



Con questo accordo **potrete stabilire aspettative e regole chiare** riguardo **i media digitali insieme alla vostra famiglia.**

Ecco alcune domande utili per iniziare una conversazione sulla sicurezza online e il tempo davanti allo schermo.

MOSTRA INTERESSE

- Cosa ti piace fare online?
- Quali sono le tue app, giochi e siti web preferiti?

PARLA DELLE LORO CONOSCENZE ONLINE

- Pensi che sia sicuro chattare o giocare online con persone che non conosci?

Spiega che alcune persone su Internet non sempre hanno buone intenzioni e **potrebbero fingere di essere qualcun altro**, quindi è meglio interagire solo con persone che tuo figlio conosce personalmente (amici e famiglia). Sottolinea che tuo figlio può **sempre parlare con te** quando un estraneo lo fa sentire a disagio.



- Come pensi che dovresti comportarti con le altre persone online?

Pratica una buona etichetta su Internet. Sii gentile e non fare nulla che non vorresti fosse fatto a te. Tuo figlio deve sempre **chiedere il permesso alle altre persone** prima di pubblicare qualcosa su di loro.

- Controlli prima di pubblicare o condividere qualcosa online?

Spiega che le informazioni online sono molto difficili da eliminare - anche i contenuti in diretta streaming e quelli che scompaiono **potrebbero essere comunque utilizzati.**

- Pensi che tutto quello che c'è su Internet sia vero?

Rendi tuo figlio consapevole della **disinformazione online** e che può sempre verificare con te.

- Sai perché è importante mantenere private le tue informazioni personali?

Alcune persone con **cattive intenzioni** potrebbero rubare le loro informazioni. Parla delle impostazioni sulla privacy, delle password sicure e dell'importanza di fare attenzione quando **gli estranei fanno troppe domande** (informazioni personali, videochiamate o foto, se i genitori sono a casa, ecc.).

AFFRONTA IL TEMPO DAVANTI ALLO SCHERMO

- Come ti senti dopo aver trascorso troppo tempo davanti allo schermo?

Fai riflettere tuo figlio sui comportamenti 'negativi' dopo troppo tempo davanti allo schermo. Se non li ammette, **condividi le tue osservazioni** con lui. Per esempio, tuo figlio diventa aggressivo o irritabile dopo troppo tempo davanti allo schermo?



- Cosa potremmo fare per evitare di passare troppo tempo davanti allo schermo?

Guida la conversazione verso attività offline, stabilendo regole per limitare il tempo davanti allo schermo e **sviluppare un rapporto sano** con l'uso dello schermo.

E INFINE,

- Cosa possiamo fare tutti per mantenerci al sicuro online?

Lascia che tuo figlio riassume la vostra conversazione e **ti dia alcuni consigli**. Assicurati di sottolineare che può sempre parlare con te se qualcosa lo fa sentire **a disagio** o turbato.

- Come può Ohana aiutare la nostra famiglia?

Spiega perché è importante usare la **tecnologia in modo responsabile** e che Ohana può aiutare la vostra famiglia a sviluppare buone abitudini digitali.

- Quando o quanto spesso dovremmo rivedere il nostro accordo?

Potresti spiegare che **ci sono regole** per il "mondo reale" ed è simile per il mondo digitale.

- Quando o quanto spesso dovremmo rivedere il nostro accordo?

Le **esigenze di tuo figlio** cambieranno nel tempo, quindi assicurati di rivedere l'accordo e aggiornarlo.

- Cosa succede se uno di noi non rispetta l'accordo?

Stabilisci una regola per **le conseguenze**.

Io, _____, mi impegno a:

Prendermi cura

- Mi prenderò cura del mio dispositivo e informerò i miei genitori se si rompe, viene rubato o perso.
- Sono consapevole che avere un dispositivo personale è una responsabilità che prenderò seriamente.
- Esplorerò le impostazioni della privacy dei miei account e le imposterò al livello massimo.
- Non userò il telefono mentre guido.
- _____

Essere rispettoso

- Mi comporterò in modo gentile e rispettoso online.
- Non sarò cattivo/a, non diffonderò pettegolezzi e non creerò account falsi.
- Non condividerò informazioni o foto di altre persone senza il loro permesso.
- _____

Rispettare le regole

- Rispetterò i limiti di tempo stabiliti dai miei genitori.
- Metterò via o spegnerò il telefono all'ora concordata la sera.
- Informerò i miei genitori prima di creare account o fare acquisti online.
- Sono consapevole che non rispettare questo accordo può avere conseguenze.

Pensare prima

- Sono consapevole che qualsiasi informazione pubblico o condivido online rimarrà per sempre.
- Non condividerò informazioni personali, la mia posizione o le password con nessuno.
- So che non tutto ciò che vedo online è vero e valuterò le informazioni con spirito critico.
- Sono consapevole che alcune persone online potrebbero fingere di essere qualcun altro e sarò prudente nel condividere informazioni con sconosciuti.
- Non invierò a nessuno foto intime di me stesso/a o di altri.

Comunicare apertamente

- Informerò i miei genitori se qualcuno online mi fa sentire a disagio.
- Parlerò con i miei genitori se vedo qualcosa online che mi turba.
- Dirò ai miei genitori se qualcuno è cattivo con me online.
- Informerò i miei genitori se sono vittima di cyberbullismo.
- Parlerò con i miei genitori se ho fatto qualcosa di sbagliato online.
- _____

Firma dell'adolescente

____/____/____
Data

Io, _____, mi **impegno a:**

- riconoscere il privilegio di mio figlio/a di utilizzare la tecnologia.
- mostrare interesse per le attività online che mio figlio/a preferisce.
- rispondere a qualsiasi domanda di mio figlio/a sul mondo digitale. Se non conosco la risposta, la cercheremo insieme.
- rispettare il diritto di mio figlio/a alla privacy e all'autonomia.
- supportare la vita online di mio figlio/a, parlando anche dei rischi.
- creare un piano per l'uso dei dispositivi a scuola.
- spiegare perché alcune app non sono adatte alla sua età.
- chiedere il permesso a mio figlio/a prima di pubblicare sue foto o informazioni sui social media.
- valutare quando è opportuno mandare messaggi o chiamare mio figlio/a.
- mettere via il dispositivo quando parlo con mio figlio/a e dargli la mia completa attenzione.
- dare il buon esempio con le mie abitudini digitali.
- _____

Firma del genitore

____/____/____
Data

COME FAMIGLIA, CI IMPEGNIAMO A:

- ascoltarci a vicenda e mantenere la calma, sapendo che urlare non porta da nessuna parte.
- parlare regolarmente di Internet e social media.
- discutere apertamente dei comportamenti online appropriati e inappropriati.
- tenere i pasti liberi dagli schermi.
- dare priorità ad app e contenuti creativi, educativi, positivi e prosociali.
- usare Ohana per mantenere i nostri nuovi propositi.
- _____

Questo accordo è attivo una volta firmato.

Tutti avete il diritto di apportare modifiche a questo accordo secondo necessità.