



2019-2020

0

Sınıf Rehber Öğretmeni Bilgilendirme Kitapçığı 1



Rehberlik Servisi

ÇOCUK VE BİLGİSAYAR

Bilgisayar ve İnternet...

Artık her evde, okulda, kurumda vazgeçilemeyecek kadar önemli olan ihtiyaçlar...

Hatta bazıları için tıpkı bir el, ayak, göz gibi bir organ...

Kısacası 21. yüzyılın dünyasında bilgisayar ve internet olmazsa olmazlarımızdan oldu.

Şöyle bir düşünelim;

Bilgisayarın olmazsa olmaz olup olmadığı ile ilgili bir değerlendirme yapmaya çalışalım.

Eve geliyoruz, bazen yemek, içmek bilmeden bilgisayarımızın başında buluyoruz kendimizi.

Çalıştığımız kurumlara gidiyoruz, bazen arkadaşlarımızla

“merhabalaşmadan” ilk önce bilgisayarımızı açıyoruz.

Bazen, dışarılarda dolaşırken karnımız açken bile açlık nedir hissetmeden kendimizi internet kafelerde buluyoruz.

Bunlar inanın 21. yüzyıl dünyasında artık hiç kimsenin yadırgayamayacağı şeyler oluverdi birdenbire.

Hayatımızın odak noktalarından bir tanesi haline gelen bu teknolojik gelişmelere yaşamımızda ne kadar ve nasıl yer vermek doğru olacaktır?

İsterseniz bunu birlikte değerlendirmeye çalışalım:

Çocukluktan itibaren bir takım alışkanlıkların kazanılmaya başladığını düşünürsek, bilgisayar kullanımı ve internet ile ilgili olarak da küçük yaşlardan başlanarak bazı tedbirler alınabilir ve bu şekilde teknolojik gelişmeler orantılı bir şekilde hayatımızda yer alabilir.

Bilgisayar, çocuklarımızın zekâsını ve araştırmacı yönünü geliştirmesi açısından oldukça faydalı bir araçtır. Ancak her şey gibi bilgisayarında fazlası fayda yerine zarar getirebilmektedir.

Okul döneminde ve yaz tatilinde bilgisayarın önünden kalkmayan çocukların bu alışkanlığını düzenli ve faydalı hale getirmek için neler yapmamız gerekir?

Öncelikle şunu bilmekte fayda vardır.

Günümüzde insanlar, çocuklarının bilgisayar kullanımından değil, bilgisayarın fazlaca, yaşamımızı etkilercesine ve bilgisayar kullanımının bağımlılık derecesine ulaşmasından rahatsızlık duymaktadırlar.

Sözelimi, çocuğunuzun her geçen gün bilgisayar başında geçirdiği süre artıyorsa, başka işlerle meşgulken bile bilgisayarını özlüyorsa, bilgisayar dışında hiçbir faaliyeti önemsemiyorsa, sırt, bilek, baş ağrısı gibi fiziksel sıkıntılar yaşanmaya başlanmışsa yavaş yavaş kendini göstermeye başlayan bir bağımlılıktan söz edilebilir.

Bu anlamda bilgisayarın doğru ve olması gerektiği kadar kullanımı konusunda anne babalara önemli görevler düşmektedir.

Öncelikle bilgisayarın hangi amaçlar için evde bulunduğunu çocuklarımıza açık bir şekilde anlatmak zorundayız.

Sözelimi, derslerine yardımcı olması için, eğitici ders programlarından yararlanman için, teknolojik gelişmelerden haberdar olman için gibi...

Yine, internet kullanımı ile ilgili dikkat edilmesi gereken önemli bazı noktalar vardır.



**güvenli
internet**

ÇOCUK VE BİLGİSAYAR



Özellikle, internet ortamlarında çocuğunuzun güvenliğini sağlamak ve zararlı içeriklerden korumak için güvenlik ve filtreleme programlarından yararlanın.

Çocuğunuzun internette tanımadığı kimselerle sohbet etmesinin sakıncalarından bahsedin.

Özellikle bazı sitelerde, çocuklar için popüleritesi yüksek programlar sunularak(oyun gibi) çocuk ve anne babasıyla ilgili bilgiler alınmaya çalışılmaktadır.

Bu noktada çocuğumuza, internette tanımadığı sitelerde, tanımadığı kimselerle konuşmaması ve onlarla herhangi bir doğum tarihi, gittiği okul, okul numarası, ev adresi, ev telefonu gibi bilgileri paylaşmaması gerektiğini belirtmeliyiz.

Eğer ki bu tür çocukla ilgili bilgileri almak isteyen kimseler olursa ya da internet ortamında sohbetlerde çocuğunuzun rahatsız eden görüntü, ses ve yazılar olduğu takdirde hemen bulunduğu internet ortamından çıkmasını ve size haber vermesini isteyin.

Çocuğunuzun internette ne tür aktivitelerin içerisinde yer aldığının takipçisi olun.

Özellikle bilgisayar ve internetin çocuğun odası gibi ders çalışma faaliyetlerini olumsuz yönde etkileyebilecek bir yerde olmamasına özen gösterin.

Yine bilgisayar ve internet evde ortak kullanım alanlarında olursa, bu şekilde çocuğunuzun bilgisayarda neler yaptığını görme şansınız olacaktır.

İnternet kullanımı konusunda çocuklarınıza doğru rol model olun.

Bilinçli ve güvenli internet kullanımını öğrenin ve bunu kendi hayatınızda uygulayın.

Evde bilgisayar kullanımı için koyduğunuz kurallara kendiniz de uyun.

Çocuklarınızın internette, özellikle sosyal paylaşım sitelerinde kullanılan yazım kurallarına uygun olmayan ve kabaca kullanılan dilden uzak durmalarını, onlardan kibar ve güzel bir Türkçe kullanmalarını isteyin.

Aile içerisindeki sıcak iletişim ortamının kopmamasına özen gösterin.

Ve çocuğunuza yaşadığı her türlü sorunda bunları sizinle paylaşabileceği mesajı verin.

Çünkü evde çocukla yaşanan iletişim kopmalarında çocuk aile içerisinde bulamadığı iletişimi, sevgiyi ve güveni dışarıda arayabiliyor.

İnternette tanıştığı kişilerde bu sıcaklığı bulabiliyor ve çocukça duygularıyla bunlara kanabiliyor.

Bu da çocuklarımızın ellerimizin arasından kayıp gitmesine sebep olabiliyor.

Bu anlamda aile içerisinde çocukla kurulabilen iletişim çok önemlidir.

Çocuklarımızdaki sosyal becerileri geliştirebilmek adına aile içi sohbet saatleriniz olsun ve bütün aile üyeleri bir arada bir takım şeyleri paylaşın, konuşun.

Bilgisayarı çocuk için bir ödül gibi kullanın.

Çocuğunuzun belli sorumluluklarını yerine getirmesinin ardından(örneğin, ödevlerini yapması) bilgisayarla ilgilenmesine müsaade edin.

Çocuğunuzun evde bilgisayar başında vakit geçirmesinden önce arkadaşlarıyla olan iletişimini destekleyin.

Bilgisayar hayatımızın her basamağında yer edinmiş olan önemli bir gereç.

Ancak burada önemli olan şey, onu doğru zamanlarda ve doğru yerde kullanabilmektir.

Bilinçli ve faydasına olacak gelişmeler için bilgisayarı kullanan bireyler yetiştirebilmek ve bireylerden olabilmek dileğiyle.



DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU (DEHB)

Değerli öğretmenler; sınıfınızda DEHB li öğrenciniz bulunabilir. Bu kitapçık bir rehberdir ve öğrencinizin sorununu, daha iyi anlayabilmenizi, gerekli yardımı ona verebilmenizi sağlamayı amaçlar.

DEHB olan her çocuğun sorunları temelde aynı olmasına karşın, açığa çıkışı çocuktan çocuğa farklılık gösterir. Tedavi de her çocuğa özeldir.

DEHB NEDİR?

DEHB çocukluk çağının en sık görülen psikiyatrik bozukluklarından biridir. DEHB olan çocuklar, aşırı hareketlidir, dikkatleri çabuk dağılır, engellenmeye ve beklenmeye tahammülleri yoktur. Sabırsızdırlar, kolay uyarılabilirler, çabuk kızar, hareketlenir ve kolay incinirler.

Yetişkin dönemde de yakınmalar hafifleyerek ve şekil değiştirerek devam eder.

DEHB tanısının konulabilmesi için, belirtilerin bazılarının 7 yaşından önce başlaması, en az 6 aydan beri devam ediyor olması ve yine en az iki ortamda (okul ve evde) sürüyor olması gerekir.

DEHB tanısı, çocuk ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğinde, uzman bir ekip (çocuk psikiyatristi, klinik psikolog ve özel eğitim uzmanı) tarafından konulur.

DEHP tanısının konulabilmesi için çocuğun doğumundan bugüne bütün geçmiş öyküsü ve babadan alınır.

Öğretmen değerlendirmesi istenir, okul başarısına ilişkin bilgi alınır. Zekâ değerlendirmesi ve nörolojik muayenesi (EEG tetkikini de içeren) yapılır.

DEHP daha çok erkek çocuklarda görülür.

Eğer öğrencinizde DEHB varsa duygusal sorunlar (üzüntü, kızgınlık, endişe), sosyal sorunlar (kendi yaş grubundan beklenen davranışları gösterememe), arkadaş ilişkilerinde sorunlar, kurallara uyamama ve uygun olmayan arkadaş tercihleri ile anne baba ve kardeşlerle sorunlar görülebilir.

