknolojinin bir çocuğun gelişimini nasıl biçimlendirebileceğine dair kesin bilgiye henüz sahip değiliz (unutmayın, iPad daha 2010 yılında ortaya çıktı). Dijital cihazları kullanan küçük çocukların ve ebeveynlerinin uzun vadede fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal bakımdan nasıl etkileneceğine dair pek çok soru hâlâ yanıtlanmış değildir. Bazı



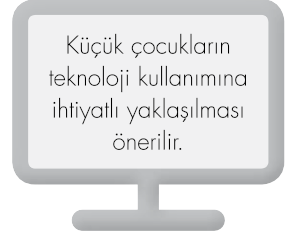
bakımlardan halen sürmekte olan bir deney yapmaktayız. Bu yüzden küçük çocuklara teknolojiyi tanıtırken temkinli ve iyi düşünülmüş bir yaklaşım benimsemeliyiz.

Çocuklar ile teknolojinin sundukları arasındaki ilişki üstüne çalışan bir uzman olan Warren Buckleitner şöyle diyor: “Teknoloji gübre gibi. Doğru zamanda azıcık kullanırsanız bitki serpilir. Çok fazla ya da yanlış türde kullanırsanız bitkiyi kurutursunuz.”

Ama gerçekten *bildiklerimize* odaklanacak olursak, teknolojinin çocukluğu nasıl etkilediğine dair bilgiye dayalı kararlar vermemizi sağlayan kapsamlı bir platforma sahip olduğumuzu görürüz.

Öncelikle, çocukların teknolojinin bazı türlerini nasıl kullandığını bunlara nasıl tepki verdiğine ilişkin elimizde bol bol kanıt var; hele de televizyon ve bilgisayar oyunları gibi daha geleneksel tipte teknoloji söz konusu olduğunda. Daha interaktif ekranların –özellikle ekran zamanı ve medyanın içerik tasarımıyla ilgiliyse– olası etkisi üstüne hipotez oluşturmak için çoğunlukla bu araş-

tırma temelinden yararlanıyoruz. Yine de daha interaktif, komp-
like ekranlar (tablet cihazlar ve interaktif oyun konsolları gibi)
çocuklarda farklı düşünce ve tepki biçimleri ortaya çıkarır. Bu da
daha geleneksel tipte teknolojiye dair ya-
pılan araştırmaları, interaktif teknolojilerin
baskın olduğu mevcut dijital ortama uyar-
lamanın her zaman uygun bir tutum olma-
dığı anlamına gelir.



İkinci olarak, gelişim bilimi ile nöroloji alanlarında, çocuk gelişimi üstüne önemli bir araştırma külliyatına sahibiz. Elimizde çocukların temel, değiş-
mez, gelişimsel ihtiyaçlarına dair istikrarlı ve kapsamlı bir resim
var. Ben bunları bir çocuğun gelişimi için elzem yedi yapıtaş ol-
arak adlandırıyorum ve bunların her biri bu kitapta incelenecektir.
Bir çocuğun teknolojik deneyimlerini onun gelişim ihtiyaçlarıyla
eşleştirdiğimizde, ekran başında geçirdikleri zamanın onların sağ-
lığına ya da gelişimine halel getirmediğinden emin olabiliriz.

Psikologlar, ebeveynler, çocuk gelişimi uzmanları, eğitimciler,
tıbbi uzmanlar ve yardımcı sağlık uzmanları endişelerini belirtir-
ken fikir birliği içindedir. Küçük çocukların (özellikle de iki yaş
altındakilerin) teknoloji kullanımına ihtiyatlı yaklaşılması önerilir.

Ekranların çocukların gelişimi üstündeki etkisine dair daha
kapsamlı bir manzara edinene dek küçük çocukların ekran alış-
kanlıkları konusunda dikkatli ve tedbirli olmalıyız. Amansız ve
her yerde bulunan ekranların küçük çocuklarımızın yaşamlar-
ında, fiziksel, sosyal-duygusal ve bilişsel gelişimleri üstündeki
olumsuz etkiler dahil olmak üzere olası riskleri vardır. Teknoloji
şunlara sebep olabilir:

- ◆ **Geleneksel gelişim gidişatının sekteye uğraması** – 2. Bölüm’
de daha detaylı inceleneceği üzere, beyin sıfırdan öğrenecek bir
yapıya sahiptir. Gelişim beynin duyuşsal ve motor bölgelerinde
başlar (beynin primer bölgesi) ve zaman içinde yavaşça pref-
rontal kortekse (beynin, dürtü kontrolü ve işler bellek gibi üst
seviye becerilerinin yer aldığı kısmı) ilerler. Uzmanlar teknoloji-
nin beynin duyuşsal bölgesini, prefrontal korteks seslerin ve gö-

rüntülerin dijital hücumuyla başa çıkmaya hazır olmadan önce, potansiyel olarak aşırı uyarabileceğinden endişelenmektedir.

