



Azərbaycan Respublikası
Mədəniyyət Nazirliyi



F. K   rli adına Respublika
Uşaq Kitabxanası



Uşaqlar və internet

Uşaqlar və internet adlı vəsait mərkəzi kitabxanaların uşaq   b  ləri, MKS-nin   h  r, qəsəbə, kənd kitabxana filialları    n hazırlanmışdır.

Bakı - 2022

Tərtibçi:

Ruhiyyə Məmmədli

**İxtisas redaktoru və
buraxılışa məsul:**

**Şəhla Qəmbərova
Əməkdar Mədəniyyət işçisi**

Uşaqlar və internet - mərkəzi kitabxanaların uşaq şöbələri, MKS-nin şəhər, qəsəbə, kənd kitabxana filialları üçün hazırlanmış metodik vəsait / tərt.ed.: R.Məmmədli; ix. red. və burax. məsul Ş.Qəmbərova; F.Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanası.- Bakı, 2022.- 61s.

©F. Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanası, 2022

Giriş

Yüksək texnologiyaların sürətli inkişafı nəticəsində internet uşaqdan böyüyə qədər hər bir kəsin həyatının ayrılmaz hissəsinə çevrilib. Bu gün ən azı böyüklər qədər uşaqlar da, virtual məkandan özlərini ifadə vasitəsi kimi istifadə edirlər. İnternet uşaqlara informasiyaya çıxış, ifadə azadlığı və ictimai müzakirələrdə iştirak etmək hüququ verir. Mütəxəssislər hesab edir ki, internetin dəyəri onun açıq və əlçatanlığındadır.

Kompüterin yaradılması insan cəmiyyətinin inkişafında ən böyük rol oynayan elmi nailiyyətlərdən biridir. Artıq kompütersiz həyatı və fəaliyyəti düşünmək çox çətinidir. İnsanların şüuru inkişaf etdikcə onlar öz fəaliyyətlərini mümkün qədər əvəzdə bilən maşınlar yaratmağa çalışmışlar. Hazırda uşaqların sosial, fiziki, emosional və zehni inkişafına təsir edən tamamilə yeni şərtlərdə yaşayırıq. Müasir dövrdə yeni texnologiyalar çox sürətlə yayılır və daim inkişaf edir. Uşaqlar planşetlərin, mobil telefonların, noutbukların ekranlarına gündə ən azı səkkiz saat və daha çox baxmaqla virtual aləmdə vaxt keçirirlər.



Bu, uşaqların valideynlərlə və ya məktəbdə keçirdikləri vaxtdan daha çoxdur. Bilik əldə etmək, başqa mədəniyyətlərlə, yeni insanlarla tanış olmaq, öz yaradıcı imkanlarını və düşüncələrini ifadə etmək baxımından internet uşaqlar və gənclər üçün hədsiz imkanlar yaradır. Texnoloji inkişafda kəskin sıçrayış yeni tələblər irəli sürərək, müasir peşələr ortaya çıxarır. Müasir dünyada işəgötürənlər inamlı internet istifadəçilərinə üstünlük verirlər. Bir sözlə, internet həyatımızın bir parçasına çevrilir. Bəşər tarixində üç informasiya inqilabı məlumdur: onlardan birincisi - yazının, ikincisi - kitab çapının ixtirası ilə bağlıdır. İndi biz gələcəkdə insan bütün həyat şəraitini keyfiyyətcə dəyişdirməli olan üçüncü informasiya inqilabının başlanğıcındayıq. Bu inqilab, İnternetin - haqlı olaraq müasir texnologiyanın ən təsirli icadlarından biri sayılan qlobal kompüter informasiya şəbəkəsinin ortaya çıxması ilə əlaqəlidir. Bu şəbəkə, sözün əsl mənasında, XX əsrin son iyirmi ili ərzində lokal və ərazi miqyaslı bir çox kompüter şəbəkələrinin birləşdirilməsi nəticəsində meydana gəldi. İlk lokal hesablama şəbəkələri 60-cı illərdə yaranmışdır. Onların hər biri informasiya mübadiləsinə imkan verən, hər hansı bir təşkilatın və ya firmanın hesablama maşınları sistemi idi, xüsusi kəbellərlə birləşdirilərək bir və ya bir neçə yaxın binada yerləşirdi. Ərazi hesablama şəbəkələri bir-birinə bağlı olan bir neçə lokal şəbəkənin toplusu idi və yerli şəbəkələrin inkişaf etmiş forması sayılırdı. Onlardan istifadə edərək cari sistemin xaricindən məlumat almaq və əksinə, məlumat göndərmək olardı. Bu prosesin məntiqi zirvəsinə qlobal İnternet şəbəkəsi oldu. İnternet dünyadakı on minlərlə özəl, ticarət, akademik, dövlət və digər informasiya şəbəkələrini vahid bir sistem

şəklində birləşdirərək sözün əsl mənasında kompüter şəbəkəsi sisteminə çevrildi. 1969-cu ilin yanvarında ABŞ hökuməti internetin yaranmasının əsasını qoydu. Həmin ildə bir qrup alim strateji əhəmiyyətli məlumatların saxlandığı bir neçə kompüterə vahid bir sistem şəklində birləşdirdi. Onların işləri ABŞ Müdafiə Nazirliyinin bir bölməsi olan Perspektiv Tədqiqatlar İdarəsi (ARPA) tərəfindən maliyyələşdirilirdi. ABŞ hökuməti üçün bu sistem ona görə əlverişli idi ki, nüvə müharibəsi baş verəcəyi halda o, belə kompüterlərin fasiləsiz işləməsini təmin etməli idi. ARPANET sistemi əvvəllər yalnız elmi işçiləri uzaq kompüter mərkəzləri ilə birləşdirirdi. Lakin tezliklə aydın oldu ki, o çox rahat bir şəkildə elektron məktublar göndərmək və məlumat mübadiləsi üçün xidmət edə bilər. 1980-ci ilə qədər ARPANET-in nümunəsində müxtəlif cəmiyyətləri, qrupları və təşkilatları birləşdirən bir neçə başqa milli kompüter şəbəkəsi yaradıldı (məsələn, hesablama texnikası və proqramlaşdırma sahəsində tədqiqatçıları birləşdirən CSNET). 1983-cü ildə ARPANET iki şəbəkəyə ayrıldı - ARPANET və MULNET. ARPANET dinc və elmi məqsədlər üçün istifadə olunmağa başladığı halda, MULNET sistemi hərbi məqsədlərlə istifadə üçün ehtiyatda saxlanıldı. Onlar arasında informasiya mübadiləsi sistemi nəzərdə tutulmuşdu. Bu birləşməyə İnternet adı verildi. İlk vaxtlar ABŞ-da bütün milli kompüter şəbəkələri bir-birindən ayrı şəkildə mövcud idi, lakin tədricən bir-birinin ardınca İnternetə qoşuldular. Nəhayət, 1986-cı ildə ABŞ Milli Elm Fondu bütün ölkə alimlərini müxtəlif elmi mərkəzlərdə yerləşən beş superkompüterlə birləşdirdi. Bu superkompüterləri birləşdirən yüksək sürətli kompüter şəbəkələri NSFNet adı altında baza şəbəkəsi yaratmışdılar.

Hazırda İnternet adı ilə tanınan bu şəbəkə, o dövrün qlobal kompüter şəbəkəsinin təmali halına gəlmişdi. Növbəti on ildə bir çox digər regional və milli kompüter şəbəkələri bu şəbəkəyə qoşulduqda, İnternet bütün dünyanı əhatə edən nəhəng bir sistemə çevrildi. *Əvvəllər İnternetdən yalnız mütəxəssislər istifadə edirdilər, lakin, tədricən şəbəkədən istifadə edənlərin dairəsi xeyli genişləndi. İndi ən müxtəlif peşə sahibləri - evdar qadınlar, vəkillər, yazıçılar, idmançılar, polislər, bağbanlar, aşpazlar, biznesmenlər, tələbələr və başqaları onun xidmətlərindən yararlanırlar.*



Bu insanların internetə marağı onunla izah olunur ki, o, həqiqətən də hər kəsə lazım olan və maraqlı məlumatlar təqdim edə bilər. *İnternet müxtəlif məlumat banklarına daxil olmaq imkanı, kitabxana məlumatlarının axtarışı, elektron poçtdan istifadə və s. kimi bir çox müxtəlif xidmətlər təqdim edir.* İnternetə qoşulmaqla hər bir istifadəçi bəşəriyyətin topladığı geniş informasiya ehtiyatlarına sürətli giriş əldə edir. O, dünyanın ən böyük kitabxanalarının kataloqlarına baxa, təzə xəbərləri öyrənə, müxtəlif sənədlərin surətlərini ala, onu narahat edən məsələləri müzakirə edə, elm və biznes sahəsində həmkarları ilə əlaqələr qura bilər. O, dünyanın istənilən yerindən mesajlar ala və göndərə, minlərlə müxtəlif



mövzulara həsr olunmuş xəbərlər və ismarıclar oxuya, istənilən sənədləri, kitabları, şəkilləri, audio yazıları və filmləri tapa, yeni insanlarla tanış ola, özünə maraqlı olan malların qiymətlərini və s.öyrənə bilər. Tutaq ki,

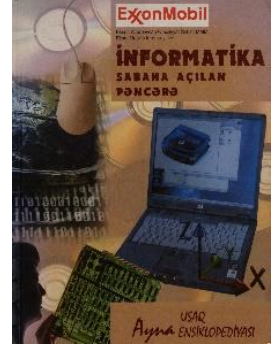
istifadəçiyə kompüter üçün hər hansı bir proqram lazımdır. Bu zaman o, hər hansı bir universitetlə əlaqə saxlayaraq proqramı onların kompüterindən kopyalaya bilər. Hər hansı bir eksponat haqqında məlumat almaq üçün istənilən muzeylə əlaqə saxlamaq, hər hansı bir kitabxanaya distant şəkildə daxil olmaq olar. İstifadəçilər müxtəlif ictimai və dövlət təşkilatlarının rəsmi xülasələrini, bülletenlərini, bildirişlərini və icmalarını əldə edə bilər. İnternet vasitəsilə çoxsaylı xəbər proqramlarından birinə abunə olmaq, ən son xəbərləri hətta televiziya və qəzetlərdə çıxmazdan əvvəl əldə etmək olar. Lakin, hazırda ən populyar İnternet proqramı elektron poçt olaraq qalır, çünki bu, insanlar arasında informasiyanın poçt markasından aşağı olan qiymətə ötürülməsinin ən sürətli, qənaətli və sadə üsuludur. Dünyanın hər hansı bir nöqtəsində məlumat bankına daxil edilən informasiyanı bir neçə saniyədən sonra dünyanın istənilən başqa nöqtəsində oxumaq və çapa göndərmək olar. Bundan əlavə, mesajlara mətnlərlə bərabər, rəsmlər, fotosəkillər, səs və videoyazılar, sənədlər və proqramlar da daxil ola bilər.

Sərgi qarşısında oxucularla söhbət və kitab müzakirəsi

Qasimov Rafiq-İnformatika Sabaha açılan pəncərə

Qasimov R. İnformatika. Sabaha açılan pəncərə. - Bakı : Ayna Mətbu Evi, 2001. - 79 s.

Bu gün düşünən dünyanı, əgər belə demək mümkünsə, vahid "ailə"yə çevirmiş müasir bir elm mövcuddur. Bu elmin adı "informatika"dır. Bu kitabda avtomatlaşdırmanın müxtəlif sahələrinə aid məlumatlar toplanmışdır.



<https://drive.google.com/file/d/1DM5oQHnY0XiQq53wrQ29orF7Hnnmgy2e/view?usp=sharing>

Gündüz Osman-Kompüter İnformasiya texnologiyalarının əsasları

Gündüz Osman –İnternet

Gündüz O. Kompüter : İnformasiya texnologiyalarının əsasları. - Bakı : Multimedia Mərkəzi, 2006. - 304 s.

Bu kitab azərbaycandilli istifadəçilərin kompüterdən daha səmərəli istifadə etməsi üçün yazılıb. Kitab 8 bölümdün ibarətdir. Kitabda ilk öncə kompüterin əsas hissələri haqqında sadə dildə məlumat verilib.

Kitabın əsas hissələri “Windows” əməliyyat sisteminin və Offis proqramlarının izahına həsr olunub. Kitabın İnternetlə bağlı hissəsi İnternet və ondan istifadə qaydaları haqqında bilgi verir. “Microsoft Front Page” və HTML haqqındakı bilgiler asanlıqla veb-sayt yaratmaqda Sizə kömək edə bilər.



Kitabın “Microsoft PowerPoint” bölümündə təqdimatların hazırlanması qaydaları haqqında bilgiler əldə edə bilərsiniz.