BELİRTİLER NELERDİR?

* DEHB gösteren çocukların dikkat süreleri yaşlarına uygun değildir ve çabuk dağılır.

* DEHB olan çocuklar yerlerinde duramazlar, kıpır kıpırdırlar sıklıkla hareketler amaçsızdır.

Bu çocuklar sık sık ellerini kollarını sallayıp parmak şaklatırlar.

Buldukları yere vurarak, dokunarak ritmik sesler çıkarırlar. Huzursuzdurlar. TV seyredirken ders çalışırken, oyun oynarken pek çok şeyle birden ilgilenirler.

*Bir aktiviteye uzun süre katılma, dinleme ve pekiştirme becerileri pek yoktur.

*Dinlemekte güçlükler vardır, dinleyemezler.

*Bir hareketi yapmadan önce sonuçlarını düşünemez ya da fark edemezler. Ancak hareketlerinin sonunda yapılmaması gerektiğini fark edebilirler. Örneğin öğretmen soru sorduğunda daha soruyu bitirmeden cevap verirler. Aniden yola araçlarını önüne çıkabilir, çevreden uyarılınca da hemen alınıp üzülürler.

*Israrcı ve savunucudurlar. Yüksek sesle konuşurlar.

*Eşyalarına sahip çıkamazlar, sık sık bir şeyler kaybederler.

*Yetişkinlerle olan ilişkilerinde kurallara uymakta zorlandıkları için sorunlar yaşarlar.

*Zekâ düzeyleri normal ve normale yakın olmasına karşın okulda başarılı olamayabilirler. Okula ilk başladıklarında aşırı hareketlilik ve dikkat dağınıklığı davranışlarıyla kendilerini gösterirler. Eğitimin ilerleyen aşamalarında sınıfta oturmakta güçlük çektikleri, dikkatlerini öğretmenin anlattıklarına yoğunlaştırmadıkları için okulda edinilmesi gereken bilgiyi takip edip kazanamazlar. İleriki sınıflarda bu durum çocuklarda güvensizlik, bıkkınlık ve bezginlik gibi duygusal sorunları ortaya çıkarabilirler.



*DEHB'na sıklıkla öğrenme güçlüğü eşlik eder.

Özellikle matematiği anlama, kavrama ve çözümede zorlanırlar.

Büyük bir hevesle derse veya herhangi bir etkinliğe başlar ve çok başarılı olmayı isterler. Ancak, düzenli ders çalışma becerilerinin olmaması, organize olamama ve dikkatlerinin çabuk dağılması nedeniyle başarılı olamazlar.

*Kendilerini yetersiz, başarısız ve güvensiz hissederler.

Tedirgin ve kaygılıdırlar. Sıklıkla evde ya da okulda “tembel ve yaramaz” sözcüklerini işitirler.

Genellikle öğretmenlerinin kendilerine taktığı için böyle kötü davrandıklarını ileri sürerler.

Öğretmenlerinin daha yaramaz ya da tembel oldukları halde başka öğrencilerine böyle kötü davranmadıklarını, oysaki o öğrencilerin daha fazla sınıf düzenini bozmakta olduğunu söylerler.

*Bu çocukların yaş grubu içinde uyumu yoktur. Hemen heyecanlanır, engellemeye katlanamazlar. Kendilerine haksızlık yapıldığını düşünürler. Yanlışları ve hatalarını kabul etmezler.

DEHB olan çocukların, %75'inde yaş ilerledikçe hiperaktivite, kolay uyarılabilirlik ve dürtüsel davranışlar en aza inerek tamamen ortadan kalkar. Ancak dikkat eksikliği yaşam boyu devam eder.

DEHB'DEKİ ROLÜNÜZ:

Uygun yardımla DEHB'li çocuk aşırı hareketlilik, dikkatsizlik, dürtüsellik olmadan hayatında devam eder.

Kendilerine güvenleri ve kendilerini kontrol edebilme yetenekleri artar. Sizin yardımınız olmadan ailelerin çocuklarına yardım etme şansları daha faz olacaktır.

*Eğer doktor sınıfımızdaki bir çocuğa bu sorundan dolayı ilaç tedavisi uyguluyorsa gözlemlerinizi sizinle görüşmek isteyebilir. Aşırı hareketli çocuklarda çocuğun hareketlerinde bir azalma olup olmadığına bakabilirsiniz. Kolay dikkati dağılan çocuklarda ise dikkat süresinde uzama olup olmadığına bakabilirsiniz.

*Dikkatleri kolay dağıldığı için öğrenciyi size yakın bir yerde, ön sıralarda aynı zamanda kendine iyi örnek olabilecek bir arkadaşının yanına oturabilirsiniz. Bu çocuklar dikkatlerini uzun dönem sürdürmediklerinden, onlara verilen görevlerin onların yapabilecekleri şekilde uygun parçalara ayrılması, performanslarını arttıracaktır.

Etkinliğini sürdürebilmesi için aralıklı olarak göz göze gelip, omuzuna dokunarak uyarılar verebilirsiniz.

Ev ödevlerinin miktarını azaltabilirsiniz. Bu öğrencilere yönerge verirken açık ve net bir dil kullanmalı ve söylediğinizin öğrenci tarafından anlaşıldığından emin olmalısınız.

*Dürtüsel davranışları olanların ufak tefek uygunsuz davranışlarını görmezden gelebilirsiniz. Kendini denetleyebildiği, uygun şekilde davrandığında hemen o anda doğrudan kendisini övebilir, ödüllendirebilirsiniz. Örneğin elini yalnızca amaca uygun kaldırdığı zaman yanına giderek onu övebilirsiniz.

Uygunsuz davranışlarını ani tepkiler göstermeden, azarlamadan, eleştirmeden ihtiyatla kınayabilirsiniz.

Bu öğrencilerin cezalandırmak amacıyla dersten dışarı çıkartılması uygun bir yöntem değildir.

Çünkü bu çocuklar derste sıkıldıklarından bu ceza onlara ödül gibi olacaktır.

*Aşırı hareketliliği için, eğer yaptığı işi aceleci ve özensiz yapmışsa tekrar kontrol etmesini isteyebilirsiniz. Sırada uzun süre oturmak bu çocukla için oldukça zordur.

Ara vermesi için fırsat tanıyabilir ve hareketliliğini olumlu bir şekilde kullanmasını öğretebilirsiniz. Görevleri sırasında kısa molalar vermesine izin verebilirsiniz.

*Sosyal zorlukları da olabileceği için, bu çocuklara güven vermeye ve cesaretlendirmeye özen göstermelisiniz. Olumlu davranışlarını, çalışmasını, dürtüsellikliğini kontrol edebildiği anları sıkça övebilir, uygun davranışlarını sınıfta arkadaşlarına alkışlatabilirsiniz.

Okul dışı ilgileri ve başarıları için aileyle sıkça görüşebilir ve eve olumlu yazılar mesajlar gönderebilirsiniz.

Yaşlıları arasındayken öğrenciyi özel sorumluluklar verebilir böylece diğer öğrenciler tarafından olumlu bir açıdan değerlendirilmesini sağlayabilirsiniz.

Öfkesini denetlemekte zorluğu varsa, yumuşak bir tarzda konuşarak onu ortamdaki uzaklaştırabilirsiniz.

*DEHB olan çocuklar genelde yapılandırılmış, net şekilde beklentiler ve sınırlara en iyi şekilde cevap verirler. Uygun yardımla bu çocuklar kendilerine güvenen, gerektiğinde kendilerini kontrol edebilen, başarılı bireyler olabilirler. Bu çocukların avukatı olmalı ve aktif olarak çocuğun ihtiyaçlarını fark edebilmelisiniz. Sizin yardımlarınızla doktor aile öğretmen işbirliğiyle DEHB'li çocuklar güçlüklerinin üstesinden gelebilecek; hayatlarını sağlıklı, mutlu, üretken insanlar olarak yaşayacaklardır.



DEHB VE ÖZGÜL GÜÇLÜĞÜ (ÖÖG)'NÜN BENZER VE FARKLI YÖNLERİ

DEHB ve ÖÖG iki ayrı alandaki güçlüğü tarif eden farklı bozukluklardır.

Unutulmamalıdır ki DEHB ile ÖÖG birbirinden farklı iki bozukluğu ifade ettiği gibi bir arada görüldükleri durumlar da olabilir.

Gerek ayrı, gerek bir arada görülseler de iki bozukluğu ayırt eden özellikler vardır.

DEHB olan çocukların bir özelliği ÖÖG olan çocuklarda görülse de, DEHB bir ÖÖG değildir.

DEHB gösteren çocuklarda her alandaki işlevler etkilenirken, ÖÖG olan çocukların güçlükleri tek bir alan ya da birkaç alanda sınırlı olabilmektedir.

Örneğin: ÖÖG gösteren çocukların sadece okuma becerilerinde, sadece aritmetik becerilerinde işlev bozukluğu görülebilmektedir.

DEHB gösteren çocuklar, özellikle aşırı hareketlilik ön plandaysa, küçük yaşlarda problem olarak fark edilirler.

ÖÖG gösteren çocuklar ise, okul çağında zihinsel kapasitelerinden beklenen okul başarılarını gösteremediklerinde ve buna ilave olan uyum ve davranış problemleriyle fark edilmeye başlarlar.

