

Teknolojisiz Zaman Haftası 2025–2026

Veli Değerlendirme Sonuçları ve Analiz Raporu

Bu rapor, Aralık 2025'te gerçekleştirdiğimiz **"Teknolojisiz Zaman Haftası"** uygulamasına ilişkin olarak 127 velimizin paylaştığı geri bildirimlerin analizine dayanmaktadır. Amaç; çocuklarımızın teknolojiyle kurdukları ilişkiyi gelişimsel bir perspektiften değerlendirmek, aile yaşamına yansıyan etkileri görünür kılmak ve eğitim uygulamalarımızı bu bulgular ışığında geliştirmektir.

GENEL DEĞERLENDİRME: YÜKSEK KATILIM VE OLUMLU GERİ BİLDİRİM

Velilerimizin %70,1'i uygulamayı **"kesinlikle başarılı"**, %25,2'si ise **"kısmen başarılı"** olarak değerlendirmiştir. Bu veriler, katılımcıların %95,3'ünün sürece olumlu katkı sağladığını göstermektedir.

Bu oran; okul–aile iş birliğinin gücünü ve teknoloji kullanımına dair ortak farkındalığımızı ortaya koymaktadır.

ÇOCUKLARDA GÖZLEMLENEN OLUMLU DEĞİŞİMLER

Velilerimizin gözlemlerine göre en belirgin gelişim alanları şunlardır:

- **Duygusal Denge Artışı (%68):** Daha sakin, huzurlu ve öfke kontrolü gelişmiş davranışlar; duygusal iniş çıkışlarda azalma
- **İletişim Becerilerinde Gelişme (%58):** Aile içi sohbetlere katılım ve kendini ifade etme becerisinde artış
- **Yaratıcılık ve Hayal Gücünde Artış (%52):** Kendi kendine oyun kurma ve problem çözme becerilerinde gelişme
- **Odaklanma Süresinde Uzama (%41):** Dikkat süresinde uzama ve dikkat dağınıklığında azalma
- **Sorumluluk Bilincinde Artış (%38):** Ev içi sorumluluklara gönüllü katılım ve kurallara uyma taahhütleri yerine getirme

Velilerden gelen paylaşımlar, ekran süresinin azalmasıyla birlikte çocukların ruh hâllerinde ve günlük ritimlerinde belirgin bir denge oluştuğunu göstermektedir.

"Ekransız çocuğum daha mutlu, huzursuz ve huysuz değil. Sakin bir şekilde oyunlarını oynayıp, uyku saatinde erkenden uyuyabiliyor."

"Dikkat süresinin uzadığını gözlemledim. Kendi kendine kitap okuması, oyun kurmaya çalışması çok önemliydi."

EKRANSIZ ZAMANDA TERCİH EDİLEN AKTİVİTELER

En sık uygulanan etkinlikler arasında masa oyunları, kitap okuma saatleri, sanat çalışmaları, aile sohbetleri ve mutfak aktiviteleri öne çıkmıştır.

Sıra	Aktivite	Katılım Oranı	Öne Çıkan Özellik
1	Kutu/Masa Oyunları	%85	Aile bağlarını güçlendirici
2	Kitap Okuma Saatleri	%73	Okuma alışkanlığı kazandırıcı
3	Sanat Etkinlikleri	%71	Yaratıcılığı destekleyici
4	Aile Sohbetleri	%68	İletişimi derinleştirici
5	Mutfak Aktiviteleri	%61	Pratik beceri geliştirici
6	Lego/Yapı Oyunları	%58	Üç boyutlu düşünme
7	Dış Mekan Etkinlikleri	%55	Doğa ile bağ kurma
8	Spor ve Hareket	%48	Fiziksel gelişim
9	Ev İşlerine Katılım	%42	Sorumluluk bilinci
10	Müzik ve Dans	%31	Duygusal ifade

Bu etkinliklerin ortak özelliği; **aile etkileşimini artırması, yaratıcılığı desteklemesi ve çocuğun aktif katılımını teşvik etmesidir.**

Birçok velimiz, "Uzun zamandır dolapta bekleyen oyunları yeniden keşfettik.", "Çocuğumun piyano çalmaya kendi kendine başladığını gördüm." ve "Beraber yaptığımız kurabiyelerin tadı hala damağımızda." şeklinde duygusal paylaşımlarda bulundu.

VELİ FARKINDALIKLARI: ÖNE ÇIKAN KAZANIMLAR

Geri bildirimlerde öne çıkan önemli farkındalıklar şunlardır:

- **Ekrana Ebeveyn İhtiyacı (%38):** Ekrana kullanımının çoğu zaman çocuklardan çok ebeveyn ihtiyacına dayandığının fark edilmesi

"Telefonlarımızı bir kenara koyunca, çocuklarımızın ekrana talebinin ne kadar az olduğunu fark ettik. Ekrana, bizim konforumuz için tercih ettiğimiz bir kaçış yoluymuş."

