

### ✓ Öneriler

- 12-15 yaş: günde yaklaşık 1-2 saat telefon kullanımı.
- 16 yaş ve üzeri: daha fazla gerek ama kurallar devam etmeli.
- Telefonsuz zamanlar: Yemek sırasında, uyumadan önce, ders çalışırken.
- Önemli: Telefon yatak odasında şarj edilmemelidir.
- Önce basit telefon önerilir. Akıllı telefon mümkünse 13 yaşından sonra.

### Daha fazla bilgi

Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (Çocuk ve Gençleri Medya Zararlardan Koruma Federal Merkezi)



Klicksafe.de - Medienbildung & Jugendmedienschutz (Gençlik medyasının korunması)



Daha fazla soru ve malzeme ihtiyacı için lütfen şu adrese başvurun:

**Viola Aurich und Nicole Wellhöfer**

Danışma ekibi: Ortaokullarda dil eğitimi

[aurich@sprachfoerderzentrum.de](mailto:aurich@sprachfoerderzentrum.de) /  
[wellhoefer@sprachfoerderzentrum.de](mailto:wellhoefer@sprachfoerderzentrum.de)

Tel.: (030) 403 9492 235

**SprachFörderZentrum Berlin-Mitte**

**Badstraße 10**

**13357 Berlin - Gesundbrunnen**

[www.sprachfoerderzentrum.de](http://www.sprachfoerderzentrum.de)



İndirilecek broşür

## Akıllı Telefon Çocuğumu Nasıl Etkiliyor?

Ebeveynler için Bilgi ve Öneriler



**SPRACH  
FÖRDER  
ZENTRUM** **SFZ**  
BERLIN-MITTE

## Ergenlikte Dil Gelişimi NedeÖnemlidir?

Ergenlik dönemi kelime hazinesi, dilbilgisi, ifade becerisi ve okuma becerisinin gelişimi için çok önemlidir. Dijital medya bu gelişimi destekleyebilir – ama aynı zamanda yavaşlatabilir. Önemli olan gençlerin telefonlarını **nasıl** ve **ne kadar** kullandıklarıdır.

Bugün gençler çoğunluklar kısa mesajlar yazar. Büyük harfler ve noktalama işaretleri çoğu zaman kullanılmaz. Kelimeler internetten hızlıca bulunabilir ve ödevlerde yapay zekâ yardımcı olabilir.

Bu yazım tarzı daha sonra iş başvurularında veya üniversite çalışmalarında ortaya çıkarsa sorun olabilir.

Bu kısa bilgilendirme olası riskleri ve ebeveynlerin nasıl destek olabileceğini göstermektedir.

### ⚠️ Aşırı Telefon Kullanımının Dilsel Riskleri

#### 1. Daha basit dil kullanımı

Kısa mesajlar nedeniyle

#### 2. Dikkat ve okuma becerilerinde azalma

Çoklu görev nedeniyle dikkat süresinin kısılması

#### 3. Sınırlı kelime dağarcığı gelişimi

Emojiler, memler ve kısaltmalar gerçek dilin yerini alıyor

## 4. Uyku ve Konsantrasyon

- saatlere kadar akıllı telefon kullanımı uykun yoksunluğuna yol açar
- ve öğrenme için daha az enerjiye neden olur.

### 👨👩 Ebeveynler için Öneriler

#### 1. Açık kurallar belirleyin

- Telefonsuz ve medyasız zamanlar belirleyin  
Bu düzen sağlar ve tartışmaları azaltır.

#### 2. Kontrol yerine iletişim

- İlgi gösterin:

"Şu anda ne izliyorsun? Neden hoşuna gidiyor?"

- TikTok, YouTube ve oyunlara ilgi gösterin

➔ Gençler ciddiye alındıklarını hissedерlerse daha açık olurlar.

#### 3. Örnek olun

- Yemek sırasında telefonu bırakın
- Mesajlara daha sonra cevap verin
- Telefonsuz zamanlara kendiniz de uyun

➔ Kurallar ancak yetişkinler de uyguladığında işe yarar.

## 4. Dil gelişimini destekleyin

- Çocuklarınızın anlatmasına fırsat verin
- Birlikte okuyun
- Açık sorular sorun "Bu konuda ne düşünüyorsunuz?"

➔ Bu, kelime dağarcığını ve tartışma becerilerini güçlendirir.

## 5. Medya okuryazarlığını birlikte geliştirin

- Sahte haberler, algoritmalar ve veri koruma hakkında konuşun
- İçerikleri sorgulayın
- Faydalı dijital içerikler gösterin

## 6. Nicelik değil kalite

- Faydalı ve yaratıcı içerikleri destekleyin
- Sürekli kaydırmayı önleyin

➔ Ebeveynler iyi dijital alışkanlıklar geliştirmeye yardımcı olabilir.

## 7. Sorunları yapıcı şekilde çözün

- Sakin olun
- Endişelerinizi açıklayın
- Alternatifler önerin