<https://drive.google.com/file/d/1envTxLi24ueCfS6Rkq08Sw1k2HWJfKf/view?usp=sharing>

Azərbaycanda informasiya cəmiyyəti

İnformasiya və kommunikasiya texnologiyaları : statistik məcmuə. - Bakı : Səda, 2007. - 135 s.

Kitabda 2006-cı il üzrə ev təsərrüfatında və müəssisələrdə İKT sistemləri, kompüterlərin mövcudluğu və onlardan istifadə olunması, internetə çıxış imkanları, istifadəsi, əhəlinin elektron bilikləri, habelə İKT sektoru üzrə əsas makro göstəricilər və İKT məhsullarının idxalı və ixracı haqqında geniş məlumatlar verilmişdir.



Məmmədli Rafiq-İCQ.Mən səni axtarıram

Məmmədli R. ICQ - Mən Səni Axtarıram : ICQ ilə dost tap, söhbət elə və əylən. - Bakı, 2008. - 120 s.

Kitabda internet istifadəçilərinə yaxşı tanış olan, dünyada məşhur «Chat» (mencer) proqramı olan İCQ-nun son -6.0-cı versiyasından söhbət açılır.

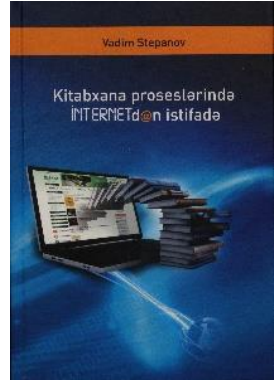


<https://drive.google.com/file/d/1PCDmrBEIkPyeyZZImfc16VkPsHSQFoPA/view?usp=sharing>

Stepanov Vadim-Kitabxana proseslerinde internetdən istifadə

Stepanov V. Kitabxana proseslərində internetdən istifadə - Bakı : Şərq-Qərb, 2015. - 272 s.

Bu kitab, əsasən, tədris istiqamətinə malikdir. İstər öz işində interneti tətbiq edən, istərsə də gələcəkdə tətbiq etməyi planlaşdıran kitabxanaçılar və informasiya menecerləri hazırlayan orta ixtisas və ali təhsil müəssisələrinin tələbələrinə maraqlı olacaq.

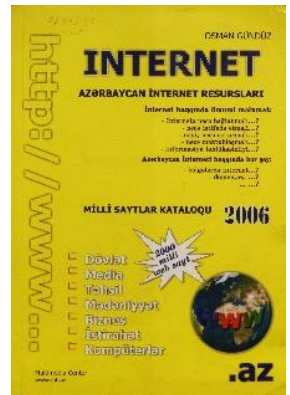


https://drive.google.com/file/d/1m8xAq2ur0_suTa70HM7Tk7d5McYiB9Vp/view?usp=sharing

İnternet.Gündüz O. İnternet. Azərbaycan internet resursları.

- Bakı : Multimedia İnformasiya Sistemləri və Texnologiyaları Mərkəzi, 2006. - 250 s.

Bu kitab İnternetdən Azərbaycandilli istifadəçilərin daha səmərəli və effektiv işinə yardım məqsədilə yazılıb. Kitab üç fəsiləndən ibarətdir. "İnternetə ümumi baxış" adlanan birinci fəsil kompüter haqqında az-çox biliyə malik insanlara İnternetdən istifadə qaydalarını öyrədir. İnternet



xidmətləri haqqında, e-poçt haqqında bilmək istədiklərimizi bu fəsildən əldə edəcəksiniz.

Gündüz O. İnternet : Azərbaycan internet resursları. - Bakı : Multimedia Mərkəzi, 2010. – 416 s.

Kitab üç fəsildən ibarətdir. “Azərbaycan İnterneti” adlanan ikinci fəsil İnternetin ölkəmizə gəlişi, formalaşması, inkişafı və cari vəziyyəti haqqındadır. “Azərbaycan internet resursları” fəslə isə azərbaycandilli internet resurslarının kataloqundan ibarətdir.



<https://drive.google.com/file/d/1tZIFQeYD0vtBWMNtJJayazZ4Bj3FSYhg/view?usp=sharing>

F. Köçərli adına Respublika Uşaq Kitabxanasının Məlumat və biblioqrafiya şöbəsi istifadəçilər üçün İnternet və uşaqlar mövzusunda slayd hazırlayaraq clb.aza saytına yerləşdirmişdir

<https://clb.az/biblioqrafik-xidm%C9%99t/melumat-biblioqrafiya/slaydlar/4-aprel-umumdunya-internet-gunu>

Beynəlxalq İnternet Günü: şəbəkənin inkişaf tarixi

Aprelin 4-ü bütün dünyada Beynəlxalq İnternet Günü kimi qeyd edilir. 2005-ci ildən tətbiq olunan bu bayram insanların həyat səviyyəsinin yüksəlməsinə xidmət edən yeni texnologiyaların imkanlarını nümayiş etdirmək, bu

texnologiyalar və onların funksiyaları haqqında daha dərin məlumatları təqdim etmək üçün düşünülmüşdür. “ICTnews” xəbər xidmətinin qeyd etdiyi kimi, bu gün veb-usta (vəb-developer, veb-dizayner) və ümumiyyətlə, qlobal internet şəbəkəsi ilə bağlılığı olan hər kəsin bayramıdır.

İnternetin yaranma tarixi



İnternet bəşər tarixinin ən böyük ixtirasıdır desək, yanılmazıq. Çünki internet olmadan XXI əsrdə həyatımızı təsəvvür etmək mümkün deyil. İnternetdə vahid idarəetmə mərkəzi, yaxud vahid müdiriyyət yoxdur. Buna baxmayaraq, şəbəkənin belə təşkili əslində dərinlən düşünülmüş struktur deməkdir. Bu struktur 1969-cu ildə ABŞ Müdafiə Nazirliyi tərəfindən işlənmiş ARPAnet layihəsi çərçivəsində qurulmuş və on minlərlə dünya proqramçılarının kollektiv şüuru ilə getdikcə inkişaf etdirilmiş və mükəmməlləşdirilmişdir. 1958-ci ildə SSRİ-nin kosmosa ilk süni peyki buraxması ABŞ-ı müasir texnologiyaların inkişafını sürətləndirməyə sövq etdi. Bu məqsədlə yaradılmış xüsusi tədqiqat agentliyi olan

DARPA yerüstü məlumat ötürülməsinin sürətləndirilməsi yönündə tədqiqatlara başladı. Bunun üçün ilk öncə ABŞ-da yerləşən bütün radarların vahid şəbəkədə birləşdirilməsi işinə başlanıldı. Bunun üçün müxtəlif məntəqələrdə, Pentaqonda, Hərbi Hava Qüvvələri, Hava Hücumundan Müdafiə bazalarında və digər məntəqələrdə yerləşən kompyuterləri vahid şəbəkədə birləşdirmək lazım idi. Bu işi görmək üçün ABŞ-ın ən yaxşı kompyuter mütəxəssisləri bir araya gətirildi.



1973-1974-cü illərdə TCP/IP protokolu meydana çıxdı. TCP/IP protokolları ARPANET-in əsas qurucularından olan Robert Ken və Vindon Serf tərəfindən təklif olunub. TCP/IP protokolu 2 rabitə protokolundan ibarətdir. “Transmission Control Protocol” ötürməyə nəzarət protokolu - verilənlərin ötürülməsinə nəzarət edən protokol və “İnternet Protocol”, yəni internet protokolu. 1980-ci ildə DNS yaradıldı. 1985-ci ildə ABŞ milli elm fonduna məxsus NSFNET - Milli elm fondu şəbəkəsi yaradıldı. Həmin ildə ilk dəfə olaraq 56 kb/saniyə sürətilə informasiya ötürülməsinin üsulu tapıldı. Növbəti ildə isə informasiya ötürülməsi üçün 1,5 Mb sürət əldə edildi. Lakin ilk illərdə bu sürəti qlobal olaraq hər yerdə deyil, yalnız laboratoriyaya daxilində tətbiq etmək olurdu. Şəbəkə vasitəsilə kompyuterlərdə olan çoxlu sayda sənədlərdən hamı eyni vaxtda istifadə edə bilməsi üçün 1989-1990-cı illərdə www sistemi yaradıldı. Tim Börner Li hiper mətnli sənədlər texnologiyasını yaratdı. Qeyd etmək yerinə düşər ki, Ser titulu qazanan Tim Börner 2004-cü ildə 15 il öncəki kəşfinə

görə Beynəlxalq Fond tərəfindən 1.000.000 avro məbləğində pul mükafatı qazanıb.

İnternetin qloballaşması



Bu proses 1988-1989-cu illərə təsadüf edir. Bu illərdə Kanada, Fransa, Almaniya və 1992-ci ildə Böyük Britaniya və Latviya NSFNET vasitəsilə internetə qoşuldular. “Internet Relay Chat” (IRC) protokolu 1988-ci ildə yaradılıb və şəbəkədə real zaman

rejimində ünsiyyət qurmağa imkan verdi. 1989-cu ildə Avropa Nüvə Tədqiqatları Şurasında (CERN) məşhur ingilis alim Tim Berners-Lee tərəfindən təklif olunan Www (World Wide Web) konsepsiyası doğuldu. İki il ərzində Tim Berners-Lee HTTP protokolunu, HTML dilini və URI’-lərini inkişaf etdirdi. Bir il sonra ilk dəfə telefon xətti ilə İnternetə qoşulmuşlar.

İnternet sözü isə ilk dəfə olaraq 1990-cı ildə istifadə olunmağa başlayıb. 1994-cü ildə ilk dəfə olaraq internetdən elektron kommərsiya məqsədilə istifadəyə başlanılıb. Azərbaycanda internet 1993-cü ildən inkişaf etməyə başlamışdır.



Azərbaycanda genişzolaqlı xidmətlərin göstərilməsinə 2006-cı ildən başlanılmışdır və son illərdə istifadəçilərin sayında ciddi sıçrayış müşahidə olunmaqdadır. Bunun əsas səbəbi ölkədə İKT sahəsinin inkişaf etdirilməsi, elektron hökumət layihələrinin genişlənməsi, xidmətlərin göstərilməsi üçün internetdən istifadənin artırılması üzrə həyata keçirilən dövlət siyasətinin icrasının nəticəsidir. 2006-cı ildən başlayaraq Azərbaycanda internetin qiymətinin ardıcıl olaraq aşağı salınması üçün tədbirlər görülür. Son illərdə ölkədaxili internet şəbəkəsinin qlobal internet şəbəkəsinə qoşulma sürəti dəfələrlə artırılmışdır.

İnternet dünya ölkələrinin əksəriyyətinin şəbəkələrini birləşdirir. Bu gün İnternet, demək olar ki, dünyanın bütün ölkələrini əhatə edir və onun istifadəçilərinin sayı getdikcə artır. İnternetdə vahid idarəetmə mərkəzi, yaxud vahid müdiriyyət yoxdur. Buna baxmayaraq, şəbəkənin belə təşkili əslində dərinədən düşünülmüş struktur deməkdir. Bu struktur 1969-cu ildə ABŞ Təhlükəsizlik nazirliyi tərəfindən işlənmiş *ARPAnet* layihəsi çərçivəsində qurulmuş və on minlərlə dünya proqramçılarının kollektiv şüuru ilə getdikcə inkişaf etdirilmiş və mükəmməlləşdirilmişdir. Gələcək şəbəkənin strukturuna ilk addımlardan başlayaraq, informasiyanın nəqlinin etibarlılığı və yüksək səviyyəli qəzaya qarşı müqavimət. Bilirsiniz, internet istifadəsi indi həyatımızın hər tərəfindədir və uşaqlar artıq internetdə ciddi vaxt keçirirlər. Əlbəttə ki, internet istifadəsinin böyük

faydaları var, lakin vəziyyətin internet asılılığına və hətta virtual dünyada yaşamağa səbəb ola biləcək nəticələri ola bilər. Bu səbəbdən də sizinlə internet və uşaq inkişafı haqqında bilməli olduğunuz şeylərdən danışırıq.

1.UŞAQLAR NƏ VAXT İNTERNETLƏ TANIŞ OLMALIDIR?



Son illərdə texnoloji cihazların istifadəsinin artması ilə internetə girməyən bir ev qalmayıb. Buna görə bu şəbəkələrdə internetə və məzmununa giriş daha asandır. Bu məlumatlarla yanaşı, uşaqların internet istifadəsi ilə

bağlı bir çox araşdırma aparılıb və bu araşdırmalar nəticəsində məktəbəqədər uşaqlar tərəfindən internet istifadəsinin artdığı müəyyən edilmişdir. Yenə də eyni araşdırmalarda internet istifadə yaşının 3-6 yaşları arasında cəmləşdiyi təyin olundu. Mütəxəssislərin təklifi internet və uşaqların məktəb yaşları ilə bir araya gəlməsidir. Bu, təxminən 6 yaşa uyğundur.

