



TEKNOLOJİNİN BİLİNÇLİ KULLANIMI

PROF. ABDULLAH TÜRKOĞLU
ORTAOKULU PSİKOLOJİK DANIŞMA VE
REHBERLİK SERVİSİ

- Evlerde uzun süreler geçiren çocuk ve gençlerimizin uğraşları da farklılaşma gösteriyor.
- Her konuda olduğu gibi, teknolojinin kullanımı için de birçok olumlu ve olumsuz yön bir arada bulunuyor.
- Bilgilenerek farkında olma düzeyimizi arattırabilmeye katkısı olmasını dilerim😊
- Bu sunumda, teknoloji kullanımı ile ilgili birkaç kavram ve araştırmaya değinilecektir.
- Klinik Psikolog Evren MORGÜL, Adli Psikolog Esra YAPAR, Doç.Dr.Yavuz SAMUR'un yazı ve paylaşımlarından yararlanılarak oluşturulmuştur.

TİKTOK

- Konuya yabancıysak kısaca özetlemek gerekirse;
- TİKTOK: GÖRSEL VE SES EFEKTLERİ EKLEYEREK KISA VİDEOLAR, FOTOĞRAFLAR ÇEKMENİZE VE PAYLAŞMANIZA YARAYAN BİR SOSYAL AĞ UYGULAMASI.
- Hem telefonda hem de bilgisayarda kullanılabilen Tiktok, ücretsiz olarak yüklenebiliyor. Uygulama üzerinde sesli görüşme ve mesajlaşma gibi seçenekler de bulunuyor.

- Dünyada 150 den fazla ülkede, yarım milyar insanın indirmiş olduğu uygulama
- Tiktok'un kullanım istatistiklerine bakıldığında, ülkemiz çoğunluğu gençlerden oluşan 23 milyon kullanıcı ile 3. sırada yer alıyormuş.
- Ergenlik başlangıcını genel olarak 12 yaş kabul edersek; bu uygulamanın 8-11 yaş çocuklarında da oldukça fazla kullanıldığı tespit edilmiş.

□ Birkaç araştırmanın ortak sonucuna göre çocuk ve gençler bu uygulamayı;

- 1) Sosyal tanınma ve takdir görme
- 2) Şöhret ve ün arayışı
- 3) Kendilerini ifade etmek
- 4) Yeteneklerini sergilemek

Amaçlarıyla kullanıyorlar.

- Bir diğer bulgu da;
- Kendi videolarını çekip yayınlayan bu çocuklara “tiktok uygulamasına neden ihtiyaç duydukları” sorulduğunda, çoğunluğu bu uygulamayı
 - Sosyal çevrelerini genişletmek ve
 - Kimlik-kişilik yaratma arzusu amacıyla kullandıklarını söylemiş.

- Türkiye'deki 500 genç kız ve erkek ğrenci ile yapılmış bir araştırma;
- Tiktok uygulamasının gençlerin *akademik ve sosyal hayatını* olumsuz şekilde etkilediğini ortaya çıkarmış.
- İngiltere'de yapılmış bir çalışma ise farklı kültürdeki kız çocuklarının Tiktok kullanımının koronavirüs dönemindeki artışını incelemiş. Bulgular şöyle:

- ❑ Pandemi ile beraber eve kapanan gençler aileleriyle beraber zaman geçirmek istemediklerinde kendi odalarına çekiliyor ve çoğunlukla tiktok videoları izleyip benzerlerini çekmeye çalışıyor.
- ❑ Araştırma, pandemi döneminde TikTok Kraliçesi olarak hızla tanınan 16 yaşındaki Charli D'Amelio isimli genç kızdan yola çıkıyor. Charli, pandemi döneminde çok büyük kısmı yatak odasında olmak üzere çektiği videolarla 100 milyondan fazla takipçiye ulaşmış.

