

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI
SİBER ZORBALIK
İNTERNET ORTAMLARINDA CİNSEL İSTİSMAR



Bağımlılık kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde;
Kontrolünü kaybetmesi ve
Onsuz bir yaşam sürememeye başlamasıdır.

Teknoloji Bağımlılığının Belirtileri

- Ruhsal ve bedensel sıkıntılara rağmen teknolojiyi kullanmaya devam eder.
- Bağımlı olduğu şeyle gittikçe daha çok vakit geçirmek ister.
- Teknolojiyi istediği gibi kullanamazsa aksi, asabi ve öfkeli olur.
- Bağımlı olduğu şeyi kullanmazken bile onu düşünür.
- Sorumluluklarını yerine getirmekte zorlanır.
- **Bilgisayarda, tablette ve telefonda oyun oynarken ya da internette vakit geçirirken zamanın nasıl geçtiğini anlamıyor ve oyunu bırakamıyorsak bu bir uyarı işareti olabilir.**

Bağımlılıktan Korunmak İçin Öneriler

- Yavaş yavaş ama kararlı olarak azaltın.
- Yerini doldurun, kullanımı azalttığımızda yeni faaliyetlere yönelin (Spor, hobi, vb.)
- Düşünün! Sanal ortamdaki başarı ve saygınlık mı daha değerli, gerçek hayattaki mi?
- Zararlarını, sizden aldıklarını düşünün.
- Gerekirse uzman yardımı alın.

SİBER ZORBALIK NEDİR?

- Sosyal medyada, mesajlaşma platformlarında, oyun platformlarında kişiyi korkutmayı, kızdırmayı veya utandırmayı amaçlayan, tekrarlayan zorba davranışlardır.

ÇOCUĞUNUZ SİBER ZORBALIĞA UĞRUYOR OLABİLİR Mİ?

- “Okulda çok mutsuzum” ya da “Hiç arkadaşım yok” gibi söylemlerinde artış olması.
- Daha önce kullanmaktan memnun olmasına rağmen, aniden bilgisayar ya da cep telefonunu kullanmayı bırakması.

- Bilgisayarını ya da cep telefonunu sizin görebileceğiniz bir yerde kullanmak istememesi.
- Anlık mesaj, fotoğraf veya e posta bildirimini aldığı anda gergin ya da huzursuz olması.
- Uykuda bozulmalar ve yeteri kadar uyuyama
- İştahta aşırı artış ya da azalma
- Aile üyelerinden ya da arkadaşlardan anormal bir şekilde geri çekilme, uzaklaşma.
- Daha önce ilgi duyduğu şeylere karşı kayıtsız olması
- Okula gidiş gelişlerde huzursuz olmaya başlaması
- Aile bireyleri ve arkadaşlarıyla iletişimini aniden kesmesi
- Okul başarısındaki ani düşüş

AİLELER ÇOCUKLARINI SİBER ZORBALIK OLAYLARINDAN NASIL KORUYABİLİRLER?

- Aileler, çocukları bilgi ve iletişim araçlarını (bilgisayar, telefon, tablet, internet vb.) hangi amaçlar için kullanması gerektiği konusunda çocukları bilgilendirmesi gerekmektedir.
- Aileler; çocukların bilgi ve iletişim araçlarıyla (bilgisayar, telefon, tablet, internet vb.) neler yaptıklarını kimlerle iletişim içerisinde olduklarını kontrol etmelidir.
- Aileler, çocuklarına özel bilgileri, şifreleri ve fotoğraflarını kimseyle paylaşmaması gerektiğini belirtmesi gerekmektedir.
- Çocukları siber zorbalık olaylarıyla ilgili bilgilendirin.
- Çocukların güvenini kazanın ve sanal ortamda yaşadıklarını sizinle paylaşması için onları cesaretlendirin.
- Bilmediği numaralardan ve maillerden gelen mesajlara cevap vermemeleri gerektiğini çocuklara öğretmelidir.
- Ebeveyn olarak bilgi ve iletişim araçlarını en azından çocuklarımızın denetimini yapabilecek düzeyde kullanma bilgisine sahip olun.
- Bilgi ve iletişim araçlarını potansiyel suçlu olarak görmek yerine çocuğun kullanım alışkanlıkları, sanal ortamdaki davranışları üzerine yapıcı sohbetler yapılmalıdır
- Sosyal ağlarda çocuğunuzu denetleyebilmek için çocuğunuzla arkadaş/takipçi olabilirsiniz. Ancak bu durum onu yargılayıcı, kısıtlayıcı ve cezalandırıcı bir araç haline gelmemelidir. Aksi takdirde sizin haberiniz olmayacak başka hesaplar kullanabilir ya da riskli davranışlarda bulunabilir.