2. UŞAQLAR GÜNDƏ NEÇƏ SAAT İNTERNETDƏN İSTİFADƏ ETMƏLİDİRLƏR?

Əslində, bu mövzuda fikir ayrılıqları çoxdur. Hər şeydən əvvəl, uşağın internetdə nə vaxt keçirdiyinə diqqət yetirilməlidir. 6 yaşlı bir uşağın sosial media kanallarından istifadə etməsi heç bir halda uyğun deyil. Bununla birlikdə, müxtəlif videolara baxmaq, araşdırmaq və ya oyun oynamaq üçün uşaqların həftədə ən çox 3 gün və 1 saat internet istifadə etməsi məqsədəuyğun sayılır.



3. İNTERNETİN UŞAQ İNKİŞAFINA TƏSİRİ NƏDİR?



İnternetdə sonsuz bir məzmun yoxdur. İnternetdə videodan məqalələrə, oyunlardan sosial mediaya qədər hər cür məlumat və material tapmaq mümkündür.

Beləliklə, internet məzmununu bloklamaq və ya uşaqları uzaqlaşdırmaq həmişə mümkün deyil. Texnologiya əsrində olmağımız və istənilən nəqliyyat vasitəsindən internetə



asanlıqla girə bilməyimiz uşaqların hər zaman internetlə iç-
icə olmasına səbəb ola bilər. Buna görə uşaqlar və internet sıx
bir şəkildə olduqda, həm fiziki, həm də zehni inkişaf
problemlərinə səbəb ola bilər. Bunların arasında;

Xarici dünyadan uzaqlaşma,

- Dostluq etmək və sosial bacarıqları itirmək;
- Yalnız internetdə vaxt keçirtmək;
- Təcrid olunma marağı;
- Ailədən uzaq durmaq;
- Problem həllindən çəkinmə;

Ayrıca göz zəifliyi, bel ağrısı, duruş pozğunluğu kimi fiziki
problemlərə tez-tez rast gəlinir. Söhbət proqramları vasitəsi
ilə uşaqların sadələvhlüyündən istifadə edən və
məlumatlarını şifahi və ya foto və videolar vasitəsilə əldə
edən insanlar ən təhlükəlidir. Buna görə də uşağınızı bu ciddi
təhlükələrdən xəbərdar etmək və şüurlu olmaq çox vacibdir.

4. UŞAQLAR ÜÇÜN TƏHLÜKƏSİZ INTERNET İSTİFADƏSİNİ NECƏ TƏMİN ETMƏK OLAR?



Övladınızı internetdən tamamilə ayıra bilməyəcəksiniz. Bunun əvəzinə, uşaq inkişafı üçün düzgün bir plan qurmaq, başdan bəri interneti düzgün tanımaq, uyğun olanı birlikdə qərar vermək daha faydalı olardı.

- Hər şeydən əvvəl, hər mövzuda olduğu kimi, bu mövzuda uşağa nümunə olmaq çox vacibdir. Hansı səbəbdən olursa olsun, uşağınızın gözü qarşısında saatlarla internetdən istifadə etməməlisiniz.
- İnternetdən istifadəsinə tamamilə mane olmamalısınız. İnterneti təyin etdiyiniz məhdudiyyətlər daxilində istifadə etməyinizə əmin olmalısınız.
- İnterneti ev tapşırığı və ya araşdırma üçün istifadə edərsə, ən aydın tədqiqat sözlərindən istifadə etdiyinə əmin olmalı və lazımsız məlumatlardan çəkinməsinə kömək etməlisiniz.
- Sərt qaydalar qoymaq əvəzinə, bəzi internet provayderlərinin uşaqların internet istifadəsini məhdudlaşdırmaq, valideyn nəzarəti aparmaq və zərərli veb saytlara girişin qarşısını almaq üçün təklif etdiyi təhlükəsiz internet seçimlərini sənaya bilərsiniz.

- Uşağınıza ev, məktəb ünvanı, şəxsi məlumat, telefon nömrəsi kimi məlumatları internetdə paylaşmamaq barədə xəbərdarlıq etməlisiniz.
- Birisi ilə söhbət edərsə, ona foto, video və ya audio sənəd paylaşmamağı tövsiyə etməlisiniz.
- Zorlama və ya təhdidlə qarşılaşarsa, dərhal bunu bildirməsini söyləməlisiniz.

“İnternet uşağın fiziki və psixoloji sağlamlığında ciddi problemlər yarada bilər”

Görüş. İnternetlə bağlı kitabxanada yuxarı sinif şagirdləri ilə Azərbaycan Tibb Universiteti “I uşaq xəstəlikləri” kafedrasının assistenti Bəyaz Babayeva ilə



görüş təşkil olunur. Görüş zamanı qonaq oxucuların suallarına ətraflı cavab verir. Məlum olduğu kimi, uşaqların psixikasının inkişafına və onların dünyagörüşünün formalaşmasına təsir edən həlledici amillərdən biri də internetdir. Müasir zamanda telefonsuz, kompütersiz, planşetsiz insan həyatını təsəvvür etmək qeyri-mümkündür. Adətən, biz özümüz internetdə keçirilən vaxtı idarə edə bilmirik, bununla da öz uşaqlarımıza mənfi nümunə oluruq. Çox vaxt analar zaman məhdudiyyəti qarşısında aciz qalaraq uşaqları texnika vasitələri ilə məşğul edirlər və bu hərəkət tədricən vərdişə çevrilərək gələcəkdə uşaqda internet

asılılığına gətirib çıxarır. Bəs, görəsən uşaqların internetə, müxtəlif oyunlara marağı hardan yaranır və onun uşaqlar üçün mənfi təsirləri hansılardır? Bu mövzu ətrafında Azərbaycan Tibb Universiteti “İ uşaq xəstəlikləri” kafedrasının assistenti Bəyaz Babayeva ilə söhbətləşdik.

- Bəyaz xanım, bildiyiniz kimi, bu gün dünyanı internetsiz təsəvvür etmək mümkünsüzdür. Maraqlıdır, internetin uşağa hansı neqativ təsirləri var?



- Bu problem bir neçə bucaq altında təhlil edilə bilər və bu təhlillərin hər biri çox vacib, önəmli və istiqamətvericidir. İnternet uşağın həm fiziki, həm də psixoloji sağlamlığında ciddi problemlər yarada bilər. Və bu, gələcəkdə uşağın sosial mühitlə əlaqələrini zəiflədir. Uşaq vaxtını internetə nə qədər çox sərf edirsə, bir o qədər yaşadlarıyla ünsiyyətə girməyə, aktiv oyunlar oynamağa, açıq havada gəzməyə az vaxt ayırır. Kompüterin arxasında saatlarla oturmağın əsas fəsadları isə görmə qabiliyyətinin azalması və uşağın qamətinin pozulmasıdır. İnternet saytlarında müxtəlif informasiyaların sayı durmadan artır. Bunların bəziləri uşaqların psixikasına mənfi təsir və müxtəlif düşünülməmiş hərəkətlərə sövq edə bilər. Uşaq böyüklər üçün olan müxtəlif saytlarla, yaşına uyğun olmayan oyunların, müxtəlif zərərli maddələrin

istifadəsinin təbliğatı ilə qarşılaşaraq düzgün istiqamətdə formalaşmır və artıq cəmiyyət üçün təhlükə təşkil edir.

- Kompüter oyunlarına və sosial şəbəkələrə münasibətiniz necədir?

- Məktəbəqədər və məktəb yaşlı uşaqlar kompüter oyuncaq kimi qəbul edirlər. Şahmat, dama və s. strateji oyunlar təfəkkürün inkişafına təkan verir. Eləcə də müxtəlif bilməçələr, məntiqi oyunlar çox faydalıdır. Lakin məntiqsiz və şiddət yönü oyunlar da mövcuddur. Məsələn, “Siniy kit”, “Tixiy dom” kimi oyunlar. Onlar birmənalı reallığı təhrif edirlər. Bunun nəticəsi olaraq, uşaqda təcridcən super istedadla malik olma fikri yaranır və bu aqressiyanın artmasına gətirib çıxara bilər. Oyunlar problemin bir tərəfidir. O biri tərəfdən, sosial şəbəkələrdə, çatlarda virtual dostluq, şəkillərin paylaşması, bunlar hamısı vaxtın səmərəsiz keçirilməsinə, uşağın həmyaşlıqları ilə təmasında müxtəlif problemlərə, onların qapalı olmalarına, ətraflarına maraqlarının itməsinə səbəb ola bilər. Əgər sosial şəbəkələrdə, çatlarda dostları ilə ünsiyyətə çox vaxt sərf olunmursa, onda qadağa qoymağa ehtiyac yoxdur. Valideyn övladlarının dostları ilə maraqlanıb, onların ünsiyyətinə şərait yaratmalıdır. Nəticə olaraq, internetə sərf olunan vaxt məhdudlaşır.

- Siz internetin mənfi cəhətlərini hərtərəfli təhlil etdiniz. Bəs müsbət tərəfləri mövcuddurmu?

- Uşaqların məntiqinə, yaddaşına, koordinasiyasına müsbət təsir edən proqram və müxtəlif oyunlar mövcuddur. Onların vasitəsi ilə uşaqları oxumağı, rəqəmlərlə tanış etməyi, xarici dilləri öyrətmək mümkündür. Uşaq evdə oturaraq dünyanın müxtəlif görməli yerləri ilə, tarixi hadisələrlə tanış ola bilər. Uzaqda yaşayan dost və qohumlarla ünsiyyət yarada bilər. İnternet uşağın təhsilində əvəzolunmaz köməkçi ola bilər. O, istənilən informasiyanı istənilən vaxtda əldə etməkdə uşağın böyük yardımçısıdır.



Unutmaq lazım deyil ki, biz yüksək texnologiyalar və informasiya əsrində yaşayırıq. Bu səbəbdən uğurlu gələcək qurmaq üçün kompüterin imkanlarından səmərəli istifadə etmək bacarıqları tələb olunur. Müvafiq olaraq, əgər sizin uşağınız kompüter və internetdən istifadə edə bilirsə, deməli, o bu tələbləri ödəyəcək və arzu etdiyi məqsədlərə nail olacaq.

-Kompüter asılılığının profilaktikası necə aparılmalıdır?

- Valideynlərin ən böyük səhvi odur ki, ya uşaqlara internetin istifadəsinə tam qadağa qoyurlar, ya da onların saatlarla internetdə olmasına göz yumurlar. Virtual aləm tədricən dünyanın bütün ölkələrini əhatə edir. Bu səbəbdən uşaqlara internetdən istifadə etmək mənasızdır.



qadağası qoymaq

Bu problemi yalnız psixoloji üsulla həll etmək olar. Uşağı yetərincə qayğı və sevgi ilə əhatə etmək lazımdır. Çünki uşaqlar anlaşılmazlıqdan və tam emosional həyat yaşamamaq səbəbindən virtual aləmə qapılırlar. Valideynlər uşaqların təkcə fiziki səhhəti ilə deyil, həm də mənəvi aləmi ilə maraqlanmalıdırlar. Uşaqla onun problemlərindən, hisslərindən, perspektivlərindən mütəmadi olaraq söhbət aparıb dost olmaq zəruridir.

- İnternet istifadəsində hansı təhlükəsizlik tədbirləri mövcuddur?

- Ümumiyyətlə, internetdən istifadə etdikdə uşaqlara zərərin qarşısını almaq üçün maarifləndirici kampaniyalar aparmaq, “internetdən təhlükəsiz istifadə” proqramları həyata keçirmək lazımdır. Uşaqların yaşadığı mühiti daha yaxşı başa düşmələri üçün valideynlər internetdən istifadənin təməl prinsiplərini bilməlidirlər. Uşaqların internetdən istifadəsi ilə bağlı sərhədlər qoyulmalıdır.



Qeyd etmək lazımdır ki, uşaqlar yalnız evdə internetdən istifadə etmirlər. Hal-hazırda kifayət qədər internet klublar və bu kimi başqa əyləncə mərkəzləri fəaliyyət göstərir. Uşaqlar orada internetdən nəzarətsiz yararlanma bilirlər. Dövlət tərəfindən həyata keçirilən layihə nəticəsində bir müddətdir ki, məktəblərdə filtrlənmiş internetdən istifadə olunur. Lakin

internet klublara bu layihə tətbiq edilmir. Bu səbəbdən, həmin layihənin təkmilləşdirilməsi istiqamətində ciddi işlər aparılmalıdır.

