

## TEKNOLOJİ KONTROL VERİR Mİ, ALIR MI?

Şimdi soru şu: çocuklar kontrol ihtiyacını okulda mı karşılayabiliyor yoksa evdeki teknolojiyle mi?

Okulda geleneksel eğitim hakimse genelde her şey öğretmenin kontrolündedir. Veya evde çocuğa fikri sorumluluk verilmiyor, sorumluluk verilmiyor ve evdeki kararlara çocuk dahil edilmiyor ise evde de hiçbir şeyin kontrolü çocukta değildir.

Ama evdeki teknoloji, yani oyunlar ve sosyal medya, tamamen çocuğun kontrolündedir.

Bilgisayar oyunu oynayan çocuk karakterden tutun da ortama, seviyeye kadar her şeyi kendi seçer. Kontrolüdür.

Arkadaşlarıyla istediği zaman istediği şekilde ilişki kurar. Kontrolüdür. Yani, çocuk okulda ve evde kontrolü kendinde hissetmediği zaman teknolojide bunu bulur ve adeta yapıştır.

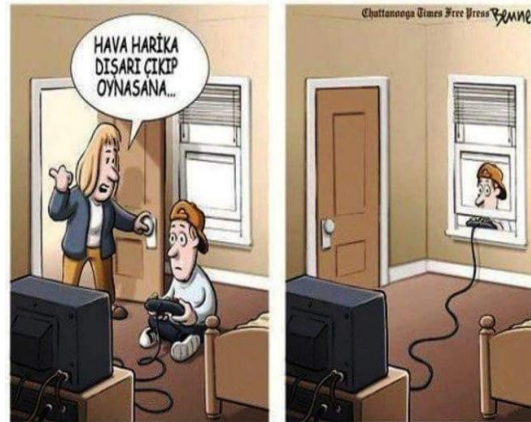
## BAĞIMLILIK İHTİYACI

Kısacası, aslında çocuklar ve gençler teknolojiye bağımlı değildir, teknoloji aracılığıyla bir bağımlılık olan kontrol ihtiyacını karşılar.

Gerçek hayatta bu ihtiyacını karşılayan çocuk/genç teknolojiye aşırı derecede yönelmeyecektir.

Bir baba;

Çocuğunun elinden IPAD'ı almış. Çocuk tepki göstermiş. Ama o sırada onla öyle oyunlar oynamış ki önceden sürekli IPAD isteyen çocuk, şimdi babasıyla oyun oynamak ve zaman geçirmek istiyormuş. Bu nedenle yapılması gereken gerçek hayatta ve okulda çocuğa seçme özgürlüğü, özerklik ve kontrol vermektir.



## HAYAT REHBERİ Öğretmen Broşürü

SAYI 2

## TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

REHBERLİK SERVİSİ

# TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

**Çocukların ve gençlerin çoğu teknolojiye bağımlı;**

En çok nasıl kullanıyorlar diye bakıyoruz.

İlk üç sırada oyun, sosyal medya, müzik/film var.

Ama aynı zamanı ve enerjiyi okula vermiyorlar?

Evdeki teknolojiye bağımlı olan çocuk, neden okula ya da okuldaki teknolojiye bağımlı olmuyor?

## 1)HAYVANAT BAHÇELERİ

Oxford Üniversitesi'nden araştırmacılar Clubb ve Mason vahşi Afrika fillerinin hayatını araştırırken ilginç bir şey farkediyor. Buldukları ortama göre, yaşam süreleri muazzam değişiklik gösteriyor. Filler, doğal ortamda 56 yıl yaşarken, hayvanat bahçesinde sadece 17 yıl yaşıyor. Neden acaba?

## 2)ÜNLÜ WHITEHALL ARAŞTIRMASI

College London Üniversitesi'nden Prof. Michael Marmot İngiltere Hükümetinde çalışan 18.000 kişinin sağlık durumlarını karşılaştırıyor. Ortaya çok ilginç bir tablo çıkıyor. Alt seviyede çalışanların kalp krizi geçirme ihtimali, üst düzeyde çalışanlara göre tam üç kat daha fazla. Neden acaba?

## 3)EKSTREM SPORLAR

Giessen Üniversitesi'nden Prof. Renate Deinzer paraşütcüler üzerinde bir araştırma yapıyor. Paraşüte ilk başladıklarında ve uzmanlaştıklarında vücutta salgılanan adrenalin oranlarını karşılaştırıyor. İlginç bir şey buluyor. Kişi deneyim kazandıkça, vücut daha az adrenalin salgılıyor. Öyleyse, neden kişiler hala ekstrem sporları yapmaya devam ediyor? Acaba adrenalin dışında başka bir etken mi var?



## KONTROLDE OLMA İHTİYACI

Bu üç araştırmaya bakınca çok net bir şey görüyoruz.

İnsanların ve hayvanların en temel ihtiyacı "kontrolde olmak". Herkes hayatının kontrolü elinde olsun istiyor.

Filler hayvanat bahçesine yerleştirilince, onların elinden hayatlarının kontrolü alınıyor.

Düzenli yemek ve üst düzey korunma sağlanmasına rağmen, kontrol alınınca daha az yaşıyorlar.

İnsanlarda da durum aynı. İngiltere Hükümetinde alt düzeyde çalışanlar karar verme ve seçim yapma gücüne sahip değil. Bu da stres yaratıyor. Üst düzeyde çalışanlar kendilerini kontrolde hissediyor. Yaşamları, tahmin edilenin aksine daha az stresli.

İnsanda kontrol ihtiyacı o kadar önemli ki ekstrem sporlarla ilgilenenler bu şekilde kontrol ihtiyacını karşılıyor. Kontrol edilmesi en zor ortama kendisini atıyor ve kontrol etmeye çalışıyor.

Daha az adrenalin salgılanmasına rağmen, kontrol ihtiyaçlarını karşıla-