ÖÖG daha çok okul çağında çocuklarda görülen bir bozukluk olarak tanımlanmasına rağmen ömür boyu devam eder. DEHB de yaş ilerledikçe aşırı hareketlilik azalır, ancak dikkat eksikliği belli ölçülerde devam edebilir.

ÖÖG'de sık görülen belirtiler:

Dikkat dağınıklığı, öğrenmek için gerekli bilişsel stratejileri kullanamama, motor beceri sorunları, ifade edici dil sorunları, yazılı anlatım ve matematik becerilerinde güçlükler ve sosyal uyum sorunlarıdır.

DEHB'da çoklukla dil sorunları yoktur.

Kaba motor aktivitelerden ziyade, ince motor becerilerinde güçlükler yaşarlar.

Örneğin düğme açıp kapamada, ayakkabı bağcıklarını bağlamada, kâğıt kesme faaliyetlerinde zorlukları vardır.

Her iki durumda da dikkat sorunu gözlenmesine karşılık farklı boyutlardadır.

Dikkat seçici dikkat ve dikkatin sürekliliği olarak iki boyutta incelenebilir.

Seçici dikkati iyi olan kişiler sadece ilgilenmeleri gereken şeyle ilgilenirken, dikkati dağınık kişiler çevrelerindeki her şeyle ilgilenirler.

ÖÖG olan çocuklar seçici dikkat sorunlarını DEHB olan çocuklara göre daha sık yaşarlar. (Seçici dikkatleri daha yetersizdir)

Örneğin ders çalışırken bir konuda yoğunlaşmaları gerekli olan noktaları ayırtlayamazlar.

Dağınık bir çekmecede bir nesneyi ya da çantalarında ki kalemi bulmakta güçlük çekerler.

Dikkatin sürekliliği belli bir süre ilgilenilen konuya dikkatin yoğunlaştırılması demektir.

ÖÖG olan çocukların bu becerilerinde yetersizlik olmamasına karşın, DEHB olan çocuklar uzun süre bir materyalle uğraşmakta zorlanırlar.

Her iki grupta da sosyal uyum sorunları yaşanır.

Özetlersek: Her iki grupta görülen okul başarısızlığı:

ÖÖG'de yapısal ve sinir sistemindeki işlev bozukluğuna bağlı olarak (görsel-işitsel-dokunsal algı, ayırtlaştırma, bellek alanlarında) ortaya çıkmaktadır.

Bu çocuklar kelimelerdeki harf ve heceleri tanıma ile ayırım yapmakta güçlük çekerler.

Örneğin: "daha" kelimesini "baha" olarak yazabilir, "koç" kelimesini "çok" diye okuyabilirler.

DEHB'de ise başarısızlık bir duruma veya konuya yoğunlaşma (konsantrasyon) güçlüğü nedeniyle okulda öğrenilmesi gereken bilgiyi edinememe, verilen görevleri zamanında yapamama, organize olamama ve kendilerinden isteneni sırayla yapmada sabredememe ile açıklanabilir.



ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ VE ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN ÖĞRENCİLER İÇİN;

- ◆ Öğrencinizi tahtayı ve sizi rahat görebileceği şekilde sınıfın ön tarafına oturtun.
- ◆ Öğrenciye her dersin konusu, süreci, beklentilerinizi açık net olarak ifade edin.
- ◆ Her dersin başında daha önce öğrenilen konuları kısaca tekrarlayın, dersin sonunda ise önemli konuları özetleyin.
- ◆ Ders içeriğindeki teknik terimleri ve çocuk için yeni sözcükleri açıklayın, yeni terim ve sözcüklerin açıklamasının yer aldığı çalışma kâğıdını ders öncesinde öğrenciye vererek derse hazır olmasını sağlayın.
- ◆ Sınıf kurallarını belirleyin, sınıf kurallarını tek tek öğretin ve kuralların yazılı/görsel olarak yer aldığı bir pano hazırlayın.
- ◆ Öğrencinin çalışma gruplarına katılımını destekleyin.
- ◆ Öğrenciye başarabileceği görev ve sorumluklar verin.
- ◆ Öğrencinin soru sormasına, gerektiğinde konularının tekrar edilmesine fırsat tanıyın.
- ◆ İşlenen konuların pekiştirilmesi ve öğrencinin sınava hazırlanmasını sağlamak amacıyla konu içeriğine uygun sorular hazırlayın.
- ◆ Ders anlatımında jest ve mimikleri kullanın, abartılı jest ve mimiklerden kaçının.
- ◆ Öğrenciniz etkinlik sırasında başarısızlık yaşadığında ya da verdiğiniz yönergeyi anlayamadığında verdiği tepkileri dikkate ederek gerekli önlemleri alın.
- ◆ Dersi anlatırken çok uzun ve karmaşık cümlelerden kaçının.
- ◆ Araştırma projesi, sınıf içi sunum, grup çalışması gibi farklı yöntem ve tekniklerle derste işlenen konuları daha iyi anlamasına imkân tanıyın.
- ◆ Sınıf içinde öğretimi etkileyecek ses, ışık gibi uyaranların olmamasına dikkat edin.
- ◆ Sınavlarda öğrencinize ek süre verin.
- ◆ Öğrenciniz yazılı anlatımda güçlük yaşıyorsa sözlü sınavları, kısa yanıt ve boşluk doldurmalı sınavları tercih edin.
- ◆ Öğrencinin sınavını gerekirse bireysel olarak yapın.
- ◆ Sınava başlamadan önce öğrencinin sınav sorularını anlayıp anlamadığını kontrol edin, sınav sorularını kendi cümleleri ile ifade etmesine imkân tanıyın.
- ◆ Matematik, fen ve teknoloji gibi derslerde sınav sonuçlarını değerlendirirken, yalnızca sonuca değil, yaptığı işlemlere de puan verin.
- ◆ Öğrencinin ders sırasında konuyu anlayabilmesi için hesap makinesi, bilgisayar vb teknolojik aletleri kullanmasına imkân tanıyın.
- ◆ Sınav sonrasında zaman kaybetmeden öğrenciye geri bildirim vermeye dikkat edin.
- ◆ Öğrenci ile konuşurken olumsuzdan çok olumlu ifadeler kullanın.
- ◆ Aile ve uzmanlarla iş birliği yaparak öğrencinize yönelik alınacak önlem ve stratejileri belirleyin.
- ◆ Öğrencinizi kendi içinde gösterdiği gelişme ile değerlendirin ve öğrencinizin yapamadıklarına değil yapabildiklerine yoğunlaşın.
- ◆ Öğrencinizin başarılarını anında ödüllendirin.
- ◆ Sosyal iletişimin ve etkileşimin artırılması amacıyla öğrencinizin sınıf arkadaşlarıyla uyum sağlaması için etkinlik planlayın ve bu etkinliklere katılmalarını sağlayın.
- ◆ Öğrencinin okula uyumda yaşadığı güçlüklerin üstesinden gelmesi için okul rehber öğretmeni ve aile ile iş birliği yaparak alınacak önlemleri belirleyin.



KAYNAŞTIRMA ÖĞRENCİNİZ İÇİN NE YAPMALISINIZ?**a) Sınıf içinde yapılması gerekenler;**

1.Sınıf içindeki diğer öğrencileri kaynaştırma öğrenciniz ile ilgili bilgilendirin.

Örn: Onunla ilgili masal anlatabilirsiniz. Masalla ilgili sorular sorun cevaplatırınve mümkünse masalı drama yaptırın. Ve ardından özelliklerini diğer öğrencilere sıralattırın.

2. Diğer öğrencilerden beklentilerinizi açıklayın.

3. Kaynaştırma öğrencinizden de beklentinizi açıklayın.

4. Normal öğrencilere de ondan beklentilerini sıralattırın.

Yukarıda yazılanları kaynaştırma öğrenciniz sınıfta yokken yapın!

1.ÖĞRENCİNİZİN SEVİYESİNİ BELİRLEYİN:öğrenciniz neyi biliyor ya da bilmiyor bunların belirlenmesi gerekiyor. Bunu içinde aileden bilgi alabilirsiniz. Ya da daha önceki yazılı kâğıtlarına, dosyalarına bakabilirsiniz.

Örn: matematikte ritmik sayabiliyor. Ancak, temel dört işlem becerilerini gerçekleştiremiyor. Türkçe’ de okuma kazanılmamış. Ancak, bakarak yazma kazanılmış.

2. ONA ÖZEL PLANINIZI HAZIRLAYIN: Kaynaştırma öğrencinizle neyi, ne kadar süre ve nasıl çalışacağınıza karar verin. Örn: Türkçe dersinde okuma çalışmasını her Türkçe dersinde kendi gözetiminizde 10 dakika çalışabilirsiniz.

3. ÖĞRENCİNİZLE ÇALIŞMA SÜRECİNİZ BELİRLEYİN: öğrencinizle her gün ne kadar çalışacağınıza karar verin. Örn: her ders saatinde 10 dakika birebir öğretim yapabilirsiniz. Ya da kendiniz bu öğretimi yapamayacaksanız sınıfta kaynaştırma öğrencinize yardımcı olabilecek herhangi bir akranını gönüllülük esas olmak şartıyla görevlendirebilirsiniz. Ve bu arada sizde öğrencilerinizin her ikisinin de çalışmasını kontrol edebilirsiniz. Ve ödüllendirmeyi her ikisi içinde yapabilirsiniz.