- Bəs bir həkim olaraq siz valideynlərə nə məsləhət görürdünüz?



- Uşaqların internetdə vaxt keçirməsinə məhdudiyət qoymaq lazımdır. Görmə qabiliyyətinin zəifləməməsi üçün ən düzgün variant gündə 2-3 saatdan artıq olmamaq şərti ilə, hər saatdan bir 15-20 dəqiqə

fasilə olmalıdır. Və uşağın boyuna uyğun xüsusi oturacaq seçilməlidir.

Uzunmüddətli hərəkətsizlikdən sonra kürək əzələləri onurğa sütununun normal fəaliyyətini təmin edə bilmir. Onurğa sütunu və boyun əzələləri mütəmadi olaraq gərginləşir, başqa əzələlər isə hərəkətsiz vəziyyətdə qalır. Bu, halsızlıq, yorğunluq, başağrısı, hətta başlanan osteoxondroza gətirib çıxara bilər. Bu səbəbdən, kompüter arxasında vaxt keçirəndən sonra uşağın açıq havada gəzməsi, aktiv oyunlarla məşğul olması vacibdir. Bu, hərəkətsiz qalan əzələləri aktivləşdirir.

Uşaqlar bizim gələcəyimizdir. Onların formalaşmasından bütün bəşəriyyətin gələcəyi asılıdır. Ən azı bu səbəbdən övladlarımızın fiziki və mənəvi sağlamlığının keşiyində durmaq bizim hamımızın borcudur.

Virtual Dünya və Uşaqlar

Kitabxananın oxu zalında psixoloq oxucuların valideynləri ilə görüş təşkil edir və bu mövzuda onları dəyərli məlumatlarla maarifləndirir.



Kompüter və internet... Texnologiyanın inkişafı bu ikisini dövrümüzün əvəzolunmazına çevirmişdir. Artıq bir çox işimizi kompüter və internet vasitəsilə sürətlə həll edə bilirik.

Kompüter və internet... Texnologiyanın inkişafı bu ikisini dövrümüzün əvəzolunmazına çevirmişdir. Artıq bir çox işimizi kompüter və internet vasitəsilə sürətlə həll edə bilirik. Bu inkişaf həyatımızı asanlaşdırsa da, bir çox problemi də özü ilə gətirdi. Bir çox ana-ata uşaqları kompüter başındaykən özlərini narahat hiss edir. **Uşağımın kompüterdə vaxt keçirməsinə icazə verməliyəmmi? Kompüter uşağıma faydalıdır yoxsa zərərli? İnterneti qadağan etsəm uşağım geri qalarmı, sərbəst buraxsam asılı olarmı, içinə qapanarmı? Uşağımın kompüterdə keçirəcəyi müddət nə qədər olmalıdır?** Bu kimi suallar bir çox valideynlərin aqlını məşğul etməkdədir. **Bəs kompüter və internet istifadəsi ilə əlaqədar ana-atalar nə etməlidir?**

Kompüter və internetdən istifadənin uşaqlar üzərindəki təsirlərini araşdıran bir çox tədqiqatlar olsa da, bu sahədəki araşdırmalar çox yeni olduğu üçün texnologiyanın inkişafının uşaqlara, eyni zamanda böyüklərə necə təsir etdiyi ilə bağlı dəqiq nəticə əldə edilməmişdir. Uzun müddət kompüter və

internet istifadəsinin uşaqlar üzərində mənfi təsirləri olduğu düşünülə də, bunlar, böyüklərin həyatını asanlaşdırdığı kimi, kiçiklərin də həyatını asanlaşdırı bilər.

Kiçik məktəb yaşı dövründən etibarən uşaqlar tapşırıqlarını kompüterdə hazırlayır, məktəblə bağlı məsələləri, tapşırıqları, yoldaşlarıyla xəbərləşməyi internet vasitəsilə təmin edirlər. Vəziyyət belə olduqda kompüter və internetin uşaqların həyatından da tamamilə götürülməsi düzgün görünür. Burada əhəmiyyətli olan uşaqlarınıza internet və kompüter qadağan etmək yerinə sağlam əlaqələr qurmalarını təmin etməkdir. Yəni, uşağınızın tək fəaliyyətinin kompüter və internet olmadığı, həyatının digər sahələrinə də laqeyd münasibət bəsləmədiyi bir mühit yaratmaq lazımdır. Uşaqlarınız üçün bu mühiti yaratmaqla virtual dünyanın mənfi təsirlərindən də onları qorumağınız mümkün olacaq. Aşağıdakı təkliflər sizə bu mövzuda kömək edəcəkdir:

Kompüter və interneti tanıdın.



Uşağınıza kompüter və interneti tanıtmadığınız, ona uyğun olduğunu düşündüyünüz saytları göstərməyiniz, burada necə vaxt keçirəcəyini öyrətməyiniz, uşağınız üçün yaşına uyğun və əyləncəli alternativ variantlar tapmadığınız onun kompüter və internetlə sağlam münasibət qurması üçün yaxşı bir başlanğıc olacaqdır. Xüsusilə, uşağınız kiçikdirsə, buna daha çox ehtiyacı var. Unutmayın, uşağınızın diqqətini çəkəcək

əyləncəli saytları bir yerdə kəşf etməyiniz uşağın yaşaya biləcəyi müsbət və ya mənfi təcrübələri danışa bilməyiniz üçün bir fürsət olacağı kimi, sizinlə də maraqlı vaxt keçirməsinə şərait yaradacaq.

Uşağınızın kompüterdə keçirdiyi vaxtı müəyyənləşdirin. Bir çox uşaq kiçik yaşlarından etibarən kompüterlə tanış olur. **“Uşağımın neçə yaşından sonra kompüterdən istifadə etməsinə icazə verməliyəm?”** deyə düşünə



bilərsiniz. Uşaqların hansı yaşdan etibarən kompüterdən istifadə etməsinin düzgün olduğuna dair tədqiqat nəticələri olmamaqla yanaşı, bu tədqiqatlar 2 yaşından kiçik uşaqların kompüter ilə tanış olmalarının erkən olduğunu göstərir. Uşaqların kompüterdə keçirdiyi vaxtı onların yaşlarının müəyyənləşdirdiyini bilirik. Əgər uşağınız kiçikdirsə, kompüter başında keçirəcəyi vaxt da az olmalıdır. Uşaq böyüdükcə bu müddəti artırma bilərsiniz.

Sərhədlər qoyun. Uşağınızın kompüter və internetdə keçirəcəyi vaxtı onun yuxu saatlarına, dostları ilə sosiallaşmasına, oyun oynamasına, sizinlə keçirəcəyi vaxta mane olmayacağı formada təşkil edin. Uşaqlar kompüterlə vaxtın necə keçdiyini hiss etməyə bilirlər, hətta kiçik uşaqlar belə saatlarla kompüter başında qala bilər. Uşaqlarınızın kompüter və internet istifadəsi ilə bağlı sizin sərhədlərinizə ehtiyacları olduğunu unutmayın.

Kompüter və interneti uşağınız üçün təhlükəsiz hala gətirin. Uşağınızın internetdə girdiyi saytlar, sosial şəbəkələr, əlaqə qurduğu insanlar, izlədiyi videolar və s. sizi narahat edə bilər. İnternetiniz üçün təhlükəsizlik filtri yaratmaq sizə bu mövzuda köməkçi olacaq. Bununla yanaşı, uşağınızın sosial şəbəkələrdə kimlərlə əlaqə qurduğunu təqib edin.

Uşağınızın kompüter və internet xaricindəki fəaliyyətlərini nəzərdən keçirin. Uşağınız kompüter və internetdən başqa nələri sevir? Üzmək, velosiped sürmək, yoldaşları ilə görüşmək... Uşağınızın xoşuna gələn şeyləri tapın. Bu, uşağın kompüter başında keçirdiyi müddət çox olduğunda ona başqa bir şey məsləhət görməyinizə kömək edəcək.

Bəs, kompüter və internet istifadəsi nə vaxt problem yaradır?

- Əgər uşağınızın kompüterdə keçirdiyi vaxt getdikcə artır və həyatının digər sahələrinə (məktəb, dərslər, hobbilər və s.) ayırdığı zaman azalırsa,
- Uşağınız xarici dünya ilə ünsiyyət qurmaqdansa kompüterdə vaxt keçirməyə üstünlük verirsə,
- Saatlarla vaxt keçirməsinə baxmayaraq kompüterdən ayırmaqda çətinlik çəkirsinizsə,
- Uşağınızın sizinlə və yaşıdları ilə keçirdiyi vaxt azalırsa,
- Uşağınızda içə qapanma halları olursa,
- Kompüter və internetin olmadığı mühitlərdə uşağınız narahat olur və o mühitdə qala bilmirsə,

- Kompüterlə keçirilən vaxt uşağınızın yuxu və yemək rejiminə təsir edirsə.

Konfrans: Uşaqlar və internet

Bəzi insanlar müasir texnologiyaların uşaqlar üçün tam zərərli olduğuna əmindirlər. Digərləri az qala doğulan kimi uşaq üçün planşet almağa tələsir.



Təəssüf ki, valideynlərin bu məsələ ilə bağlı fikirlərində bəzən yanlışlıqlar olur. Bu səbəbdən ən uyğun həll yolunu tapmaq üçün qorxudan qaynaqlanan yalan məlumatlardan uzaq olmaq, sağlam düşüncəni rəhbər tutmaq lazımdır. Bu mövzu üzərində kitabxanada mütəxəssislərin iştirakı ilə konfrans təşkil etmək məqsədəuyğundur.

Oxucu konfransının planını sizə təqdim edirik:

1. Giriş hissə (Uşaqlar və internet mövzusunda məruzə)
2. Uşağınızın kompüter və internet xaricindəki fəaliyyətləri mövzusunda kitabxana rəhbərliyinin, mütəxəssislərin, müəllimlərin çıxışları.
3. Yuxarı sinif şagirdlərindən ibarət olan oxucuların internetlə bağlı müzakirələri.
4. Konfransın yekunu.

Metodist: Dövrümüzün reallığına uyğunlaşmaqla yanaşı, uşaqları internetin zərərli təsirindən də qorumaq lazımdır. Məhdudiyətlər yalnız uşaqlar kiçik olduqda işləyir. Uşaq böyüdükcə müstəqillik ehtiyacı da artır. Mübahisələr bu anda başlayır və bu zaman valideynlər nəyin doğru

olduğunu anlamaya bilərlər. Uşağınızın internetdən düzgün istifadə etməsinə kömək etmək, yəni uşağa müəyyən məhdudiyətlər çərçivəsində müstəqillik vermək lazımdır. Nə sərt qadağalar, nə də əksinə internetlə əlaqəli nəzarətsizlik yaxşı bir nəticə verməyəcək.

Uşağın ünsiyyət vasitələrinə düzgün münasibətini formalaşdırmaq və ona internetlə düzgün davranmağı öyrətmək üçün universal bir resept yoxdur. Burada əsas valideynlərin öz seçimidir. Lakin bəzi qaydalara riayət etmək faydalı olar:

- Uşaq hələ doğulmamışdan əvvəl media mühitində davranış qaydaları barədə düşünə bilərsiniz. Televizor üçün ən düzgün yeri seçməyi, nə zaman söndürməyi, uşağın yanında nəyi seyr edə biləcəyinizi və nəyi seyr edə bilməyəcəyinizi razılaşdırın. Eyni şey kompüter və digər mobil cihazlara da aiddir.
- Valideyn uşağa onlayn necə davranmağı öyrətmək istəyirsə, özünün internetdəki davranışını diqqətlə izləməlidir. Təbii ki, atalar və anaların şəxsi nümunələrindən çox şey asılıdır. Monitor qarşısında nə qədər vaxt keçirdiyinizi diqqətdə saxlayın. İnternetdən nə üçün (iş, məlumat və ya əyləncə) istifadə etdiyiniz də vacibdir. Uşaqlar daim sizi izləyir və sizdən nümunə götürürlər.

Mobil cihazlardan nə zaman istifadə edilmədiyi vaxtı təyin edin. Qadağanın müddətini ən yaxşısı ailə məclisində müzakirə edin. Əlbəttə ki, bu qərarı vermək asan deyil, çünki bir çoxumuzun, o cümlədən böyük uşaqların təhsil

üçün bəzən smartfon və planşetə ehtiyacı olur. Ancaq elektron alətlərdən istifadəyə sərhəd qoyaraq ailə ilə keçirilən vaxtın böyük bir dəyər olduğunu göstərəcə bilərsiniz.