- Çocuklara gerçek hayatta olduğu gibi sanal ortamda da başkalarının özeline, mahremiyetine saygı gösterilmesi gerektiği bilgisi verilmeli
- Gerçek hayatta tanımadığı kişileri arkadaş olarak eklememeleri ve tanımadıkları kişilerle sanal ortamda konuşmamaları gerektiği söylenmelidir.
- Sanal ortamda, sosyal ağlarda adres, okul, kimlik bilgileri gibi özel bilgiler paylaşılmaması gerektiği bilgisi çocuklara verilmelidir.
- Sanal ortamda karşılaştığı/karşılaşabileceği rahatsız edici her türlü soruna karşı size çekinmeden gelebileceğini çocuklarınıza iletmeli ve bunu onlara hissettirmelisiniz.
- Çocuğunuz sanal zorbalığa uğramış ve bu durumdan sizin haberiniz olduğunda öncelikle sakin ve serin kanlı olmalısınız.
- Asla yasaklayıcı, interneti, telefonu vs. elinden alma gibi yaptırımlara başvurmamalısınız.
- Çocuğunuza yanında olduğunuzu hissettirmeli ve onu koruyacağınızı ifade etmelisiniz.
- Okulla işbirliği yaparak destek alınabilir ve duruma göre polis, savcı gibi adli mercilere başvuru yapabilirsiniz.
- İnternet ortamında birçok farklı suçun işlenmesi mümkündür. Bu tür bir durum ile karşılaştığında www.ihbarweb.org.tr adresinden bu durum bildirilebilirsin.

İNTERNET ORTAMINDA CİNSEL İSTİSMAR

OLASI TEHLİKELER NELERDİR?



- 1. Tanımadıkları kişilerle arkadaşlık
- 2. Aşırı kullanımın sebep olduğu internet bağımlılığı
- 3. Öfke, şiddet ve yalnızlık gibi psikolojik sorunlar
- 4. Şiddet ve müstehcen içerikli görüntüler Öfke, şiddet ve yalnızlık gibi psikolojik sorunlar
- 5. Müstehcen yayın ya da şiddet içeren internet

sitelerine tesadüfen ve kolaylıkla girebiliyor olması,

- 6. Yaşına uygun olmayan görüntülerle karşılaşılıyor olması,
- 7. Kimliği belirsiz ve tehlikeli kişilerce kandırılma ya da taciz edilme ihtimali tüm yaşantılarını etkileyecek ve kalıcı izler bırakacak sonuçlar doğurabilmektedir.

ÇOCUĞUNUZUN BİLMESİ GEREKENLER NELERDİR?

- 1. İnternette tanımadıkları kişilerden gelen arkadaşlık tekliflerine hayır demeyi
- 2. Hoşlanmadıkları bir durumu sizinle paylaşmaları gerektiğini
- 3. İnternet üzerinden gelen cazip, fakat aldatıcı teklifleri reddetmeyi
 - 4. İnternetin gerçek hayattan çok farklı olduğunu
- 5. Hayatın sadece İnternette ibaret olmadığını



DAVRANIŞLARI KAZANDIRMAK İÇİN ÖNCE ÖRNEK OLUN!



- 1. İnternet kuralları belirleyin ve bunlara önce siz uyun.
- 2. Çocuklarınızla aranızda aile sözleşmesi imzalayın ve uygulayın.
- 3. Belirlediğiniz İnternet kullanım zamanına siz de riayet edin.
- 4. İnternet dışında aile içi aktiviteler düzenleyin.
- 5. Çocuğunuzun en iyi ve en güvenilir arkadaşı siz olun.

ÇOCUK CİNSEL İSTİSMARA UĞRADIĞINI (YA DA BU EYLEMİN SÜREKLİLİK ARZETTİĞİNİ) AÇIĞA VURURSA NE YAPABİLİRSİNİZ?

Yakınızda ya da çevrenizde herhangi bir çocuğun ihmal ya da istismara maruz kaldığını düşünüyorsanız;

- Emniyet Müdürlüğü Çocuk Polisi Şubeleri
- Rehberlik Servisine
- Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu İl Müdürlükleri
- Baroların Çocuk Hakları Merkezleri
- Hastaneler bünyesindeki Çocuk Koruma Merkezi/Birimleri
- İnsan hakları ve çocuk hakları örgütlerine
- başvurabilirsiniz.

SPİL ORTAOKULU
REHBERLİK SERVİSİ