4. ÖĞRENCİNİZİN DEĞERLENDİRİLMESİ:öğrencinizi ne kadar zamanda ve nasıl değerlendireceğinize karar verin. Örn: her hafta farklı bir konu çalışacaksanız, her Cuma günü ona bir hafta boyunca anlattıklarınızla ilgili sorular sorarak onun öğrenip öğrenmediğini değerlendirebilirsiniz.

5. Öğrencinizle ilgili rehberlik ve araştırma merkezine her dönem sonunda izleme formlarını yollayın:

Rehberlik ve araştırma merkezine her dönem sonunda yollayacağınız izleme formları siz ve öğrenciniz için yararlıdır. Böylece, ilgili kişiler öğrencinizdeki ilerlemeleri öğrenebilecek ve sizlere gerekli bilgilendirmeyi yapabileceklerdir.

B) Aile İle İşbirliği Yapılmalı.En azından çocuklarının durumu hakkında bilgi verilmeli.

Bu anlamda öğretmen olarak başarılı olamayacağınızı düşünüyorsanız idarecinizden ya da rehber öğretmeninden yardım alabilirsiniz.

BU TÜR ÖĞRENCİLERİ OLAN ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

1-Eğitilebilir zekâ seviyesindeki çocuktan kapasitesi üzerinde başarı beklemeyiniz. Ancak bu, eğitilebilir çocukların hiçbir şey yapamayacağı anlamına gelmez.

2-Eğitilebilir çocuklar akademik becerilerde öğrenme güçlüğü çekmelerinin yanı sıra sosyal uyumun en önemli kriterlerinden biri olan oyun oynamada ve oyunun kurallarını öğrenmede de güçlük çekerler. Bu nedenle öğretmene düşen en önemli görevlerden biri, çocuğun oyunun kurallarını öğrenmesinde ve oyunlara aktif bir şekilde katılmasında ona yardımcı olarak çocuğun grup dışına itilmesini önlemek, dolayısıyla onun kişisel ve sosyal gelişimine katkıda bulunmaktır.

3-Okulda ve sınıfta çocuğa yapabileceği görevler ve sorumluluklar veriniz. (teneffüslerde sınıfı koruma, derslerde tahta sildirme, ders araç ve gereçlerini, sınıf defterlerini getirip götürme vb.)Bu sayede çocuğun kendine olan güveni sağlanmış olur.

4-Sınıftaki tüm öğrenciler eğitilebilir öğrencilerin (bu öğrenciler deşifre edilmeden) özellikleri konusunda bilinçlendirilmeli ve bu konuda olumsuz tutumlar takınmaları önlenmelidir. Bunu yaparken özellikle normal çocukların, eğitilebilir çocuklarla empatik bağ kurmasını sağlamaya özen gösterilmelidir.

Örneğin, zaman zaman kendilerinin de bir şeyler öğrenmede güçlük çekebilecekleri, oynanan oyunlarda başarısız olabilecekleri, bir insanın, yaşamında her şeyde her zaman başarılı olamayacağı ve bu başarısızlığın yaşamın bir parçası olduğu, bu durumla kendileri karşılaştıklarında neler hissedecekleri işlenmelidir. Böyle bir sorunu olan arkadaşla alay etmenin kendilerine hiçbir şey kazandırmayacağı, hatta bu tür arkadaşlara yardım ettiklerinde aslında en büyük yardımı kendilerine yaptıklarını ve bu tip yardımların kendi gelişimlerine çok şey katacağı şeklinde mesajlarla bu durum anlatılmaya çalışılmalıdır.

5-Eğitilebilir zekâ seviyesindeki çocuğun kavrama ve anlaması normal çocuklardan zayıf olduğu için öğretirken somut materyallerden yararlanın.

6-En ufak başarısını ödüllendirin.

Bu durum çocuğa çok büyük haz verir. Öğrenmeye teşvik açısından çok önemli bir yer tutar.

POTANSİYELİ VAR AMA...

Bu sözü duymayan anne-baba yoktur sanırım.

Ne hissediyor acaba anne-babalar bu cümleyi duyduklarında?

Ya da bu cümleyi söyleyen gerçekten içten mi söylüyor? Samimi mi?

Yoksa kendini söylemek zorunda mı hissediyor?

Okullarda veli toplantılarında anne-babaların çocukları için en çok duyduğu cümle bu.

“Potansiyeli var ama...” sözü ne anlama gelir?

“Ama...” biriminden sonrası nasıl gelir?

Şöyle olabilir mi:

- çalışmıyor
- tembel
- kullanmıyor
- farkında değil
- istemiyor
- böyle harcanıyor
- huzursuz
- keyifsiz
- dinlemiyor
- anlamıyor

İki cümleyi ama bağlıyorsa birinci cümlenin hiçbir anlamı yoktur.

Sizlere birisi “çocuğunuzun potansiyeli var ama...” deyip devamını yukarıdaki kelimelerden biriyle bitirdiğinde nasıl hissetmişsiniz bir düşünün.

Hiç kimse “ama”dan sonrasını duymak istemez.

Bilir ki “ama”dan sona kötü bir şey gelecektir.

Öğrencilerin, gençlerin bu potansiyellerini kim keşfedecek?

Haydi, keşfettik diyelim, kim kullanmalarına destek olacak?

Bu sözü söyleyip bir kenara çekilmek doğru mu?

Çocuklarımızı potansiyellerini görsünler ve kullansınlar diye en iyi okullara gönderiyoruz.

Ne oluyor da, nasıl oluyor da sonra sadece bu sözü duyuyoruz hep?

Gençlerin potansiyelleri olduğunu biliyoruz, bilmekle kalmayıp görüyoruz, görmekle de kalmayıp birilerine bunu söylüyoruz.

Peki ya sonra ne oluyor?

Sonrası boş: olanı söylediğimiz için günah bizden gitmiş oluyor.

Cümleyi “ama”yla bitirmek yerine, bir bağlaçla, örneğin “ve” ile bitirmek nasıl olur?

“Potansiyeli var ve...”

- destekleniyor
- çabılıyor
- azimli
- çalışıyor
- sonuca ulaşacak
- gayretli
- inançlı
- özgüveni yüksek
- sabırlı
- başarılı

Sizler hangisini duymak istersiniz?

Bir gencin potansiyelini gören, anne-babaya cümlesini “ve” ile bağlayarak bitiren öğretmen mi size daha fazla güven verir, “ama” ile bitiren mi?

Bizler gençlere inanmaz ve güvenmezsek söyleyeceğimiz cümleler birbirine hep “ama” ile bağlanır.

Önce onlara inanmaya ve güvenmeye çalışalım.

İşte o zaman gördüğümüz o küçük potansiyeller kocaman olacak; işte o zaman potansiyel aramaya gerek kalmayacak, her öğrencinin, her gencin potansiyeli kendiliğinden ortaya çıkacak.



ÖĞRETMENLER İÇİN MADDE BAĞIMLILIĞI EĞİTİMİ

Bağımlılık Yapan Maddelere Şunları Sayabiliriz:

Sigara –Esrar-Eroin-Kokain-Kafein-Lsd-Alkol-Uçucu Maddeler-Ecstasy-Morfin



SİGARA: Sigara bağımlılığı çok güçlü ve bırakılması zor olan bir maddedir. Sigarada nikotin ve dört bine yakın zehirli madde vardır. Bağımlılık yapan maddeler içinde en fazla ölüme sebep olandır.

90'lı yıllarda tütün ve türevlerinin 3 milyon insanın ölümüne yol açtığı ve bu sayının giderek artacağı tespit edilmiştir. Kullanım durumu değişmezse bu rakamlar 2020'de 10 milyona ulaşacak ve ölümlerin % 70'i gelişmekte olan ülkelerde meydana gelecektir. Sigara içenlerde; akciğer kanseri olma riski 22 kat, gırtlak kanseri olma riski 50 kat, felç olma riski 15 kat, kalp hastası olma riski 10 kat daha fazladır.



ALKOL: Kişilerde ağır ruhsal ve bedensel bozukluklar yapması yanında; kişiler arası ilişkiler bozulmakta, aile içi sorunlar artmakta, çocuklar olumsuz etkilenmektedir. İş ve trafik kazalarında, öldürme ve intihar olaylarında, iş ve işgücü yitimlerinde alkol en önemli sorumlu durumdadır.



ESRAR: Genellikle ilk denenen yasa dışı uyuşturucu madde esrardır. Bağımlılık potansiyeli vardır. Kenevir bitkisinden elde edilir. Eroin, kokain gibi diğer bağımlılık yapan maddelere geçişe neden olabilir.

Sigaranın beden üstündeki olumsuz etkileri esrar içinde geçerlidir. En sık kullanılan uyuşturucu madde esrardır.



EROİN: Fiziksel bağımlılık hızla gelişir. Yoksunluk belirtiler çok şiddetlidir. Gözlerde ve burunda pupillerde genişleme, tüylerin dik dik olması, tüm kaslarda ağrılı spazmlar, şiddetli karın ağrısı gibi yoksunluk belirtileri görülür. En önemli tıbbi komplikasyonu şırınga paylaşımından doğan HIV enfeksiyonudur.

KOKAİN: Başlıca etkileri, canlılık hissi, uyku gereksiniminde azalma, cinsel istekte artma, enerjide artmadır. Kesilme durumunda, çok şiddetli bir yeniden alma isteği olur. Depresyon, uykusuzluk, iştahsızlık, yorgunluk gibi belirtiler eşlik eder.



UÇUCU MADDELER

Baş ağrısı, denge bozukluğu dikkatte azalma, öğrenme güçlüğü gibi zararları var. Genel yargının tersine, uçucu maddeler sadece sokak çocukları tarafından kullanılmazlar.