- ❑ Araştırma; Charli gibi dans etmek isteyen birçok gençte benzer paylaşımların yapılmaya başlandığını ve bu tarzdaki rol modellerin oluşmasıyla “yatak odası kültürü” denilen yeni bir terim ortaya çıktığını belirtiyor.
- ❑ Çalışmaya göre; bu tür videoların sürekli çekilmesi(arka fonda yatakları, yatağın üzerinde dans vb) ile gençlerin kişisel alanı olan odaları, gözlenmesinde sakınca bulunmayan alanlar olarak algılanmaya başlamış.
- ❑ En çok ilgi gören diğer videoların banyo ve havuzda çekilenler olduğu ifade edilmiş.

- Çalışmanın vurguladığı bir diğer nokta; gençlerin takip ettiği fenomenlerin *genellikle aşırı zayıf, cazibeli ve zengin görünen genç kızlar olduğu*.
- Fenomen kız çocuklarının videolarında vücut hatlarını ön plana çıkaran giysiler, abartılı göz kırpma, ağız ve dillerini gösteren yüz ifadeleri kullanıldığı ifade edilmiş.
- Literatürde, tiktok uygulamasının erkek çocukları üzerindeki etkileri konusunda yeterli araştırma olmadığı görülmüş.

- *Görselliğin son derece ön planda olduğu bu sanal dünyaya çocukların fazlaca dahil olmasının, onların estetik-güzellik algısını tek tipe indirdiği; takip edilen fenomenlerin “ideal” oldukları yanılığısıyla birçok gençte özgüven eksikliği ve yetersizlik duygularının gelişmesine yol açtığı belirtiliyor.*
- Ayrıca, Tiktok’un algoritmasının çok izlenen bu “ışıltilı fenomen gençleri” daha fazla ön plana çıkarmasının, önemli “toplumsal ve sosyal çalışmaları paylaşan ve projeler üreten” gençlerin rağbet görmemesine neden olduğu ifade ediliyor.

- Çalışmalar; “tiktok can sıkıntısının ilacıdır” inancı geliştiren çocukların, bu inancın yerine “can sıkıntısının çok değerli bir duygu olduğunu; gelişimin ve araştırmanın, sıkılmayla başladığını” fark etmelerini öneriyor.
- Çok kısa sürede hızla yayılan ve anlık eğlence sunan bu platform ile ilgili tartışmaların süreceği belirtiliyor.
- Eğlenceli videoların büyümesine kapılan çocuk yaştaki gençler, içerik olarak bomboş videolarla zaman mı öldürüyor?
- Yeterli editöryel denetim olmadığı için acaba "teşhirciliğe" mi dönüşüyor?

□ Tiktok videolarında, kendi veya çevresindekilerin sağlığını tehlikeye atanlardan, bağırıp, çağıranlara; soyunarak cinselliğini öne çıkartanlardan, hakaret ve argo ifadelere bolca rastlamak mümkün.

□ Üstelik bu videolara küçük kullanıcılar da (Normalde uygulamada 13 yaş sınırı var, ancak bunu ispat için belge ibrazı gerekmediğinden sağlıklı denetim yapmak zor) yetişkin kullanıcılar da ulaşabildiğinden, 13 yaşındaki bir gencin çektiği çıplaklık içeren bir video, 50 yaşındaki bir kişi tarafından görülebiliyor.

□ Dünyadaki bazı ülkelerde bu sebeplerle

uygulamanın incelemeye alındığı belirtiliyor

GROMING-SIBER UŐAKLAŐTIRMA

- Nedir?: Bir yetişkinin internet üzerinden çocukla iletişime geçip güven ilişkisi kurarak onu istismara hazırlamasıdır.
- Bu sürecin, saatler, haftalar ya da aylarca sürebileceği belirtiliyor.
- İstismarcıların genelde ilk olarak internet üzerinden çocukla iletişime geçtiklerinde, onların yaşıtı gibi davranıp arkadaşlık kurdukları; çocuğun güvenini kazanabilmek için başkalarının fotoğraflarını veya videolarını kullandıkları biliniyor.