- ◆ **Temel gelişim deneyimlerinin yerini alması** – eğer teknoloji çocuklarımızla ve onların yanındayken gerektiği biçimde kullanılmazsa, ilişkileri, dille karşılaşmaları, uykuları, oynamaları ve fiziksel hareketlilikleri tümüyle zarar görebilir. (Unutmayın ki yetişkinler olarak bizlerin teknolojiyi nasıl kullandığı, çocuklarımızın onunla ne yaptıkları kadar önemli.)
- ◆ **Zararlı içeriğe maruz kalma** – çocuklar sık sık, zamansızlığımız ya da onların internette tam olarak ne yaptığını ve doğal riskleri anlayamamamız nedeniyle, yetişkinler tarafından yeterli derecede gözlenmeyen dijital oyun alanlarında oynar. Pornografiye, şiddet çekimlerine, korkutucu içeriğe ya da sağlıksız beden görüntülerine maruz kalmak çocuklarımızın gelişimini olumsuz biçimde etkileyebilir.
- ◆ **Sağlık riskleri** – teknolojinin çocuklar için tehdit oluşturabilecek pek çok fiziksel ve gelişimsel riskleri vardır. Her ne kadar elimizde henüz kati bilimsel kanıt olmasa da aşırı ve uygunsuz ekran kullanımı çocukların kilosunu, uykusunu, görmesini, işitmesini ve duruşunu etkileyebilecek olası riskler barındırır (kitap boyunca bunların hepsinin üstünde durulacaktır). Ayrıca, küçük çocukların sürekli kablosuz ağlara maruz kalmasıyla ilişkilendirilen potansiyel sağlık sorunlarına dair artan endişeler bulunmaktadır (bu konu 11. Bölüm’de daha detaylı incelenmiştir).

Söz konusu çocuklar olduğunda teknolojinin dikkatle seçilip idare edildiğinden emin olmalıyız. Teknolojileri küçük çocukların öğrenme ve gelişimiyle orantılı biçimde erişilebilir kılarken, kendimizi de sağlam rol modeller olarak ortaya koymamız gerekir.

TEKNOLOJİNİN ÇOCUKLARIN ÖĞRENME VE GELİŞİMİNE YAPABİLECEĞİ OLUMLU ETKİ

Küçük çocukların teknolojiyi kullanmasının pek çok faydası olduğunu kabul etmek önemlidir. Teknoloji, çocukların öğrenmesinde yeni imkânlar sağlar. National Association for the Education

DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK

KRISTY GOODWIN

Dijital bir denizin içindeyiz. Deniz sürekli değişiyor ve yüzmenin olanakları her seferinde yeniden keşfediliyor. Ebeveynler olarak bu denizde ilerlemeye çalışırken çocuklarımızı nasıl yönlendireceğiz? Peki ya onlar bizden daha becerikliyse... Onları olası tehlikelerden nasıl koruyacağız?

Dijital Dünyada Çocuk Büyütmek bu soruların yanıtlarını arıyor.

- Çocukların teknolojiyi nasıl kullanacağına dair bilinçli kararlar vermek,
- teknoloji ve çocuk gelişimi konularında en son bilgi ve araştırmalara erişmek,
- ipuçları, ince müdahale ve araçlarla pratik uygulamaları öğrenmek
- ve bunları uygulayabilmek için gereken inanca sahip olmak istiyorsanız bu kitap sizin için.

Çocuğunuzu ekran başından kaldırmak için bağırmanıza gerek kalmayacak. Kalktığı anda öfke nöbetlerine dönüşen kavgalar son bulacak. Çocuğunuzla ilişkinizi yeniden kuracak ve teknolojiye beraberce ayak uydurmanın keyfine varacaksınız.

Çünkü artık çocukların dijital dünyadan uzak durması mümkün değil.

İngilizceden çeviren
Tülin Er



₺ 29

ISBN 978-605-2389-69-0