Uçucu maddeleri elde etmek ucuz ve kolay olduğundan yaygın olarak kullanılmaktadır. Kişi maddenin etkisindeyken agresif, öfkeli ve saldırgan olabilir.

ECSTASY: Grup içinde alınan, yalnız alınmayan bir maddedir. Enerji artışı, canlılık, algıda artış, karşı cinse yakınlık, yüksektansiyon, vücut ısısında artış, böbrekhasarı, kalp ritmi bozukluğu gibi belirtileri var.

Alındığı mekanın özellikleri olan kalabalık, vedans, ısı artışını ve su kaybını hızlandırır. Ecstasy aşırı sıvı kaybına ve yüksek ateşe bağlı ani ölüme sebep olur.

İLAÇ OLARAK KULLANILAN ANCAK BAĞIMLILIK YAPABİLECEK MADDELER

İlaçlar belirtilen miktar, süre ve doktor kontrolünde kullanıldığında tedavi amacına ulaşır. Bunun dışında kullanılan kullanımlar kötü kullanımlardır. Bu ilaçlar roş ve papik adı ile anılmaktadır.

Sadece yeşil ve kırmızı reçeteli haplar değil öksürük şurupları, kilo verdirmeye hapları, kas geliştiren ve doping içeren haplar, kas gevşetici spreyler de bağımlılık yapabilir.

Alındıktan sonra vücutta gevşemeye ve uykuya sebep olurlar, heyecan gideren ve sakinleştiren etkileri vardır.



RİSK YARATAN FAKTÖRLERİ:

Ailede alkol alan veya ruhsal sorunu olan birinin ailedeki sağlıklı iletişimi bozarak dengesizliğe sürüklemesi, tutarsız, aşırı kontrolcü, ya da aşırı ilgisiz aile tutumları, şiddet içeren davranışların sık olması, düzenli çalışmanın olmaması sonucu okul başarısının düşmesi, bir arkadaş grubuna girme, hayır diyebilme, sorunlarla başa çıkabilme gibi sosyal becerilerin yokluğu, başkalarını rahatsız etmek, canını yakmak, zor kullanarak istediklerini elde etmek gibi davranışlar sergileyen kişilerle arkadaşlık etme, gazete ve televizyonlarda bilinçsizce gösterilen ve uyuşturucuyu onaylar tarzındaki haberler risk faktörü olarak sayılmaktadır.

**ÖNLEYİCİ FAKTÖRLER:**

Aile üyelerinin birbirlerini yargılamadan, sözlerini bitirinceye kadar dinlemeleri, sorun yaşandığında birbirlerine destek olmaları, günlerini nasıl geçirdiklerini paylaşarak yaşamlarına ortak etmeleri güçlü ve pozitif aile bağlarını destekler.

Okullardaki ya da çeşitli dernek ve vakıflarla bağlantılı faaliyetlere katılmalarına destek olunmalıdır. Anne ve babaların çocuklarına maddelerin etkileriyle ilgili doğru bilgiler aktarmaları gerekir ama önce kendileri bilgilendirilmelidir.

MADDE KULLANMAYA BAŞLAMA SEBEPLERİ:

Bu alanda yapılan çalışmalarda kişinin madde kullanmaya başlamasının başta gelen nedeninin **merak** olduğu belirlenmiştir.

Bunu sorunlardan kaçmak ya da onların üstesinden gelme isteği ile madde kullanmak takip etmiştir.

Özellikle ergenlik döneminde arkadaşlıklar ve gruplar büyük önem kazandığından arkadaşlarının beğenisini kazanmak ve eğlenmek için madde kullanmaya başlayabilirler.

SİGARAYA VE ALKOLE BAŞLAMA NEDENLERİ

Televizyon ve reklâmlarda popüler kişilerin sigara kullandığının gösterilmesi onlar gibi olmak isteyen gençler tarafından taklit edilmesine neden olmaktadır.

Kız çocukları sigarayı daha erkeksi ve bağımsız gözükme amacıyla deneyebilmektedir.

Arkadaş gruplarındaki baskıya dayanamama ya da gruba ait olma isteği sigara ve alkole başlama nedeni olabilir.

BAĞIMLILIK SÜRECİ:

Bağımlı kişide ilk gözlenen değişiklik arkadaş çevresinde değişiklik olmasıdır.

Eski arkadaşlıklarını bitiren gençler yeni bir çevreye girerler.

Zamanının çoğunu madde arayarak tada kullanarak geçirdiğinden aile, arkadaş ve işe ayıracak vakti yoktur.

Kullanımını saklamak için bu kişilerden sakınması gerekir.

Kendi kendine bırakmayı deneyip başarısız olur.

Madde alımını bıraktığında ya da azalttığında kullandığı maddenin yoksunluk belirtileri ortaya çıkar.

Bu dönemde madde alma isteği çok güçlüdür.

Gözlerdekanlanma, konuşmadagüçlük, ağız dakuruluk, aşırı terleme, bulantı veya kusmayla birlikte aşırı kilo kaybına yol açar. Vücutta enjektör veya yara izleri görülebilir.

MADDE KULLANAN KİŞİYİ ÖĞRETMEN NASIL ANLAR?

Kişinin önceye göre daha sinirli olması, arkadaş ve öğretmenleriyle daha sık kavga etmesi, devamsızlığının artması ya da notlarının belirgin bir şekilde düşmesinin bir nedeni de kişinin madde kullanmaya başlamış olması olabilir.

Madde kullanımı nedeniyle kişi arkadaş grubunu değiştirebilir.

Giyimle görünüşüne olan özeni azalabilir.

Hareketlerinde yavaşlama ve sürekli yorgun olması, derste uyuklamaya başlaması, kilokaybı, çevresinin ve arkadaşlarının eski önemini yitirmesi de ipucu niteliği taşıyabilir.

ROLÜMÜZÜ İYİ OYNAYIP MODEL OLABİLİRİZ

Mesleğimiz öğretmenlik ama biz aynı zamanda anne, baba, eş olacağız.

Maddelerle ilgili bilgilendirme yaparken öğretmenlik rolümüz kadar diğer rollerimizi de hatırlamamız önemlidir.

ÖRNEK OLALIM

Okul içinde, eğer kullanıyorsak sigara kullanımımıza dikkat edelim.

Özellikle küçük yaştaki öğrenciler davranışlarımızı örnek alabilirler.

Çünkü herhangi bir maddeye bağımlılık bir başkasının kullanımını da kolaylaştırır.

ONU DİNLEYELİM

Eğer bizimle konuşmak istediği sırada bir işle meşgul isek işimize ara verelim, göz kontağı kuralım, söylediği şeylerin doğru anladığımızdan emin olmak için sorular soralım.

Soruların amacı ona dinlendiğini hissettirmektir.

ÖĞRENMESİNE YARDIM EDELİM

Öğrenmesine yardım etmek onu bilgilere boğmak olarak anlaşılmamalıdır.

Yaşına uygun bilgileri, ihtiyacı olduğu kadar vermek doğru olacaktır.

HAYIR, DEMESİNİ ÖĞRETELİM

Israrlarla başa çıkması için onlara 'hayır' demeyi öğretmemiz gereklidir.

Önemli olan nokta, verdiği kararlarda arkadaş grubunun baskısını nasıl rol oynadığını ve sadece bu baskıya göre karar verdiğinde olumsuz sonuçlar yaşayabileceğini fark etmesini sağlayalım.

YARGILAMAYALIM

İstedığımız gibi davranmadığında bu bizi kızdırabilir, hemen yaptığı davranışla ilgili etiket yapıştırmayın.

Davranışının başka ne gibi nedenleri olabileceğini düşünelim.

KONFERANS VERMEYELİM

En sevdiğimiz şeylerden biri kendi geçmişimizden bahsetmek.

Deneyimlerimizi paylaşmamız önemli ancak bunlar nasihat tarzında olduğunda karşımızdaki kişinin iletişim kanalları kapanıyor ve iletişimimiz daha başlamadan bitiyor oluyor.

TEHDİT ETMEYELİM

Tehdit o an için sadece onu korkutur ama etkili olmaz. Çünkü söylediğimiz olumsuz sonuç gerçekleşmediğinde yaptığımız her uyarının ciddiye alınması olasılığı kaybolur.

SORGULAMAYALIM

Onun hayatı hakkında bilgi sahibi olmamız önemlidir.

Ancak bunları öğrenmek için hesap sorma ve sorgulama yapılmamalıdır.

Eğer o anda bize cevap vermiyorsa 'şu anda konuşmaya çok hazır değilsin, ama istediğin zaman ben seni dinleyebilirim' şeklinde cevap vermemiz kendisiyle ilgilendiğimizi anlamasını sağlayacaktır.

Böylece zaman geçtikçe bizimle iletişim kurmak isteyebilir.

TEŞHİS KOYMAYALIM

Çocuk bir sıkıntısından, sorunundan bahsettiğinde hemen etiket koyma yerine onu dinleyelim.

O andaki duygularını, neye ihtiyacı olduğunu anlamaya çalışalım.



AHLAK DERSLERİNDEN KAÇINALIM

Yapılmaması gereken bir şeyi yapmış olduğunda bile bunu ahlak dersi verir şeklinde değil, yaptığı davranışın olumsuz sonuçlarını ve uyandırdığı duyguları dile getirerek anlatmamız yerinde olacaktır.

