

## ÇOCUĞUNUZ TEHLİKEDE OLABİLİR

Eğer,

- İnternet ile çok fazla vakit geçiriyorsa,
- Kullanımını azaltma çabalarınız başarısız kalıyorsa,
- İnternetteyken kontrolünü kaybediyorsa (Sürekli "birkaç dakika daha" sözünü duyuyorsanız),
- İnternet kullanımına bağlı olarak sağlık problemleri ortaya çıkmaya başladıysa (göz, duruş bozuklukları..)
- İnternet kullanımı hakkında sıklıkla çatışma yaşıyorsanız.
- Sorumluluklarını aksatmaya başladıysa
- Uyku ve yemek düzeni bozulmaya başladıysa
- Kısıtlamalar koyduğunuzda agresif ve sinirli oluyorsa
- Teknoloji kullanımını saklamak için yalana başvuruyorsa



Çocuğunuz **Bağımlı** Olabilir..

İntihara yönlendirme ve teşvik

Cinsel İstismar

Madde kullanımına teşvik

Siber zorbalık

## ÇOCUKLARIMIZIN MARUZ KALDIĞI TEHLİKELERİN FARKINDA MIYIZ?

Taciz

Mahremiyet ihlalleri

Müstehcen içerikler

Sosyal becerilerde gerileme

Teknoloji bağımlılığı

Gizlilik ihlali ve kimlik hırsızlığı

## Günlük İnternet Kullanım Süresi Ne Olmalıdır?

- 0-2 YAŞ: Teknolojik aletlerle tanıştırılmamalıdır.
- 2-6 YAŞ: Toplam 30 dakikadan az zaman geçirilmelidir.
- 6-10 YAŞ: Toplam 45 dakikadan az zaman geçirilmelidir.
- 10-15 YAŞ: Toplam 1 saatten az zaman geçirilmelidir.
- 15-18 YAŞ: Toplam 2 saatten az zaman geçirilmelidir.



## Farkında mısınız?

- Çocuğunuz hangi oyunları oynuyor?
- Oynadığı oyunlar yaşına uygun mu?
- Oynadığı oyunların içeriğini biliyor musunuz? (Şiddet, nefret, müstehcenlik, korku, bahis vb.)
- Oynadığı oyunları kimlerle oynuyor?
- Hangi uygulamaları kullanıyor?
- Kullandığı uygulamalarda ne gibi tehditlere maruz kalıyor?

## Siber Zorbalık Nedir?

- Siber zorbalık, dijital teknolojilerin kullanımıyla sosyal medyada, mesajlaşma platformlarında, oyun platformlarında kişiyi korkutmayı, kızdırmayı veya utandırmayı amaçlayan, tekrarlayan zorba davranışlardır.
  - Çocuğunuz Siber Zorbalığa Uğruyor Olabilir mi?
  - Çocuğunuz Siber Zorba Olabilir mi?

# Ebeveynler Olarak Neler Yapabilirsiniz?

Çoğu çocuk, kırmızı çizgisi olmadığı için başına gelen durumun ciddiyetini anlamıyor. Hazırlıksız yakalanıyor. Anladığında ise istismarcıların eline çoktan kişisel bilgileri ve fotoları geçmiş oluyor. Alarm konusunu şöyle konuşabilir ve destek sözü verebiliriz

- KİŞİSEL BİLGİLER**  
Biri senden TC kimlik numaranı, açık adresini isterse veya sen bunları ona söylemeden o sana söylerse hemen Kırmızı Alarm vermelisin.
- ÖZEL FOTOĞRAF**  
Bir kişi senden hangi gerekçe ile olursa olsun özel/çıplak fotoğraf isterse, ısrar ederse, sen reddettiğinde sevgisini çekerse veya seni küçümserse yine Kırmızı Alarm tuşuna basmalısın.

## 5 KIRMIZI ALARM NOKTASI

- TEHDİT**  
Bir kişi seni ifşalamakla, özel bilgilerini ve fotoğraflarını yaymakla, ölümlü veya aillene zarar vermekle tehdit ederse hemen yine Kırmızı Alarm çalmalı.
- BİRİSİNİ SANA VURURSA, BEDENİNE ZARAR VERİRSE, SONRASINDA ÖZÜR DİLESE BİLE KIRMIZI ALARM İLAN ETMELİSİN. BİLİYORUZ Kİ KIRMIZI ALARM TUŞUNA BASILMADIĞINDA ŞİDDET ARTARAK DEVAM EDİYOR.**
- KÖTÜ DOKUNUŞ**  
Biri seni rahatsız eden, özel bölgelerini içeren bir dokunus yaptığında hemen alarma basmalısın.

### KOŞULSUZ DESTEK SÖZÜ

Biliyor musun, bu 5 noktayı bilsen bile bazen uygulayamayabilirsin. Çocuklar masumdur, hata yapabilir. Bu kırmızı çizgiler geçilmiş bile olsa gelip benimle paylaşırsan söz veriyorum seni kınamayacağım, seni suçlamayacağım, sana kızmayacağım. Seni korumak ve daha çok sevmek için elimden geleni yapacağım.

## Dijital Yazılımlar

- Çocuklarınızın dijital aktivitelerini izleyip yöneterek onları korur ve eğitimlerine destek olabilirsiniz. Bu amaçla ebeveyn kontrol yazılımı kullanabilirsiniz. yazılımlar; çocukların internet kullanımını takip ederek süre, erişim ve zararlı içeriklere karşı koruma sağlar.
- Bu yazılımlarla, aileler çocuklarının hangi web sitelerine girdiğini, hangi mobil uygulamaları kullandığını ve kimlerle iletişim kurduğunu görebilirler. Ayrıca, çocuğun internet kullanım süresi, site ziyaretleri, arama terimleri ve konum bilgisi gibi detaylar da izlenebilir.
- Bu yazılımların ücretsiz olanları mevcuttur. Size en uygun olanı tercih ederek güvenli bir internet ortamı sağlayabilirsiniz.