Övladlarınızın sizə məhəl qoymamağını istəmirsinizsə, heç bir səbəb olmadan internet mühitindəki seçimlərini tənqid etməməyə çalışın. "Yenə kimləsə söhbət edirsən! Bəlkə kifayətdir?", bu kimi ifadələr faydasızdır. Fərqli deməyə cəhd edin: "Facebook-dakı yazını görmüsən? Buna münasibətin necədir?" Maraqlı və mübahisəli materialları müzakirə etməyə hazır olmağınız uşağınızın daha açıq olmasına kömək edəcəkdir. Uşaq üçün təhlükəsiz bir məkan təşkil edərkən ən vacib şey istifadə ilə bağlı bütün problemləri uşaqla açıq müzakirə etməkdir.

Övladlarınızın yaşadıkları ilə yaşamağa çalışın. Birlikdə bir şeylər izləsəniz, uşaqlarınızın seçimlərində daha diqqətli olmasına nail ola bilərsiniz.

Proqramın və ya saytın təhlükəsizliyinə 100% əmin deyilsinizsə, bütün "tələləri" aydınlaşdırın.

Uşaqla danışın, bütün "narahat" məqamları izah edin. Uşaqlar böyüdükdə, sosial şəbəkələrdə onlara qoşulun.

Real həyatda nə isə öyrənməyə kömək edə biləcək nümunələri axtarın.

Sosial şəbəkələrdə uşağınıza maraqlı ola bilən mövzular axtarın.

Heç kim bu gün texnoloji vasitələrin həyatımızdakı əvəzilməz rolunu inkar etmir. Demək olar ki, əksəriyyətimiz günümüzün böyük hissəsini mobil telefon, planşet və internet resursları ilə xərcləyirik. Lakin təəssüflər olsun ki, son zamanlar bu artıq uşaqlarda da dəb halını alıb. kiçik yaşlı uşaqların əksəriyyəti bütün gün əlində telefon, planşet səssiz-səmirsiz ya oyun oynayır, ya da internetdə daxil olur. İctimai nəqliyyatda, kafelərdə, hətta parklarda belə hər birimiz bunun dəfələlə şahidi oluruq və buna əhmiyyət vermirik. Bəzən valideynlər uşağın sakitliyini təmin etmək, yaxud yeməyini yedirmək üçün uşağın əlinə mobil telefon verir. Bəs görəsən bu nə dərəcədə düzgündür? Uşaqlarda bu asılılığı necə aradan qaldırmaq olar?

Psixoloqların fikrincə uşaqlarda internet və mobil vasitələrə yaranan bağlılıq birmənalı olaraq ailədən qaynaqlanır: "Bəzən uşaq ailədə sevgi doyumsuzluğu, diqqət əskikliyi hiss edir. Valideyn öz uşağı ilə maraqlanmır və nəticədə bu onlarda belə bir asılılıq yaradır. Əgər internet asılılığı varsa, bu problemin kökü mütləq şəkildə valideyndən qaynaqlanır. Uşağı yetişdirən, onu formalaşdıran ailədir. Bu asılılıq insanın istənilən yaş dövründə ünsiyyət problemi, özünəqapanıqlıq, depressiya, stress kimi problemlər yarada bilər. Uşaqlar internetdə vaxt keçirməklə diqqətsizliyi, ailədəki gərginliyi unutmağa çalışır və bununla o öz başını qatdığını zənn edir. Lakin o, ikiqat narahatlıq qazanmış olduğunu dərk etmir. İnternet, kompyuter, planşetlər uşaqlarda aqressiya formalaşdırır. Problemin qarşısını almaq üçün valideyn öz övladına dəstək olmalıdır. Təəssüflər olsun ki, bu hər ailədə belə deyil. Valideyn qayğısı

görən uşaq demək olar ki, texnoloji alətlərə, internetə meyl etmir. Bu qayğını görməyən uşaqlar öz problemlərini texnologiya vasitəsi ilə unutmağa, gizlətməyə çalışırlar. Mobil telefon, internet asılılığı əslində özünəqapanıqlığın bir formasıdır".

Bəzən valideynlər özləri uşaqlarına mobil telefon verib onlardan bununla başının qatmasını istəyirlər. Amma bu tamamilə yanlış bir davranışdır: "Məhz buna görə də son zamanlarda uşaqlarda əqli və emosional ləngimə geniş yayılıb. Biz seanslarımızda da tez-tez bunun şahidi oluruq. Bu problemlərlə günümüzdə bağlı həddindən artıq müraciətlər olunur. Valideyn elə bilir ki, bu gün uşağın başını mobil telefonla qatmaqla zaman qazanır. Amma əslində o ikiqat zərərə uğrayır. Belə uşaqlarda adətən analiz qabiliyyəti çox zəif olur. Bunun korreksiyası üçün ilk növbədə psixoloqun peşəkarlıq səviyyəsi yüksək olmalıdır. O həm valideyni, həm də uşağı düzgün istiqamətləndirməyi bacarmalıdır. Bəzən bu məsuliyyət təkcə ananın üzərinə atılır. Lakin belə bir məqamda atanın müdaxiləsi daha çox vacibdir. Mən öz passientlərimlə iş zamanı həm atanın, həm ananın uşaqla daha çox vaxt keçirmələrini bildirirəm. Uşaqla daha çox maraqlanmaq lazımdır. Uşaqları başdan etmək, yola vermək qətiyyənlənməz. Belə olduqda uşaqlar diqqət çəkmək üçün aqressiv davrana bilir, hətta yalan belə danışmaqdan çəkinmir. Bu problemlər həll olunmadıqda yeniyetməlik dövründə bunun qarşısını ümumiyyətlə almaq olmur. Uşaqlarla daha çox ünsiyyətdə olmaq, birgə vaxt keçirmək lazımdır. Mən burada təkcə bahalı restoranlarda yemək yeməyi, oyun zallarında olmağı nəzərdə tutmuram. Bu adi ev

şəraitində də həyata keçirilə bilər. Kiçik bir nağıl danışmaq, birgə film izləmək, bir neçə saat həyətdə oynamaq uşaqların psixologiyasının korreksiyasında çox böyük rol oynayır. Uşaqları bahalı restoranlarına aparmaq maddiyyatla sevgi göstərməkdir. Valideyn öz sevgisini övladına mənəvi cəhətdən aşılmalıdır. Belə olduqda uşaq həm sevgi doyumsuzluğundan əziyyət çəkməz, həm də daxilən rahat olar. Belə olanda internet, mobil telefon uşağın maraq dairəsində olmur".

Psixoloqların fikrincə uşaqların mobil telefon və internet asılılığını azaltmaq üçün istifadə etdiyi məxsusi bir proqram var: "Bu proqramın köməkliyi ilə uşaq həm valideynlə vaxt keçirə bilər, həm dərslərini oxuyur, həm də internetdən lazımı qədər istifadə edir. Çünki biz interneti və mobil telefonlara tamamilə qadağa qoya bilmərik. Bunun üçün balansın qorunması çox vacibdir. İnternet asılılığı olan uşaqlarda birdən-birə qadağan etmək daha ciddi fəsadlara yol açır. Uşaq uzun müddət gözləyir ki, sərbəst olsun. Bu qadağa qoyulduqda isə uşaq məcbur olub internet klublara üz tutur. Bəzən bu uşaqda əsəb krizi keçirməsinə səbəb ola bilər. Valideynlər evdə modemi söndürürlər ki, uşaq internetə daxil ola bilməsin.

Əgər uşaq buna ehtiyac duyursa, bunu harda olsa əldə edəcək. Lakin onun getdiyi internet klublar uşaq üçün nə dərəcədə faydalı ola bilər ki? Oradan uşağın nə öyrənəcəyi, kimlərlə dostluq edəcəyi sual altında qalır. Valideynlər bəzən məsələnin bu tərəfinə diqqət yetirmirlər. Əslində, bu, ən vacib məqamlardan biridir. Uşaq evdə o rahatlığı hiss etməlidir ki, başqa tərəfə yönlənməsin. Çünki o tamamilə

yanlış istiqamətlərə vara bilər. Buna isə heç kim zəmanət vermir".

Uşaqların mobil telefon, planşet, kompyuter qarşısında keçirdikləri vaxt onların sağlamlıqları üçün həddindən artıq təhlükəlidir: "Bu artıq bir çox uşaqda alışıqlıq halına gətirib çıxarıb. Nəq ədəd təəssüfləndirici olsa da, əsas səbəbkar valideynlərin özləridir. Uşağı sakit saxlamaq, yemək yedizdirmək məqsədi ilə valideynlər bəzən uşaqları planşetdən istifadəyə təşviq edirlər. Bu isə bir müddət sonra uşaqda asılılıq formalaşdırır. Valideyn sonradan bu asılılığın qarşısını almağa çalışdıqda isə müxtəlif çətinliklər yaşanır. Uşağın uzun müddət texnoloji vasitələrdən istifadəsi onların daha çox görmə qabiliyyətinə mənfi təsir göstərir. Bundan sonra uşaqlar gözlərini tez-tez qırpır və gözündə müxtəlif ağrılar hiss etməyə başlayır".

Uzun müddət televizor, kompyuter qarşısında əyləşən uşaqlarda xroniki yorğunluq deyilən bir hal müşahidə olunur. Belə uşaqlar özlərini aşırı yorğun, ətraf mühitə qarşı maraqları itir: "Uzun müddət şüalanan uşaqların enerjiləri tamamilə tükənir. Bundan başqa adətən həmin uşaqlarda iştahasızlıq müşahidə olunur. Buna səbəb onların uzun müddət hərəkətsiz qalması ilə bağlıdır. İştahasızlıq isə öz növbəsində kalorinin az sərf olunmasına, qidaya tələbatın aşağı düşməsinə səbəb olur. Televizor, planşet qarşısında yemək yeyən uşaqlarda həzm sistemi xəstəlikləri riski daha yüksək olur. Yemə aktında həzmin normal getməsi üçün ilk növbədə beyin tərəfindən simulyasiya olunmalıdır ki, mədə xüsusi şirə ifraz etsin. Həmin uşaqların fikri yeməkdə olmadığına görə yeməyin həzmi də çətinləşir. Adətən belə uşaqlar yaddaşsız və diqqətsiz olur. Uzun müddət mobil

vasitələrdən asılı qalan uşaqlarda ciddi psixoloji pozğunluqlar yaranır. Psixoloji asılılıq, autizm, özünə qapanma, depressiya kimi risklər də yüksəlir. Valideynlər dərk etməlidir ki, mobil vasitələr tərbiyə üsulu deyil. Uşağı telefonla bir qədər sakit saxlamaq, yaxud yenməyini yedizdirmək uşağı uçuruma doğru sürükləyir. Lap kiçik yaşlarından uşaqlarla fərdi münabət yaradılmalıdır. Validyen uşağa planşetdən daha yaxın olmalıdır".

1. "Mənim uşağım hələ körpə yaşından kompüterini söküb-yığır", bir çox valideynlərin fəxr etdiyi bu fikir, əslində yanlış düşüncədir. Kompüter və İnternetdən çox istifadə uşaqların psixologiyasına, fiziki inkişafına təsir edir. Qonağımız uşaqların gec dil acmasını da bununla əlaqləndirir.

2. Uşaqlar ağlayanda və ya yemək istəməyəndə onun diqqətini yayındırmaq üçün ona ağıllı telefon verməməli və ya əyləncəli videolar izləməyə qoymamalıdır. Çünki zaman keçdikdə uşaqların texnologiya bacarıqları sürətlə inkişaf edir və uşaqlar əksər hallarda valideynlərini aldada bilir.

3. Uşaqlar texniki vasitələrdən maksimum uzaq tutulmalı, məktəb dərsləri üçün kompüterdən istifadə valideyn nəzarəti altında edilməlidir. Məsələn, valideynlər uşaqların Google kimi axtarış saytlarında axtarıqları açar sözləri də nəzarət altında saxlamalıdır.

- Bir gün internet olmazsa...
- İnternet: uşaqları zərərli məlumatlardan necə qorumaq?
- Sizi telefonunuzdan asılı edən şey

Zərərli saytları bloklamaq üçün "Firewall" (təhlükəsizlik çəpəri) kimi qoruyucu mexanizm təqdim edən proqramlardan istifadə edə bilərsiniz.

Bundan başqa, uşaqlarınız Facebook və YouTube kimi sosial platformalardan istifadə etmədən öncə onların yaş həddinə uyğun qeydiyyatdan keçin. Və ya YouTube-da uşaqlarınızın yaşına uyğun seçilmiş videolar siyahısı yarada bilərsiniz.