- **Zaman Algısının Değişmesi (%32):** Ekransız zamanlarda zaman algısının yavaşladığı ve anların daha dolu yaşandığının hissedilmesi

"Ekrana fazla iç içe olmanın zamanın hızlı akıyormuş yanılgısı yarattığını keşfettim. Ekransızken her anın değerini daha çok hissediyoruz."

- **Kaliteli Zamanın Etkisi (%45):** Kaliteli zamanın çocuk-ebeveyn ilişkisini derinleştirmesi

"Çocuğumla daha derin ve verimli gözlemlene şansım oldu. Onu daha çok anladığımı hissettim. Teknoloji biraz bulanıklaştırıyor zamanımızı."

- **Bağımlılık Farkındalığı (%29):** Ebeveynlerin kendi teknoloji kullanım alışkanlıklarını yeniden gözden geçirmesi

"Günümüzün yoğun kısmını ekrana başında geçirdiğimizi gördük. Telefon elim kolum gibi bir uzvum olmuş sanki."

YAŞ GRUPLARINA GÖRE DENEYİMLER

Küçük yaş gruplarında uyum oranı daha yüksek gözlemlenirken; 3. ve 4. sınıf düzeylerinde araştırma, ödev ve sosyal iletişim ihtiyaçları nedeniyle daha fazla esneklik gereksinimi ortaya çıkmıştır. Bu durum, gelişimsel ihtiyaçlara göre farklılaştırılmış uygulamaların önemini göstermektedir.

Yaş Grubu	Başarı Oranı	En Belirgin Kazanım	En Büyük Zorluk
Okul Öncesi	%69,7	Oyun kurma ve hayal gücü	Sürekli ilgi ihtiyacı
1. Sınıf	%76,3	Sakinleşme ve odaklanma	İlk gün adaptasyon
2. Sınıf	%68,3	İletişim becerileri	Rutin değişikliği
3. Sınıf	%66,7	Sorumluluk bilinci	Araştırma kısıtlaması
4. Sınıf	%60,0	Öz farkındalık	Sosyal iletişim ihtiyacı

TEKNOLOJİSİZ HAFTA SONRASI GÖZLEMLER

Velilerimizin %76'sı, uygulama sonrasında çocuklarının ekran kullanımında azalma ya da daha kontrollü bir yaklaşım gözlemlediklerini belirtmiştir. Bu bulgu, farkındalık temelli çalışmaların kalıcı davranış değişikliklerine zemin hazırlayabildiğini göstermektedir.

Davranış Modeli	Oran	Uzun Vadeli Etki
Ekran Talebinde Azalma	%41	Kalıcı alışkanlık değişimi
Süre Sınırlamasına Razi	%35	Öz denetim gelişimi
Geçici Özlem Sonrası Normale Dönüş	%18	Farkındalık artışı
Artmış Talep	%6	Telafi davranışı

SONUÇ VE TEŞEKKÜR

Bu rapor, sizlerin samimi katılımı, açık yürekliliği ve çocuklarınızın gelişimi için gösterdiğiniz özverinin bir ürünüdür. 127 ailenin deneyimlerinden öğrendiklerimiz, eğitim yaklaşımımızı zenginleştiren paha biçilmez bir hazinedir. Özellikle şunu vurgulamak isteriz: Bu etkinlik bir yasaklama değil, farkındalık yaratma çalışmasıydı. Amacımız teknolojiyi hayatımızdan çıkarmak değil, onunla sağlıklı, dengeli ve bilinçli bir ilişki kurmaktır. Çocuklarınızla geçirdiğiniz ekransız zamanların;

- Onların gözlerindeki ışıltıyı artırdığını,
- Aile sofralarınızda sohbetleri çoğalttığını,
- Evinizde huzur ve sakinliği pekiştirdiğini,
- Ve en önemlisi, gerçek temasın ve paylaşımın değerini hatırlattığını biliyoruz.



Bu yolculukta bize eşlik ettiğiniz, deneyimlerinizi paylaştığınız ve çocuklarımızın gelişimi için ortak sorumluluk aldığınız için yürekten teşekkür ederiz.

Birlikte büyümeye ve öğrenmeye devam edeceğiz.

Saygı ve Sevgiyle,

Mehmet Cemal Yıldız

Psikolojik Rehberlik ve Danışmanlık Koordinatörü

Yıldız Ayyıldız

Okulöncesi ve İlkokul Müdürü
Özel Bornova BAYETAV İlkokulu