EMİR VERMEYELİM

Ondan bir şey istediğinizde bunun nedenlerini çocuğa da anlatmamız bizi daha iyi anlamasını sağlayacaktır.

BİR ÖĞRETMEN OLARAK YAPABİLECEKLERİNİZ...

| | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| Genellemeler yapmaktan kaçının. | Sorunu küçümsemeyin. |
| Söylediklerine ani tepki vermeyin. | Ön yargılarınızın farkında olun. |
| Özendirmemeye dikkat edin. | Açık, samimi ve inandırıcı olun. |
| Bilgi sahibi olun. | Konuşması için fırsat verin. |
| Merakını arttırmayın. | Öğüt verici konuşmalardan kaçının. |

ERGENLİK DÖNEMİ İÇİN ÖNLEME

Bu dönemde akran grupları büyük önem kazanmıştır. Arkadaşlarının fikirlerine bağlı olarak davranışlarına yön vermeye başlarlar. Grup tarafından kabullenilme onlar için her şeydir.

Yaşayabileceği çatışmanın çözümünde onlara destek olunmalı, bunu talep etmeseler bile, en azından her zaman dinlemeye açık olduğumuzun farkında olmalıdırlar.

Dış görünüşleri önem kazandığı için maddelerin dış görünüş üzerindeki olumsuz etkilerini vurgulamak önemli olabilir.

1. Sınıf içinde gruplaşmalara ve grupların niteliğine dikkat edelim
2. Maddeler ve olumsuz etkileri hakkında korkularımıza değil gerçek bilgilere dayanarak konuşalım
3. Spor ve diğer sosyal faaliyetlere yönlendirelim
4. Kurallarımızda tutarlı olalım

Ergenlere vereceğiniz bu tarz eğitimlerde maddenin olumsuz etkilerinden söz edin.

Bağımlılıktan kurtulmanın zor olduğunu; ömür boyu süren ve kişinin olsa olsa kontrol altında tutabileceği bir şey olduğunu anlatın.

Arkadaş baskısına nasıl hayır diyeceğini örneklerle konuşun. Örnekleri değişik sonuçlara vardırırsınız. Değişik sonuçları tartışın. Maddenin sorunları çözmediğini, kişinin problemlerini daha da arttırdığını, çözüm için her zaman başka yollar olabileceğini anlatın.

SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI

1-) Yalnız iradesiz kişiler mi bağımlı olur?

Bağımlılığın irade ile hiçbir ilgisi yoktur. Hiç kimse yola “Ben bağımlı olacağım” diye çıkmaz. Kişi ne kadar kullanımının kendi kontrolü altında olduğunu iddia etse de aynı etkiyi bulmak için aldığı doz giderek artmakta ve gittikçe bağımlı hale gelmektedir.

2-) Bağımlılar iyileşebilir mi?

Bağımlılık tam olarak iyileşmez, ama düzelir. Bağımlılık ömür boyu süren bir hastalıktır.

3-) Uyuşturucu herkesi aynı mı etkiler?

Uyuşturucu herkesi farklı etkiler. Madde etkilerinin ortaya çıkış süresi ve yoğunluğu bireyler arası farklılıklar gösterse bile hepsi kişinin hayatını olumsuz etkiler.

4-) Bir kere denemekle ya da ara sıra kullanmakla bağımlı olunur mu?

Kokain gibi bazı maddeleri bir kere bile kullanmak tekrar kullanmayı gerektirir.

Bir kere kullanmak Bağımlılığın ilk adımıdır.

Madde bağımlısı olan kişilerin hepsi ilk denemelerinde madde alımını kontrol edebileceklerini düşünürler ama bağımlı olmaktan kurtulamazlar.

5-) “OTTUR ZARARI YOKTUR” doğru bir ifade midir?

Doğru değildir.

Esrar, bedende yağ dokusunda biriktiğinden hafıza kaybı, öğrenme ve solunum bozukluklarına neden olabilir.

Aynı şekilde sigarada ottan üretilir ama zararlıdır.

6-) Maddelerden söz etmek kullanımı özendirir mi?

Çocuğun gelişimine uygun doğru bilgiler vermek onu kullanmaya teşvik etmez, doğru bilgilendirilmesini sağlar.

7-) Kimler bağımlı olur? Herkes bağımlı olabilir.

8-) **Sadece damar yoluyla alınan maddeler mi uyuşturucudur** Doğal ya da sentetik bağımlılık yapan her madde uyuşturucu maddedir.

ÖĞRENCİNİZİN SİGARA İÇTİĞİNDEN ŞÜPHELENDİĞİNİZDE...

“Sigara sağlığa zararlıdır”, “Yaşın ne, başın ne” gibi nasihat dili kullanmadan sigaranın etkileri hakkında konuşun. Ondan bahsetmeden genel konuşun.

Sınıfta sigara ve etkileri başlıklı bir tartışma düzenleyin. Hatta öğrencilere sigara ile ilgili araştırma yapıp yazı hazırlama ödevi verilebilir.

İÇERKEN YAKALADIĞINIZDA: İlk karşılaştığınız an gerilimi azaltan sorular sorularla konuşmaya başlayın.

Kuralları hatırlatın ama karar senin diyerek sorumluluğu ona bıraktığınızı vurgulayın.

Kuralları hatırlatırken bunların sizin sözleriniz olmadığını yönetmelikte böyle yazdığını özellikle belirtin. Gerekirse bu nedenle sizinle çatışmaya girmesinin anlamsızlığını doğrudan söyleyin.

MADDE KULLANAN ÖĞRENCİYE NASIL YAKLAŞABİLİRSİNİZ?

Onu etiketlemekten kaçının. Tek amacınızın ona destek ve yardımcı olmak olduğunu üstüne basarak vurgulayın. Her zaman onun yanında olacağınızı hatırlatarak, şimdi olmasa bile hazır olduğunda onu dinleyebileceğinizi hissettirin.

Madde etkisi altındaki öğrencinin sakin bir ortama götürülüp kendine gelmesi, madde etkisinin ortadan kalkmasını beklemek gerekir. Madde etkisi altında iken konuşmanın hiç bir faydası yoktur. Kendine zarar verme olasılığına karşı yalnız bırakmamak gerekir.

Sakin olamamanız iletişimin baştan kesilmesine neden olacağından sakinleşmek için yollar aramanız yerinde olacaktır. Yaptığını tek bir nedene bağlamamak yerine kendinizi onun yerine koyarak neler yaşıyor olabileceğini ve duygularını anlamaya çalışmak ona ulaşabilmenizi kolaylaştıracaktır.

MADDE KULLANAN ÖĞRENCİNİN ANNE BABASINA NASIL YAKLAŞALIM

Konuşmaya davet ederken konuşmanın özel olduğunu ve mutlaka gelmeleri gerektiğini vurgulayın.

Size güvenmesini sağlayın, gencin evdeki davranışları, arkadaşları ile ilgili bilgiler alın.

Genel olarak madde bağımlılığından söz ederek konuya girin.

Aşırı bir tepki olduğunda görüşmeyi erteleyin fakat ilişkinin kopmasına izin vermeyin. Yardım alabilecekleri yerlerin ayrıntısına girin. Danışmanlığınızın devam edeceği mesajını verin.

ACİL DURUMLARDA MÜDAHALE

1-Soğukkanlılığınızı koruyun.

2-Sakinleştirmeye ve ona güven vermeye çalışın.

3-Eğer bilincini kaybetmişse yan yatırın ve soluk aldığından emin olun.

4-Gerginlik hali ya da tepkisizliği devam ederse acil servisi arayalım.

5-Kullandığı ilaçları, maddeleri ya da tozları toplayın ve doktora verin.

6-Ailesine haber verin.

DİSİPLİN CEZALARI

Öğrencinin madde kullandığı kesin olarak biliniyorsa onu tedavi olması için ikna etmeye çalışın.

Tedaviyi kabul etmezse yönetmelik gereği uygulanacakları anlatın.

Yine de kararın sorumluluğunun kendisine ait olduğunu vurgulayın.

Herhangi bir öğrenciden şüphelendiğinde öğretmenin görevi o kişiyi rehber öğretmene yönlendirmektir.

SİGARANIN GENÇLER ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Sigaraya ne kadar erken başlanırsa, akciğerler o kadar çabuk fonksiyon kaybına uğrayacaktır, akciğer kanseri riski de aynı oranda artacaktır.

Sigaraya erken başlayan gençlerde davranış bozukluğu da görülmektedir, bunlar; kavgacılık, belli bir çeteye girme bozuk ilişkiler olarak ortaya çıkmaktadır.

Sigara kullanan gençlerin büyük bir kısmı içki de içmeye başlamaktadırlar.

Sigara diğer uyuşturuculara bir basamak olmaktadır. Sigara içmeyen gençlere göre sekiz kat daha fazla uyuşturucu kullanma riski taşımaktadırlar.

Sigaraya alışan gençler, başka bir uyuşturucu kullanmasa bile, sigara bağımlısı yetişkinler haline gelmekte ve sağlıklarını tehdit eden kimyasal maddelere bir ömür boyu maruz kalmaktadırlar.

Ergenlik Dönemi Özellikleri Ve

Sigara Kullanımının Başladığı Dönemde Öğrencilerimize Nasıl Yaklaşmalıyız!!!!

Ergenlik döneminde birey: Daha çok kabul görmek ve sevilme ister.Yaşamının bu döneminde başkalarıyla olan ilişkileri değişmeye başlar.Ailesinden daha çok ayrı kalmaya ve kendi yaşlılarıyla birlikte olmaya başlar.

