



Cep telefonu, bilgisayar ve internet için İPUÇLARI

→ **Cihazları çocuğunuzun yaşına göre seçin.**

Öneriler: Cep telefonunu 9 yaşından önce almayın 12 yaşından önce kendisine ait olan bir bilgisayar olmasın.

→ **Kullanmaya başladığında çocuğunuza özellikle eşlik edin.**

Ayrıca, bilgisayar ve internet kullanımını öğrenmek gerekir:

Aradığımı nasıl bulabilirim? Hangi sitelere güvenebilirim? Nerede dikkat etmeliyim?

Çocuğunuza medyayı güvenli kullanmayı öğretin, yardımcı olun.

Küçük çocuklar için, ebeveyn denetimleri de yararlı olabilir.

→ **Bilgi gizliliği ve paylaşım çok önemlidir.**

Çocuğunuza kişisel bilgi paylaşımında çok dikkatli olmasını anlatın, utanç verici fotoğrafları veya başkalarının herhangi bir fotoğrafı izinsiz yüklemek doğru olmadığını belirtin.

→ **Cep telefon ayarları sabitleyin.**

Cep telefonu sağlayıcısından çocuğunuz için yasak veya zararı lolan sayfaları, telefon numaralarını kapatın. Telefon faturalarını sürekli kontrol etmekte fayda vardır.

→ **Kullanım kurallarını çocuğunuz ile konuşun:**

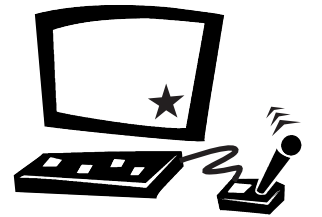
Cep telefonu ile iletişimi ve internet kullanımı için kurallar vardır. Birbirine saygılı olmak, insanları karalamak ve hakaret etmemek gerekir.

→ **Çocuğunuzun bilgisayar ve dolayısıyla internette neler yaptığına bir bakın.**

Çocuğunuz size neler ile ilgilendiğini gösterebilir, hoşlandığı konuları anlamaya çalışın. Hoşgörülü davranın ve onunla sürekli konuşun.

→ **Uygun bilgisayar oyunları.**

Yaş sınırlamaları ilk ipucudur. Bir oyunun çocuğunuza uygun olup olmadığını ancak siz oyunu kendiniz oynadığınızda anlayabilirsiniz.



→ **Olumsuz durumlarda yardım alın.**

Rahatsız edici görüntü veya durumlarda (zorbalık, pornografi, şiddet) çocuklar veya ergenler karşı karşıya geldiklerinde, onlar için yardım alma durumu olabilir, onlar için yardım alın.

→ **Zamanlama:**

Bilgisayar, telefon ve internet kullanımını aşırıya kaçmaması için zamanlama ile ilgili bazı kurallar getirilmelidir. Küçük çocuklar için calar saat iyi bir fikir olabilir. Daha büyük çocuklar ve gençler için kendilerin belirleyebileceği haftalık toplam zaman ayarı yapılabilir.

→ **Cep telefonsuz gecirilecek zamanlar:** mesela yemekteiken, ev ödevi yaparken ve yatağa girmeye hazırlanırken sağlıklı bir aile ortamı, rahatlatma ve de konsantrasyon için uzun sürede fayda sağlanmaktadır.