5. Telefona parol qoymaq mümkündür, amma çıxış yolu deyil. Evdə internetə çıxışınızı təmin edən provayderlər dünya təcrübəsinə uyğun olaraq uşaq və yeniyetmə paketləri təklif etməlidirlər. İnternet provayderinizdən bu barədə soruşun. “Uşaq hüquqları haqqında” Azərbaycan Respublikasının Qanununun 15-ci maddəsinə əsasən “uşaqların sağlamlığına və inkişafına ziyan vuran informasiyadan qorunması müvafiq qanunla tənzimlənir. Dövlət Komitəsi tərəfindən hazırlanan “Uşaqların zərərli informasiyadan qorunması haqqında” Qanun cənab Prezident tərəfindən imzalanmışdır və 2020-ci ildə qüvvəyə minəcək. Qanun layihəsində uşaqlar üçün zərərli informasiyanın növləri müəyyənləşib. Uşaqlar arasında dövriyyəsi qadağan edilən informasiyaya zorakılığı və qəddarlığı təbliğ edən, cəmiyyət əleyhinə və hüquqazidd hərəkətləri, o cümlədən cinayətləri təbliğ edən, uşaqların həyat və təhlükəsizliyinə potensial təhlükə yaradan əməlləri təbliğ edən, ailə institutunu nüfuzdan salan, qorxu məzmunlu, informasiyalar aiddir. Uşaqlar arasında dövriyyəsi qadağan edilən informasiya məhsullarının uşaqların ola biləcəyi yerlərdə inzibati, texniki proqram və avadanlıq vasitələrinin tətbiq edilmədən yayılmasına yol verilmir.

Trend Rabitə və Yüksək Texnologiyalar Nazirliyinə istinadən məlumat verir ki, Birləşmiş Millətlər Təşkilatının ekspertləri uşaqlara internetdə təhlükəsiz davranış qaydalarını öyrətməyi və virtual məkanda onlara qarşı zorakılığa görə cinayət cəzası nəzərdə tutan qanunların qəbulunu təklif edirlər.

Bəs belə olan halda, həm tədris prosesi, həm də azad və müstəqil saatlarda internet qarşısında vaxt keçirən uşaqlar ondan necə istifadə etməlidirlər?

"Uşaqların beynəlxalq müdafiəsi günü"də məsələnin aktuallığını nəzərə alaraq, Rabitə və Yüksək Texnologiyalar Nazirliyi yanında Elektron Təhlükəsizlik Mərkəzi valideynlərə internetdən düzgün istifadə qaydaları ilə bağlı müvafiq tövsiyələrini təqdim edir. Beləliklə:

- Uşaqlarınızın daxil olduqları veb saytlara nəzər salıb, təhlükəli olub-olmadığını özünüz mütəmadi şəkildə yoxlayın.
- İnternetdəki zərərli veb saytlar və bədniiyyətli şəxslərdən gələ biləcək təhlükələrə qarşı uşaqlarınızı məlumatlandırın.
- Parol olaraq, mürəkkəb şifr seçməkdə uşaqlara yaxından kömək edin.
- Zərərli məzmunları filtrləyən və təhlükəli saytlara daxil olmanın qarşısını alan filtrləmə proqramlarından istifadə edin. Bu cür proqramlar eyni zamanda uşağınızın daxil olduğu veb saytları izləməyinizə də kömək edəcək.
- Uşaqlarınızın internetdə oynadıqları oyunlar haqda məlumatlı olun.
- Övladlarınızın sizin nəzarətiniz altında internetdən

istifadəsinə icazə verin.

- Onlara sosial şəbəkələr və ya veb saytlarda tanımadığı insanlarla ünsiyyət qurmalarının təhlükəli ola biləcəyi barədə məlumat verin.
- Uşaqlarınızla internetdəki söhbətlərə siz də qatılın, kimlərlə söhbət və dostluq etdiklərini müşahidə edin.
- Sosial şəbəkələrdə və ya söhbət (çat) otaqlarında uşaqların fərdi məlumatlarını paylaşmalarının qarşısını alın və təhlükə barədə onları məlumatlandırın.
- Uşaqlarınızın internet təhlükəsizliyinə zərər verə biləcək hər hansı halla qarşılaşdıqda Rabitə və Yüksək Texnologiyalar Nazirliyi yanında Elektron Təhlükəsizlik Mərkəzinə müraciət edə bilərsiniz.



- Uşaqların internet təhlükəsizliyinin təmin olunması üçün valideynlər qədər uşaqlar özləri də məsuliyyət daşıyır. Sürətli və sərhədsiz əlçatanlıq sayəsində həyatı əhəmiyyətli dərəcədə asanlaşdıran internet, uşaqlar üçün həm əyləncə, həm də tədris vasitəsidir.
- Uşaqların internet təhlükəsizliyi mövzusunda həm valideynlər, həm də uşaqlar düzgün istiqamətləndirilməlidir. Lakin, xüsusilə qeyd etməliyik ki, bu sahədə ən böyük məsuliyyət

valideynlərin, eyni zamanda internet xidməti provayderləri, təhsil qurumları və dövlətin üzərinə düşür.



- İnternetdən təhlükəsiz istifadə hər bir fərdin həyatında əhəmiyyətli rol oynasa da, uşaqlar üçün bu təhlükəsizliyin daha vacib olması qaçılmaz reallıqdır. Uşaqların yaşlarına uyğun məlumatları rahat şəkildə əldə edə bilməsi, lakin, zərərli kontentdən uzaq qalması üçün provayderlər tərəfindən təklif olunan "informasiyanın filtrlənməsi" xidmətindən istifadə olunmalıdır. Lakin, iş bununla bitmir.
- Məlumdur ki, uşaqlar yalnız evdə mövcud olan internetdən istifadə etmir. Bununla yanaşı internet klublarda, məktəblərdə də internetə qoşulur və informasiya əldə edirlər. Dövlət tərəfindən həyata keçirilən layihə nəticəsində bir müddətdir ki, məktəblərdə filtrlənmiş internetdən istifadə olunur.
- Lakin, internet klublar haqqında bunu deyə bilmərik. Buna görə də uşaqların internet təhlükəsizliyinin təmin olunmasında atılacaq önəmli addımlardan biri də bu mövzunun nə qədər

- vacib olduğunu və onların zərərli kontentdən yayınmasını uşaqlara düzgün şəkildə çatdırmaqdır.
- Uşaqların tərbiyəsində, onların dünyagörüşünün formalaşmasında oyunların böyük rolu var. Müasir uşaqları oyunlar və oyuncaqlar o qədər də maraqlandırmır. Onları daha çox mobil telefonlar, kompüter oyunları və internet cəlb edir. Ancaq uşaqların bu cür yüklənməsi, gerçəkdə təsadüf olunmayan, kompüter arxasında qəddarlığı, sərtliyi təbliğ edən oyunlara meyilli olması gələcəkdə bir çox fəsadlara yol açə bilər. Çünki ilk baxışdan adi əlyəncə kimi görünən virtual oyunlar əslində uşaqlarda möhkəmlilik, dözümlülük deyil, əksinə qorxaqlıq, çarəsizlik yaradır. Yeniyetmə hər hansı bir vəziyyətlə üzləşdiyi zaman çıxış yolu tapa bilmir. Heç axtarmağa da cəhd etmir. Çünki heç vaxt qarşılaşmadığı hadisə onda kəskin psixi pozuntular yaradır.
 - İndiki zəmanədə azyaşlı artıq böyüdüyünü düşünür, özünü uşaq saymır, bəlkə də uşaq necə olur, nə ilə başını qatır, necə əylənir, bunu dərk eləmir. İnformasiya kommunikasiya mühiti uşaq ilə yetkin insan arasında məsafəni olduqca kiçik həddə gətirib. Əvvəllər uşaqları evdə tapmaq müşkül məsələ olurdu. Həyətdə yığışaraq “Gizlənqaç”, “Ortadaqaldı”, “Yeddi şüşə” kimi kollektiv oyunlar balacaların ömrünə rəng qatar, yeni dostlar qazandırardı. Hazırda isə uşaqlar az qala ətraf aləmlə ünsiyyəti yalnız internetlə qururlar.

- Uşaqların canlı mühitlə əlaqəsinin düzgün təmin olunmasında valideynlər üzərinə böyük məsuliyyət düşdüyünü vurğulayan psixoloq Elnur Rüstəmov qeyd edib ki, çox vaxt valideynlər uşaqlarını cəmiyyətə daha yaxşı təqdim etmək niyyətilə azyaşlının geyimindən tutmuş daşdığı aksesuarlarına kimi xüsusi diqqət yetirirlər: “Valideynlər öz ətraflarından fərqlənmək üçün bu cür yeniliklərə həm özlərini, həm də övladlarını öyrəşdirirlər. Əslində isə bu çox yanlış düşüncədir. Belə olan halda uşağın davranışı və hərəkətləri arxa planda qalır. Uşaq bəlli bir yaşa kimi ailənin himayəsindədir. Valideyn nə deyəcəksə, uşaq da onu qəbul edəcək. Birinci növbədə ailələr özləri diqqətli olmalıdırlar ki, uşaqlar bahalı mobil telefonlardan, kompüterdən müəyyən qədər məsafədə olsunlar. Bu şüalanmadan tutmuş uşağın əqli düşüncəsinə, psixikasına qədər mənfi təsir edir. Bütün günü qapalı yerdə böyüyən uşaq nədən necə istifadə etməyi bilmir və nəticədə onda stress yaranır ki, bu da müəyyən komplekslərə yol açır. Fikir versək, bu gün doğulan uşaqların əksəriyyətində nevroloji problemlər olur. Normal prosedurlardan keçmədiklərindən körpələrdə daha sonra ağır fəsadlar yaranır”.
- Psixoloqlar hesab edir ki, valideynlər uşaqları kompüterdən aralı saxlamağı bacarmalıdırlar. O bildirib ki, bir çox aparıcı ölkələrdə internet provayderləri ilə əlaqə yaradaraq xüsusi paketlər əldə olunur və bununla da uşaqlar yalnız əlverişli

saytlardan istifadə edə bilirlər: “Daha yaxşı olardı ki, valideynlər kiçik yaşlarından uşaqları mobil telefonlara, kompüterlərə öyrəşdirməsinlər. Valideyn elə hesab edir ki, bununla onun uşağı daha tez inkişaf edir. Ancaq bu belə deyil. Birmənalı şəkildə virtual oyunlardan asılılıq uşaqlarda ünsiyyət problemlərinə yol açır. Bütün günü evində oturub oyun oynayan uşaq sözsüz ki, ünsiyyət çatışmazlığının gətirəcəyi fəsadlardan əziyyət çəkəcək. Eyni zamanda səbəbsiz aqressiyalara da tutulacaq. Uşaqlar canlı oyunlar oynayarkən bir-birləri ilə canlı ünsiyyətdə olurlar. Kompüter oyunlarında isə emosiya yox səviyyəsində olur. Bütün hallarda uşaq oyun oynadığını dərk edir. Ancaq azyaşlı ölümün özünə belə xüsusi hal kimi baxmır. Canlı ünsiyyətdə isə o hisslər var. Eyni zamanda kompüterdə müharibə, döyüş yarışları kimi qəddarlığı təbliq edən oyunlar oynamaqla vaxtlarını keçirən uşaqlar təbiətən qorxaq olurlar. Belə uşaqlar dəhşət filmlərinə də olduqca meyillidirlər. Bununla azyaşlılar qorxularına qalib gələcəklərini düşünürlər. Nəticədə başqa problemlər-fobiyalar yaranmağa başlayır. Bu cür problemlərlə müraciət edənlər çoxluq təşkil edir. Əksəriyyətində də uşaqlıqda qorxulu filmlərin təsirindən yaranan fobiyaaların əlaməti olur. Ona görə də çox diqqətli olmaq lazımdır”.

- Bu günlərdə kiçik uşaqlar belə, ağıllı telefonlar və planşetlər vasitəsilə internetə çıxış əldə edirlər. Onlara internetin zərərləri barədə məlumat

verilməli və müxtəlif onlayn təhdidlərdən necə qorunmağı öyrətmək lazımdır.

- İnterneti bu günlərdə 5 yaşından kiçik uşaqlar istifadə edirlər. Uşaqlar oyun oynamaq, film və ya cizgi filmləri izləmək, sosial şəbəkələrdə yaşlıları ilə ünsiyyət qurmaq və ev tapşırıqları və ya məktəb layihələri üçün araşdırma aparmaq üçün onlayn olurlar. Bununla birlikdə, internetin müxtəlif təhlükələrindən xəbərdar olmaya bilərlər. Uşaqlar onlayn təhdidlər və internet təhlükəsizliyi barədə məlumatlandırılmalıdırlar. Onlarla açıq danışmaq çox vacibdir. Valideyn nəzarəti də vacibdir.
- İnternet təhlükəsizliyinin uşaqlar üçün əhəmiyyəti
- Uşaqlar alış-veriş saytlarına baxmaq, sosial mediadan istifadə etmək, filmlərə baxmaq və ya təhsil məqsədi ilə araşdırma aparmaq üçün onlayn olmaqdan çox həyəcanlanırlar. Bununla birlikdə, onlayn sadə səhvlər təhlükəli nəticələrə səbəb ola bilər.
- Bəzi axtarış şərtləri açıq məzmunla səbəb ola bilər və uşaqlar onlayn aldana bilər. Uşaqlar kiber zorbalığın, şəxsiyyət oğrularının, hətta qaçıranların qurbanı ola bilər. Açılan pəncərəyə bir dəfə səhv vurma zərərli proqram təminatının cihaza yüklənməsinə səbəb ola bilər. Beləliklə, uşaqlarınıza internet təhlükəsizliyi haqqında öyrətmək və onlayn vaxtlarının bir yetkin tərəfindən

nəzarət edilməsini təmin etmək çox vacibdir.