Bir yandan yoğun bağımsızlık isteği, diğer yandan ait olma ve sahip çıkılma beklentisi bu dönemde yaşanan tipik çatışmalardandır.

Bir yandan başarılı olmak beğenilmek ister, diğer yandan çalışkan olduğunda arkadaşları arasında komik duruma düşeceği, alay konusu olacağı yönünde bir endişesi olabilir.

Ergenlik döneminde gençler çok kırılgan olurlar.En ufak bir eleştiriyi benliklerine yapılmış bir saldırı olarak değerlendirebilirler.Buna karşın argo, kaba konuşma ve hitap biçimlerine en çok bu dönemde rastlanır.

Bu dönemde başkalarının, özellikle arkadaşlarının ne düşündüğü onun için çok önemlidir.

Sigara kullanan öğrencilerin büyük çoğunluğu arkadaş ortamı sebebiyle sigara kullanımına başlar.Bireyin gerek ailede yaşadığı sorunlar gerek okul ortamında yaşadığı sorunlar gerekse kişilik arama kaygıları onu ilk olarak sigara kullanımına itebilir.

Sigarayı sorun ve sıkıntılardan uzaklaşma aracı olarak algılayabilir. Bireyin yaşadığı sorunları çözümüne yönelik yapacağımız eylem/konuşma v.b. ergenlerin duygusal-psikolojik sağlığın olumlu gelişmeler sağlar.

Aslında ergenlik dönemine giren birey, büyüdüğünü ailesine ve çevresine göstermenin bir yolu olarak sigara kullanmayı görür.

İşte biz öğretmen ve velilerin yapması gereken en önemli adım öğrenciyi/bireyi suçlayıcı yaklaşım olmamalıdır.

Bireyle yakın bir ilişki kurmalı ve arkadaş baskısına karşı koyması konusunda desteklemeliyiz.

Arkadaş grupları onu yanlış olduğunu bildiği şeyler yapması için zorladığında verebileceği yanıtları ve nasıl davranabileceğini öğretin.

Sigara kullanımının zararlarını anlatmak da kimi zaman çok etkili olmayabilir hele de sigarayı kendimiz kullanıyorsak, Çocuklar her zaman büyüklerini model alır.Davranışlarınızla ona model olun. Çocuklar öncelikle anne ve babalarını sonra öğretmenlerini örnek alırlar.

Ergen potansiyel suçlu değildir. Ona inandığınız ve güvendiğinizi gösterin. Yanlışlar konusunda hemen suçlayıcı olmayın.

Yıldırma, korkutma ve sindirme yoluyla davranışları kontrol altına almaya çalışmayın.

Ergene karşı yetişkinin baskı ve yasaklara dayanan disiplin anlayışı, olumlu ve yapıcı olması gereken bu evreyi çatışmalarla dolu olumsuz bir döneme dönüştürebilir.

Ergeni anlamayı ve tanımayı seçen ana -baba onların duygu, düşünce, değer ve beklentileri hakkında bilgi sahibidir.

Anlaşılır ve tutarlı tepkilerin birikimi, hangi davranışın sonuçlarının ne olacağını belirlemiştir.

Gençlerle şakalaşın, espri yapın, ama sakın alay etmeyin.

Onları anlamaya ve empati kurmaya çalışın ama sakın yaşadıklarını küçümsemeyin.

Onlara kuralları açıklayın ve uymalarını isteyin ama bunu otoritenizi kanıtlama yolu olarak kullanmayın.

Gençleri kabul edin, değer verin ancak bu durum onların her davranışını onaylayın demek değildir. Yanlış davranışlarını onaylamadığınızı gösterin, elbette uygun bir şekilde.

Gencin sizinle paylaştığı sırlarına saygılı olun, başkalarıyla paylaşmayın.

Gençler yetişkinlerin her şeyi bilen, çok anlayışlı, mükemmel görünmesinden hoşlanmazlar.

Onlara uzun nutuklar çekmekten kaçınin.

Gençlerin kendilerini ve sorunlarını ifade etmelerine fırsat verin.

TELEVİZYONUN ÇOCUKLARA ETKİLERİ

Televizyon hem göze hem de kulağa hitap edebildiği ve olayların olguların çok uzaklardan olduğu gibi gözlenebilmesini sağladığı için bütün kitle iletişim araçlarının en etkili ve en güçlüsüdür

Çocuklar ilk çocukluk yıllarından itibaren kendilerine model olarak seçtikleri TV deki dizi kahramanlarının özelliklerini, günlük yaşamlarına ve oyunlarına yansıtmaya başlarlar.

Çocuğumuzun günde ortalama 2 saat TV izlediğini düşünürsek, Yılda; 720 saat,70 yıllık bir ömürde yaklaşık 7-10 yıl TV karşısında geçiriyor...

TELEVİZYONUN ZARARLARI

Televizyon karşısında çok fazla zaman geçirmek hem yetişkin insanların hem de çocukların zihinsel gelişimini olumsuz yönde etkiler.

Aşırı derecede TV izlemek kişinin konsantrasyon becerisini bozmaktadır.

Beyni tembelleştirmekte ve pasifize etmektedir. Çünkü TV beyni yormadan bilgi verir. Hâlbuki beyni en çok geliştiren şey konuşmak ya da dinlemek değil, düşündürmektedir, yorum yapmaktır. TV işte bu becerileri azaltmaktadır.

Kişinin yorum yapma, analitik düşünme, sentez yapma, zihinsel beceri yönüyle öğrenme gücünü azaltır.

Aile içi iletişime ve etkileşime zarar verir.

Ailede sevgi, saygı ve güven bağı zayıflatmakta ve aile içinde psikolojik bir duvar örmektedir.

TELEVİZYONUN OLUMSUZ ETKİLERİNİ ORTADAN KALDIRMAK İÇİN ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

- Televizyon sosyal yaşantımızın bir parçası haline gelmiştir. Bu nedenle onu söküp atmamızın olanağı yoktur.O halde televizyonu sağlıklı bilinçli, verimli ve mantıklı bir biçimde kullanmamız gerekmektedir.
- Televizyon önünde geçirilen zamanın değerli kılınması söz konusu olabilir.Çocuğumuzun toplumsallaşmasındaki en önemli öğelerden birinin televizyon olduğunu inkâr edemeyiz. Kuşkusuz bu önlemler baskı yoluyla değil bilinç aracılığıyla gerçekleştirilebilir.
- Medya konusunda çocuğu eğitmek gerekir.
- Her evin kendi içinde belirlediği bazı kuralları olmalıdır, kuralsızlık doğru değildir. Bu kurallar TV konusunda da alınmalı ve muhakkak TV ile ilgili bazı sınırlar konmalıdır.
- Televizyon izleme süresini iki saat civarında tutmak gerekir televizyonu kapatma konusunda tereddüt yaşanmamalıdır. Çocuğun diğer kalan boş zamanlarında kitap okuması, sinema ve tiyatroya gitmesi, spor etkinliklerinde bulunması için olanaklar hazırlamalıyız.
- Anne-babalar, televizyon izlerkençocuklaraeslik etmeli ve çocuklarıyla diyalog kurmaları gerekir.
- Çocuğunuza olabildiğince çocuk programlarını izlemesi yönünde teşvik edin. Büyüklerle birlikte çocuğun kafasını karıştırabilecek görüntüleri çocuğumuzun izlemesine izin vermemelisiniz.
- Çocuğun kelime hazinesini geliştirmek yerinde olur. Görüntülerin kelimelerle ifade edilmesinin sağlanması gerekir.
- Televizyonda verilen mesajın çözümlenmesinin öğretilmesi gerekir. Mesajın çözümlenmesinin kültürü sadece zorlayıcı bir açıklamayı tanımamıza olduğu kadar, etkilenmez bir varlık olmayı da öğrenme olanağı verir. Televizyon gerçeği kendine göre yeniden inşa etmektedir yani yapay bir dünya yaratmaktadır. Çocuklara sıkça şunun hatırlatılması gerekir. Televizyonda bize istenilen gösterilmektedir yoksa gerçek dünyamız olduğu gibi aktarılmamaktadır".
- Anne-baba olarak çizgi film izleyen çocuğunuzla izlediği filmdeki olaylar üzerinde kısaca tartışın, böylelikle hem çocuğunuzun filmde izlediği saldırganlığı taklit etme ihtimali azalabilir hem de zihinsel yönden gelişme şansını arttırabilirsiniz. Bu yüzden ana baba olarak çocuklarınızın yaşlarını uygun filmler seyretmelerini sağlamanın yanı sıra bu filmlerin verdiği mesajların üzerine çocuğunuzla konuşmalısınız.
- Anne-babalar çocuklarının televizyonda görüp istediği her şeyi almamalıdır.
- Aile bütçesi konusunda çocuğun anlayabileceği düzeyde konuşarak çocuğun isteklerini makul düzeyde karşılamaya çalışılmalıdır.



BİLGİSAYAR OYUNLARI ÇOCUKLARI NASIL ETKİLER? BİLGİSAYAR OYUNU CİNAYET NEDENİ OLABİLİR Mİ?

Gençler, şiddeti; sorun çözme, kendini haklı gösterme, **güçlü olma** arzusuyla uygulamayı öğreniyor.

Ergenlik döneminde yaşanan isyan ve başkaldırı durumu, şiddet içeren oyunlarla daha da körüklenmektedir.

Şiddet içeren internet oyunları merhamet duygusunu köreltmektedir.