- İkinci aşamada; çocukla duygusal bağ kurabilmek için, ortak problemleri varmış gibi davranarak bir nevi dert ortaklığıyla iyi arkadaş gibi davranırlar.
- Bu iletişimin devamında çocuğa interneti nerede kullandığı, bilgisayarın yeri sorulur.
- Böylece çocuğun etrafında bir yetişkin olup olmadığı kontrol edilir.

- Tüm bu aşamalardan sonra ilginin saldırganana odaklandığı ve konuşmanın cinselliğe kaydığı belirtiliyor.
- Çocuk-ergen yönlendirilmeye çalışılır. Çeşitli resim ve videolar istenir. Bu istek zamanla rahatsız edici boyutlara ulaşır ancak bu noktadan sonra çocuğun sessizliğini koruması için onu suçlama ve tehdit yöntemleri kullanılır.

- Böylece çocuk/ergen durumu ailesiyle paylaştığında suçlanacağını ya da istismarcının tehditlerinden dolayı gönderdiği resim/videoların internete yayılacağını düşünür ve istismarcıya itaate devam eder.

NASIL ÖNLEMLER ALINABILIR?

- Pek çok durumda olduğu gibi, teknolojik araçların kullanımında da kendimizin model olduğu fikrini kabul edip kendimizi değerlendirerek işe başlayabiliriz.
- Kendimize bu konuda sınır koyabiliyor muyuz?
- Telefon, bilgisayar ya da tv ile geçirdiğimiz vakit aileyle birlikte geçirilebilecek zamanlardan çalıyor mu?
- En çok hangi içeriklerle vakit geçiriyoruz?

- Ebeveynler de çocuklarımız da internette vakit geçirecek ve olumlu anlamda birçok kazanımı da olacak. Bu aşamada çocuklarımızın interneti nasıl kullanacaklarını ve nasıl güvende kalabileceklerini konuşabiliriz.
- Teknolojiyi yasaklayarak daha da cazip hale getirmek yerine sınırlama koymak gerekli.
- Sanal ortamda; kendisi ile ilgili ayrıntılı bilgileri (ailesi, adres bilgisi, telefon numarası gibi) paylaşmaması belirtilmeli.
- Telefon ve tabletlerde süre ve içerik sınırlaması ayarlarını kullanarak çocuğumuzun ne kadar süre internette kalacağını ya da hangi yaş düzeyindeki uygulamaları kullanmasına izin vereceğinizi

- Youtube uygulamasında kısıtlı modu seçme ya da ayarlardan öneriler kısmının kapatılması yapılabilir.
- İçeriğinden hoşlanmadığınız kanalın size video açması engellenebilir.
- Kaliteli olduğunu düşündüğünüz, içeriğine güvendiğiniz kanallara abone olunarak beğendiğinizde, çocuğunuzun karşısına bu beğenilen videoların çıkma olasılığı artacaktır.
- Kendi hesabınızla youtube'a girerek kitaplık kısmından çocuğunuzun izlemiş olduğu geçmiş videolarını kontrol edilip, bunlar hakkında konuşulabilir.

- Küçük yaşlardan itibaren çocuğun kendisinin ve diğer insanların özelinin farkına varması,
 - Diğer insanların özeline saygı duyması,
- Kendisinin istemediği, hoşlanmadığı bir dokunuş ya da isteğe hayır diyebilme hakkının olduğunu öğrenmesi
- «sınırlarını koruması» anlamında bilinçli olmasını sağlayacaktır.

- Çocuğumuzla iletişimimizin sağlıklı olması, bizimle sohbet edebileceğini; arkadaşları, merak ettikleri, oynadığı oyunlar, ilgi alanları hakkında konuşabilmesi sanal ortamda rahatsızlık yaşadığı ya da hata yaptığını düşündüğü bir durumu anlatabilmesini kolaylaştıracaktır.