- Uşaqlar üçün İnternet Təhlükəsizliyi haqqında
- Valideynlər aşağıdakı tövsiyələrdən istifadə edərək onlayn baxarkən övladlarının təhlükəsizliyinə əmin ola bilərlər:
 1. Uşaqların Tək Baxış etməsinə icazə verməyin
 - Uşaq otağında və ya bir yetkinin hüsurunda gəzmək üçün elektron cihazdan istifadə etməsi üçün bir qayda qoyun. Beləliklə, yetkinlər uşağın uyğun olmayan məzmunu onlayn olaraq görməməsini təmin edə və eyni zamanda uşağın onlayn fəaliyyətlərinə nəzarət edə bilərlər.
 2. Uşaqlara məxfiliyini qorumaq barədə öyrədin.
 - Valideynlərin icazəsi olmadan uşaqlarınıza ünvan, telefon nömrələri, adlar, şəxsi e-poçt ünvanları, bacı-qardaş təfərrüatları, valideynlərin iş təfərrüatları və s. Kimi şəxsi məlumatları heç vaxt bölüşməməyi öyrədin.
 3. Onlayn Dostlarla tanış olmaq üçün heç vaxt razılaşmayın.
 - 4.Uşaqlara internetin anonimlik təmin etdiyini öyrənin və onlayn dostları həqiqətən dedikləri kimi olmaya bilərlər..
 5. Güclü bir parol istifadə edin
 - Uşaqlara güclü parollardan istifadə etməyin vacibliyini və parolları niyə heç kimə açıqlamamalı olduqlarını öyrədin. Parollar ən azı səkkiz simvoldan ibarət olduqda, ən azı bir rəqəm, bir

xüsusi simvol, bir kiçik və bir böyük hərfdən ibarət olduqda daha çətin olur.

- 6. Bir vaxt qaydası təyin edin
- Övladlarınızın onlayn fəaliyyətləri üçün müəyyən bir müddət təyin edin. İstər əyləncə məqsədi ilə, istərsə də təhsil məqsədləri üçün olsun, uşaqların onlayn vaxtını məhdudlaşdırmaq daha yaxşıdır. Bunu övladlarınızla müzakirə edin və gündə müəyyən bir müddətlə razılaşın.
- 7. Uşaqlarınızın onlayn göndərdiklərini izləyin
- Övladlarınıza öyrədin ki, bir şey internetdə olandan sonra heç vaxt silinə bilməz. Buna görə də, onlayn yazdıqlarına çox diqqətli olmalıdırlar. Məsələn, yeniyetmələr öz şəkillərini internetdə yerləşdirə və ya sosial mediada şərh verə bilər. Bunu izlədiyinizdən əmin olun və bir şəkil və ya yazının uyğun olmadığını düşünürsünüzsə, ilk növbədə götürülməsini və ya heç vaxt yerləşdirilməməsini təmin edin. Övladlarınızla açıq olmaq və səbəblərinizi izah etmək münaqişədən çəkinəcək və övladlarınızın kooperativ olmasına əmin olacaqdır.
- 8. Etibarlı Təhlükəsizlik Proqramından istifadə edin
- Virusların, zərərli proqramların və ya casus proqramların qarşısını almaq üçün cihazınıza etibarlı təhlükəsizlik proqramı quraşdırdığınızdan və pop-up və hakerlərin qarşısını almaq üçün firewall'ların açıq olduğundan əmin olun. Uşaqlarınızın uyğunsuz məzmunu girişini nəzarət

etməyinizə kömək edən bir neçə onlayn qoruma vasitəsi də var.

- Uşaqların nəzarətsiz onlayn alış-veriş etməsinə

icazə verməyin

- 10. Məxfilik Ayarları
- Facebook və ya Instagram kimi sosial mediada məxfilik parametrlərindən istifadənin vacibliyi barədə uşaqlarınıza öyrədin. Həm də onlara heç vaxt şübhəli bağlantıları vurmamağı və oflayn olmamışdan əvvəl həmişə çıxmağı öyrət.

Kitabxanada təhlükəsiz internet mühitini yarat adlı rəsm müsabiqəsinin təşkili də məqsədüeyğündür. Bu müsabiqənin təşkili zamanı kitabxananın saytında elan verilir. Rəsmlərin çəkilməsinə bir ay müddətində vaxt verilir. Müsabiqənin yekununda kitabxananın müdiriyyəti iştirakçılar arasında qalibi təyin edir.

Təhlükəsiz internet mühitini yarat adlı rəsm müsabiqəsi

Müsabiqədə iştirakda dair tələblər:

- Rəsm təhlükəsizliklə əlaqəli mövzulara əsas olmalıdır
- Müsabiqədə 15-18 yaş arası uşaqlar iştirak edə bilər
- Müsabiqədə üç rəsm yalnız üç rəsm qəbul edilə bilər
- Rəsm rəsmi proqramların köməyində istifadə ediləndən sonra, kərəmdə ya ya əbədi böyüklükə sahib olmalıdır
- Rəsmi əsərlər (fotolar) yalnız məqsədlər üçün istifadə edilə bilər
- Rəsmi qəbul etmək üçün son tarix 25 oktyabr 2021-ci il saat 08:00-dür



Ölkəmizdə insan haqlarının qorunmasına xüsusi önəm verilir. Təbii ki, uşaq hüquqları da insan haqlarının ən mühüm və ayrılmaz hissələrindən biridir. Nəzərə alsaq ki, uşaqlar bizim gələcəyimizdir və ölkəmizin gələcəyi onların əlindədir, onların müdafiəsinə hamılıqla qoşulmaq bizim borcumuzdur. İlk növbədə uşaqların söz, dini etiqad azadlığı, təhsil, sağlamlıq, istirahət və əyləncə, fiziki və psixoloji zorakılıqdan, istismardan qorunmaq kimi hüquqları hər zaman diqqətdə saxlanılır. Uşaqların müdafiəsi günündə dünyanın diqqətini cəmiyyətin bu kövrək təbəqəsinə cəlb etmək üçün müxtəlif tədbirlər həyata keçirilir. Hazırda bütün dünyanın ən çox önəm verdiyi məsələlərdən biri də virtual məkanda uşaqların təhlükəsizliyidir. Çünki artıq internet insanların gündəlik həyatına maksimum şəkildə daxil olub və onsuz həyatımızı təsəvvür belə edə bilmirik. Lakin təəssüflər olsun ki, internetdə uşaqların psixikasına mənfi təsir edəcək zərərli saytlar da mövcuddur. Uşaq hüquqlarının müdafiəsi, onların normal sosial-mənəvi mühitin hökm sürdüyü cəmiyyətə layiqli insan kimi yetişməsi, zəruri ehtiyaclarının dolğun şəkildə ödənməsi, azyaşlı körpə və yeniyetmələrin zəngin daxili potensialının, dünyagörüşünün formalaşmasına imkan verən yaradıcı atmosferin formalaşdırılması son 20 ildə Azərbaycanda həyata keçirilən dövlət siyasətinin prioritet istiqamətlərindən birinə çevrilməklə, özündə yüksək humanist dəyərləri ehtiva edir. Ölkədə uşaqlarımızı internetdən gələ biləcək potensial təhlükələrdən qorumaq üçün bir sıra addımlar

atılır, maarifləndirmə işləri görülür.

İnternet haqqında maraqlı faktlar

İnternet – müxtəlif qurğuları birləşdirən qarşılıqlı bağlanmış kompüter şəbəkələrinin qlobal sistemidir. Texnologiyanın inkişafı ilə kompüterlərin şəbəkələrdə (“network”) birgə işləməsi mümkün oldu. Bir-birinə qoşulmuş şəbəkələr isə artıq “interşəbəkə” (“internet”) əmələ gətirir. Beləliklə, “İnternet” sözü ümumi mənada “qlobal şəbəkədə birləşdirilmiş kompüterlərin məcmusu” deməkdir. Faktiki olaraq, İnternet bütün dünyada milyonlarla kompüter, program, informasiya bazaları, fayllar və əlbəttə ki, insanlar arasında əlaqə yaradan şəbəkələrdən ibarət qlobal şəbəkədir.

1969-cu ildə ABŞ Müdafiə Nazirliyini Perspektiv Araşdırmalar Agentliyi (Advanced Research Projects Agency, ARPA) yeni texnologiya əsasında ilk kompüter şəbəkəsini qurmağa başladı. Buna qədər “RAND



Corporation” və bir neçə təhsil müəssisəsi – Massaçusets Texnoloji İnstitutu və Kaliforniya Universiteti yeni şəbəkə protokolu üzərində işləyirdilər. 1973-1974-cü illərdə TCP/İP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol – “Ötürmənin idarə olunması protokolu/İnternet protokolu”)



qəbul olundu. TCP/İP protokolları ARPANET-in əsas qurucularından olan Robert Ken və Vindon Serf tərəfindən təklif olunub. 1985-ci ildə ABŞ Milli Elmi Fondu (National Science Foundation) tərəfindən

qurulmuş yüksək sürətli NSFNET şəbəkəsi yaradıldı və ilk dəfə olaraq 56 kb/saniyə sürətilə informasiya ötürülməsinin üsulu tapıldı. Şəbəkə vasitəsilə kompüterlərdə olan çoxlu sayda sənədlərdən hamı eyni vaxtda istifadə edə bilməsi üçün 1989-cu ildə WWW (World Wide Web – “dünya hörümçək



toru”) yaradıldı. Tim Berners Lee hiper mətnli sənədlər texnologiyasını yaratdı. Dünyada internetin “atası” kimi tanınan Tim Berners Lee 2004-cü ildə insanlıq mədəniyyətinə qatqılarına görə İngiltərə

Kraliçası tərəfindən Ser titulu verilib və 15 il öncəki kəşfinə görə Beynəlxalq Fond tərəfindən 1.000.000 avro məbləğində pul mükafatı qazanıb. Onun adı “Time” jurnalında dərc olunan “20-ci əsrin 100 ən görkəmli insanları” siyahısına daxil edilmişdir. İnternet əsası bir-biri ilə birləşdirilmiş regional şəbəkələrdir. Hər bir belə şəbəkə İnternetə giriş nöqtəsi (Network Access Point, NAP) adlanır. Bir qayda

olaraq, bu şəbəkələri müxtəlif İnternet xidmətləri təklif edən şirkətlər idarə edir. Sırası istifadəçi İnternetə qoşulmaq üçün adətən İnternet xidmətləri təminatçısı (Internet Service Provider, ISP) ilə müqavilə bağlamalıdır. ISP telefon xətləri ilə yüksək sürətli rabitə kanallarına malik yerli şirkətdir.



İnternet istifadəçisi şəbəkədə digər kompüterlərlə “müşəri-server” modeli üzrə mübadilə aparır. İstifadəçiyə İnternet resursları – informasiya və

xidmətlərini “server” adlanan host-kompüter (host – ingiliscə “sahib”) təqdim edir. İstifadəçi (“müşəri”) isə bu resurslara şəbəkə protokolu üzrə informasiyanın uyğun şəkildə gətirilməsini təmin edən müşəri-proqramlar vasitəsilə müraciət edə bilər. Burada hər bir kompüter – həm server, həm də müşəri onu şəbəkənin digər kompüterlərindən fərqləndirən unikal IP-ünvana malikdir. IP-ünvan bir-birindən nöqtələrlə ayrılmış dörd rəqəm qrupu şəklində (məsələn: 208.218.46.205) təsvir olunur. Lakin bu format istifadəçilər üçün əlverişli olmadığından, daha anlaşıqlı domen adları sistemi (Domain Name System, DNS) işlənib tətbiq olundu. Məsələn:

- .com kommərsiya ilə məşğul olan təşkilatlar
- .edu – təhsillə məşğul olan təşkilatlar
- .org – kommərsiya ilə məşğul olmayan təşkilatlar
- .gov – hökumət təşkilatları
- .int – beynəlxalq təşkilatlar

- .net – şəbəkə xidmətləri göstərən təşkilatlar

Birinci səviyyəli təşkilat domenlərindən başqa kompüterin yerini müəyyənləşdirən coğrafi domenlər də var:

- .az – Azərbaycan
- .de – Almaniya
- .fr – Fransa
- .ru – Rusiya
- .us – Amerika Birləşmiş Ştatları
- .tr – Türkiyə
- .ge – Gürcüstan
- .uk – Böyük Britaniya

Domen adlarının verilməsinə Şəbəkə İnformasiya Mərkəzi (Network Information Center) nəzarət edir.