İnternette yer alan GTA, MAX Payne, Counter vb. gibi şiddet içeren oyunlarda polis öldürmek, otomobil çalmak, tanker yakmak gibi bazı eylemler, çocuklara kazandırdıkları yüksek puanlarla ödül gibi sunulurken, küçük bedenleri saldırgan, saygısız, hantal hale getirmektedir.

Çocukların internet bağımlılığı geliştirmeleri yanında denetimsiz kullanımda kendileri için **zararlı olabilecek sitelere** girip ruhsal açıdan etkilenmeleri de olası risklerdendir.

BİLGİSAYAR TUTKUNLARININ ORTAK ÖZELLİKLERİ:

- Sosyal becerileri az gelişmiş, benlik algısı yetersiz, güvensiz, ürkek
- Bedensel etkinliklerden hoşlanmayan, bunlarda başarısız olan ya da olacağına inanan
- Sosyal, duygusal açıdan ihmal edilen, bu tür olanaklar sunulmayan
- Aile içinde çeşitli sorunları bulunup bunlarla yüzleşmekten kaçınan çocuklar
- Çocuk, dil ve öğrenme sorunlarından kaçış amacıyla da bilgisayara yönelebiliyor.



BİLGİSAYAR BAĞIMLILIĞININ İNSANA ETKİLERİ

- Dil gelişiminde gerilik,
- Duruş ve iskelet sorunları,
- Görme sorunları, Gözlerde yorulma, bozulma
- Az hareketten kaynaklanan fiziksel problemler Fiziksel ağrı (bel ve sırt) ve yakınmalarda bulunma
- Elektromanyetik radyasyona maruz kalmak,
- Obezite
- Başkalarıyla iletişimde azalma
- Stres ve kaygı
- Tek başına vakit geçirme isteğinde artma
- Aile ilişkilerinde aksama, özellikle gençlerde aileden uzaklaşma
- Yetişkin için iş düzeninde bozulma, öğrenci için okul başarısında düşme
- Kendini kontrol edememe
- Kaslarda tutulma ve tikler
- Uykusuzluk
- Sanal dünyaya sığınma-Gerçeklerden kopma
- Bilgisayar/internet kullanmadığı zamanlarda huzursuzluk ve mutsuzluk belirtileri gösterme
- Temel iş ve sorumluluklarını yerine getirmede isteksizlik veya görevlerini erteleme
- Bilgisayarın başında geçirilen süreyi kontrol edememe
- Bilgisayarı sosyal aktivitelere tercih etme Yapmaktan hoşlandığı etkinlikleri yapmama, izlediği TV programlarına ilgiyi kaybetme
- Boş kaldığı her an bilgisayarın başına oturma isteği duyma
- İnternet kafeye gidiyorsa, harçlık ve masraflar konusunda sıkıntı yaşama gibi sorunlarla karşılaşılır.

Bilgisayar başında geçirilen süre haftada 21, günde 3 saati geçmemelidir.

NELER YAPILABİLİR?

1. Çocuklarınızı, yalnızca onayladığınız siteleri ziyaret etmeye teşvik edin.
2. İnternet'e bağlı olan bilgisayarları, çocuklarınızın kullanımını kolaylıkla gözetim altında tutabileceğiniz açık bir alanda tutun. Bilgisayar için en uygun yer evinizin salonu olabilir.
3. Çocuklarınızın hangi sohbet odalarını ya da ileti panolarını ziyaret ettiğini ve çevrimiçi ortamda kimlerle konuştuğunu öğrenin.
4. Çocukları televizyon ve bilgisayar bağımlılığından kurtarmanın tek çaresi onlara zaman ayırmaktır.
5. Çocuğunuza ayırdığınız zamanın süresi değil, kalitesi önemlidir.
6. Aile bireylerinin birlikte katılabilecekleri geziler, sosyal, sportif etkinlikler, çeşitli hobiler, aileyle ilgili çeşitli görev ve sorumluluklar da çocuğu kolaylıkla bilgisayardan uzaklaştırır.

Okuma alışkanlığını kazandırmak için düzenli kitap okumasını sağlayın ve okuduklarını sizinle paylaşmasını sağlayın.

7. Spor, müzik, resim, tiyatro vb. gibi faaliyetler kişiyi katılımcı ve sosyal kılar. Genç bunlardan bir veya birkaç tanesini hobi olarak yapmalı.
8. Arkadaşlarla birlikte tiyatro ve sinemaya, pikniğe v. b gitmek sosyal iletişimi artırır ve gerçek arkadaşlığı yaşatır.
9. Gençler günlerini mutlaka planlamalıdır. Okuldan eve gelindiğinde bir saat dinlenmek gerekir.(Bilgisayar başında asla dinlenilmez!)
10. Bilgisayar asla çalışma odası ve ya yatak odanızda olmaması gerekir.
11. Anne-babalar öncelikle bilgisayar ve internet hakkında bilgi edinmeli ve kullanmalı.
12. Çocuklarla bilgisayar ve internet konusunda sohbet edilmeli, burada okudukları ya da gördüklerinin yanlış olabileceği, bilgiyi tartışmak gerektiği, yararlı ve zararlı yanları anlatılmalı.
Bunu yaparken, en iyisieleştirmeden, azarlamadan, yasaklamadan, tehdit etmeden, rüşvet vermeden, söylenmeden, karşılıklı konuşmaktır.
13. Bilgisayar karşısında okul öncesi çocuklar günde bir, ilköğretim döneminde ise iki saati aşmamalı.
14. İlgi çekici ve eğlenceli web sitelerini çocuğunuzla beraber bulmaya çalışın. İnterneti keşfetmeye yönelik bu olumlu tavır, gelecekte internetle ilgili çocuğun yaşayacağı olumlu ya da olumsuz deneyimleri paylaşabilmeniz için bir fırsat olacak.
15. Aile güvenliği yazılımı kullanın. Bu, internet etkinlikleri hakkında konuşmak istemeyecek ilkokul çocukları ve ergenlik dönemindeki çocuklar için özellikle yararlıdır. Çocuğunuzun internette şiddete, pornografiye veya benzer olumsuz uyarılara maruz kalmaması için, öncelikle internet erişimi için gerekli filtreleme programlarının bilgisayarda olmasını sağlamalısınız.
16. İşletim sisteminizi en son güvenlik güncellemeleriyle yenileyin. Antivirüs ve spyware önleme yazılımları kullanın. Bunun için, bilgisayar yazılımları veya paket programları satan firmalarla görüşebilirsiniz.
17. Çocuğunuzun kişisel hiçbir ipucu içermeyen ve hiçbir kişisel anlamı temsil etmeyen bir rumuz ya da e-posta adresi seçmesine yardımcı olun.
18. Çocuğunuzla evde internet kullanımının koşulları hakkında anlaşın.



19. Çocuğunuzla karşılıklı güvene dayalı ve iletişime açık bir ilişki kurmalısınız. Böylece çocuğunuz internet ortamlarında rahatsız edici kişi veya durumlarla karşılaştığında sizden yardım alabileceği konusunda kendini güvende hisseder.

20. Çocuğunuzun kişisel bilgilerini açıklarken dikkatli olması gerektiği konusunda uyarın.

21. Bir e-arkadaşla yüz yüze birlikte olmanın riskleri hakkında konuşun.

22. Yasa dışı olduğunu düşündüğünüz online materyalleri yetkililere bildirin.

23. İnternetin iyi yanlarının kötü yanlarından daha baskın olduğunu daima aklınızda bulundurun.

24. Çocuklarınızın size bir şeyler öğretmesine izin verin. İnternet ortamında neler yaptıklarını, kimlerle tanıştıklarını size göstermelerini isteyin.

25. 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.

26. 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.

Var olan 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 kullanımını alışkanlığını kazandırmalısınız.

27. Çocuğunuzun çevrimiçi ticari işlemler yapmadan önce sizden onay almalarını sağlamalısınız.

28. Çocuklarınızla çevrimiçi kumarı ve olası risklerini tartışmalı, çevrimiçi kumar oynamalarının yasadışı olduğunu anımsatmalısınız.

29. Çocuklarınıza sorumlu, ahlaki çevrimiçi davranışları öğretmeli, interneti dedikodu yaymak, tacizde bulunmak ya da başkalarına tehditler yöneltmek için kullanmamaları gerektiğini anlatmalısınız.

30. Çocuklarınıza izinleri olmaksızın program, müzik ya da dosya yüklememeyi öğretmelisiniz. Web' de dosya paylaşırken, metin, görüntü ya da çizim alırken telif hakkı yasalarını çiğneyebilir ve yasadışı duruma düşebilirler.

31. Evinizde bilgisayar yoksa dışarıda bilgisayar ve internet kullanımı için zaman ve içerik anlaşması yapın.

32. Oynadığı bilgisayar oyunlarından haberdar olun ve içerikleri hakkında bilgi edinin.

33. Refleksler, el-göz koordinasyonu ve becerilerin gelişmesini olumlu yönde etkileyici ve eğitimlerine faydalı nitelikte oyunlara yönelin.

34. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları çocukların şiddete yönelmelerine, şiddet ve saldırganlıklarını günlük yaşamlarında gidermelerine, kavgaya ve ölüme karşı acımasız ve duyarsız olmalarına sebep olduğu için bu tür oyunlarından uzak durmalarına özen gösterin.

35. Çocuğunuzun sevdiği ve ilgi duyduğu alanlar hakkında bilgi sahibi olun.

36. Çocuğunuzun arkadaşlık ilişkilerini destekleyin.