İnternet istifadəçilərin “məlumatın saxlanması, paylaşması və rahat əldə olunması” istəkləri nəticəsində yaranmış bir texnologiyadır. Bu texnologiyanın köməyi ilə insanlar məlumatları rahat şəkildə əldə edə bilirlər. İnterneti bir məlumat dənizinə yaxud çox böyük kitabxanaya bənzədə bilərik. Bu gün **İnternet** demək olar ki, dünyanın bütün

ölkələrini əhatə edir və onun istifadəçilərinin sayı getdikcə artır.

İnternetin əsas xidmətləri Elektron poçt (e-mail), Telekonfranslar və nəhayət WWW - informasiya-sorğu verilənlər bazaları, hökumət sənədləri, kitabxana kataloqları və sair kimi çoxsaylı müxtəlif sənədlərdən ibarət olan hipermətn mühiti.



— İki və ya bir neçə kompüter verilənlər mübadiləsi məqsədi ilə bir birinə qoşulduqda kompüter şəbəkəsi yaranır.

— Bir təşkilatın kompüterlərini birləşdirən şəbəkəyə Lokal şəbəkə və ya LAN (Local Area Network) deyilir.

— Lokal şəbəkələri və fərdi istifadəçiləri birləşdirən şəbəkə Qlobal şəbəkə və ya WAN (Wide Area Network) adlanır.

— Lokal şəbəkəni (LAN) qlobal şəbəkə (WAN) ilə birləşdirən kompüter və bu kompüterdəki proqram təminatı şlyuz (Gateway) adlanır.

Qlobal şəbəkələri birləşdirən daha yüksək səviyyəli şəbəkə də mövcuddur. Bu şəbəkə İnternet adlanır. İnternet bütün dünya üzrə müxtəlif kompüterlər arasında ünsiyyət üçün imkan yaradan və informasiya mübadiləsini təmin edən şəbəkələr şəbəkəsidir.

Müxtəlif tipli, müxtəlif əməliyyat sistemli kompüterlərin belə bir ünsiyyəti nəticəsində ortaya uyğunluq problemi çıxır. Bu

problemi aradan qaldırmaq məqsədi ilə informasiya mübadiləsinin təşkili üçün vahid qaydalar, yəni vahid standart (protokol) işlənmişdir. Bu protokol - [[TCP/IP']] (Transmission Control Protocol / Internet Protocol) - verilənlərin nəqlinə nəzarət/İnternet protokoludur.

İnternetə qoşulma ayrılmış kanal vasitəsi ilə və ya zəng etmə yolu ilə, yəni telefon xətti ilə həyata keçirilir. Ayrı-ayrı kompüterlərin ayrılmış kanal vasitəsi ilə və ya telefon xətti ilə şəbəkəyə qoşulması üçün nəzərdə tutulmuş qurğuya Modem (modulyator- demodulyator) deyilir.



Sizin İnternetə qoşulmanızı, məktublarınızın göndərilməsini, alınmasını və qorunub saxlanmasını təmin edən təşkilat internet-provayder adlanır. İnternet-provayder İnternetlə bağlı başqa xidmətlər də göstərir. İnternetdə sizin kompüterin identifikasiyası, yəni müəyyənləşdirilməsi üçün provayder tərəfindən ona IP-ünvan təyin edilir. IP-ünvan, hər birisi səkkiz ikilik rəqəmdən ibarət olan dörd qrupdan ibarətdir, və çox zaman onluq şəkildə yazılır. Məsələn: 255.255.100.123 . Burada axırıncı (dördüncü) rəqəmlər qrupu şəbəkədə kompüterin nömrəsini, üçüncü qrup isə şəbəkənin nömrəsini göstərir.



Rəqəmli nömrələri yadda saxlamaq çətin olduğundan domen adlarından istifadə olunur. Məsələn, www.elm.az Burada www(world wide web) elm domen .az isə birinci səviyyəli domendir. İnternetdə

altdomenlər(subdomain) də mövcuddur. Məs.: <http://www.firststeps.az>. Ünvanın bir şəkildən başqa şəkklə çevirilməsi xüsusi Domen Adları xidməti (DNS - domain name service) tərəfindən yerinə yetirilir.

Məsələn: www.azercell.com ; www.wikipedia.org Birinci səviyyəli təşkilat domenlərindən başqa, kompüterin yerini müəyyənləşdirən coğrafi domenlər də var.

Brauzer və ya Veb səyyah - Sizin kompüterdə işləyən və İnternet-səhifələrin axtarışına və baxılmasına imkan yaradan bir proqramdır. İnternetdən sizə və sizdən İnternetə informasiya göndərəkən, brauzer müştəri-server sxemindən istifadə edir. Bu sxemdə sizin kompüter - müştəri kimi, uzaqda yerləşən kompüter isə server kimi çıxış edir. Ən geniş yayılmış brauzerlər İnternet Epxlorer, Opera, Google Chrome və Mozilla Firefox sayılır.

İnternetin gələcəyi

Hazırda internetin sürətli inkişafı, kibertəhlükəsizlik kimi məsələlərin aktualıq kəsb etdiyi şəraitdə yəqin ki, hər kəsi düşündürən məsələlərdən biri də internetin gələcəyinin necə olacağıdır. İnternet gələcək onilliklərdə hansı dəyişikliklərə məruz qala bilər? Əlbəttə ki, bu suala birmənalı cavab vermək

çox çətindir. Lakin ekspertlər öz fərqli proqnozlarını isrəli sürürlər.

Məsələn, “İnternet necə formalaşib: Netscapedən iphone-yə qədər” kitabının müəllifi, yazıçı Brayan Makkalou bildirir ki, biz gələcəkdə internetin bir neçə versiyalarını görəcəyik. Yəni biz parçalanmış internet görəcəyik. İnternetin hazırda Çin və Qərb versiyaları kimi gələcəkdə Rusiya və Hindistan versiyaları da olacaq. Şirkətlər seqmentdən və ölkələrdən asılı olaraq biznesin



uğurlu aparılması üçün seçimlər qarşısında qalacaqlar.

Merilend Universitetinin professoru Sara Ann Outs isə qeyd edir ki, gələcəkdə internet auditoriya müxtəlif növlərə bölünəcək və biz dövlətlərin yaratdığı milli platformaları görəcəyik. İnsanlar qlobal media platformalardan uzaqlaşacaq və yalnız maraq qrupları üzrə yaxın şəxslərlə qarşılıqlı ünsiyyətdə olacaqlar.

Nyu-York Universitetinin dosenti Nikol Staroselski isə qeyd edir ki, internet-infrastrukturun əsas hissəsi olan yerüstü infrastruktur (Data Mərkəzlər, yerüstü kabellər, İnternet Servis Provayderlərinin ofisləri) gələcəkdə iqlim dəyişikliyindən zərər görəcək. İqlim böhranı internet trafikinin istehlakına təsir edəcək. Nəticədə, dayanıqlı və sürətli internet imkanlı şəxslər üçün əlçatan olacaq.

Əlbəttə, ekspert cəmiyyətinin fikirləri müxtəlifdir. Amma bir məsələdə böyük əksəriyyət o fikirlə razıdır ki, internet,

ümumilikdə bağlantı xidmətləri gələcək illərdə daha sürətli, az gecikməli və hamını əhatə edən olacaq.

Qlobal trafik həcmi artacaq. Okeanaltı və dənizaltı kablərin, eləcə də dünya üzrə İnternet Mübadilə Mərkəzlərinin (IXP – Internet Exchange Point) sayı çoxalacaq. Qeyd edək ki, 2017-ci ildə dünya üzrə 421 İnternet Mübadilə Mərkəzi mövcud olub. 2018-ci ildə isə bu rəqəm 528-ə çatıb. Həmçinin, qarşıdakı illərdə yeni 5G texnologiyası üzrə qoşulma xidmətləri də artacaq və bu texnologiya böyük həcmli məlumatların ötürülməsinə imkan verəcək. 2025-ci ilə qədər internet qoşulmaların 4/5-ü məhz smatrfon üzərindən olacaq. 2020-ci ilə dünya bazarının beşdə birindən çoxu 5G texnologiyasını tətbiq edəcək və şəbəkələrə 244 milyard ABŞ dolları sərmayə sərf ediləcək.



Ümumilikdə, qarşıdakı illərdə rəqəmsal transformasiya, süni intellektin tətbiqi, şəxsi məlumatların mühafizəsi, internetdə kibertəhdidlərdən qorunmaq, müxtəlif regionlarda qlobal şəbəkəyə çıxışı olmayan əhəlinin internetə çıxışının yaranması və internetin idarə olunması kimi məsələlər mühüm aktuallıq kəsb edəcək.

F.Köçərli adına RUK-nın Məlumat və biblioqrafiya şöbəsinin kitabxanasının fondu əsasında hazırladığı ədəbiyyat siyahısı:

Kitablarda

Qasimov R. İnformatika. Sabaha açılan pəncərə. - Bakı : Ayna Mətbu Evi, 2001. - 79 s.

Gündüz O. Kompüter : İnformasiya texnologiyalarının əsasları. - Bakı : Multimedia Mərkəzi, 2006. - 304 s.

Azərbaycanda informasiya cəmiyyəti. İnformasiya və kommunikasiya texnologiyaları : statistik məcmuə. - Bakı : Səda, 2007. - 135 s.

Məmmədli R. ICQ - Mən Səni Axtarıram : ICQ ilə dost tap, söhbət elə və əylən. - Bakı, 2008. - 120 s.

Stepanov V. Kitabxana proseslərində internetdən istifadə - Bakı : Şərq-Qərb, 2015. - 272 s.

Gündüz O. İnternet. Azərbaycan internet resursları. - Bakı : Multimedia İnformasiya Sistemləri və Texnologiyaları Mərkəzi, 2006. - 250 s.

Gündüz O. İnternet : Azərbaycan internet resursları. - Bakı : Multimedia Mərkəzi, 2010. – 416 s.

Dövri mətbuatda

Abdullayev M. Yazının inkişaf tarixi: ilk əlifbadan internetə qədər // Azərbaycan. - 2010. - 23 dekabr. - N 282. - S. 6

Mehdiyeva R. Tədris prosesində internet texnologiyalarının tətbiqi // Azərbaycan məktəbi. - 2012. - № 6. - S. 88-90.

Miriyev A. Dövlət internet portalları necə olmalıdır? // Palitra. - 2013. - 28 avqust. - № 155. - S. 13

Əfəndi A. Kitab, yoxsa internet?! // Mədəni həyat. - 2015. - № 1. - S. 58-59.

Rəis X. İ.Dadaşova: "Heç zaman internet kitabı əvəz edə bilməyəcək" // Kaspi. - 2016. - 3 mart. - № 38. - S. 11

Miriyev A. İKT-nin inkişafı: uşaqların internet mühitində təhlükəsizliyi necə təmin olunmalıdır? // Palitra. - 2017. - 13 yanvar. - № 6. - S. 11

Əmirova A. Yazılı mətbuatın internet mediası ilə rəqabəti : internet resursları alternativ informasiya mənbəyi ola, çap mediasına rəqib də sayıla bilər, amma heç bir halda qəzeti əvəz edən vasitə ola bilməz // 525-ci qəzet. - 2018. - 10 fevral. - № 27. - S. 11

Amin S. Misir Mərdanov: "Heç bir internet resursu kitabı əvəz eləyə bilməz" : Kulis.az-ın "İşdən kənar" layihəsindən AMEA-nın müxbir üzvü, fizika-riyaziyyat elmləri doktoru, professor Misir Mərdanovla müsahibəsini təqdim edirik. // 525-ci qəzet. - 2020. - 29 yanvar. - № 10. - S. 10

İsmayılqızı X. İnformasiya təhlükəsizliyi və sosial şəbəkələr // İki sahil. - 2022. - 18 yanvar. - № 9. - S. 6

Uşaqqlar və internet

(metodik vəsait)

**Komputer yığımı
və dizayn:**

Ruhiyyə Məmmədli

Ünvan: AZ-1022 Bakı şəh., S.Vurğun küç.88;

E-mail: info@clb.az.

İnternet ünvanı: www.clb.az