



JUGEND UND MEDIEN

NATIONALE PLATTFORM
ZUR FÖRDERUNG VON
MEDIENKOMPETENZEN

OS JOVENS E OS MEDIA

PLATAFORMA NACIONAL PARA
A PROMOÇÃO DAS
COMPETÊNCIAS MEDIÁTICAS



Para os pais e
todos aqueles
que lidam com
crianças

Conselhos fundamentais para a utilização segura dos média digitais

www.jugendundmedien.ch

Proteger
crianças significa
acompanhá-las também no
mundo digital

Os média digitais fazem parte da nossa vida quotidiana

As crianças e os jovens crescem num mundo mediático particularmente diversificado. Durante os tempos livres jogam videojogos, informam-se, mantêm contactos na Internet e comunicam com os amigos por telemóvel. Entretanto, 98 por cento dos jovens entre os 12 e os 19 anos possuem o seu próprio smartphone, dispondo assim da Internet no bolso. Mas, também as crianças em idade pré-escolar, entram cada vez mais cedo em contacto com os media digitais.

Os media digitais não só oferecem oportunidades, como também ocultam riscos

Como tudo na vida – onde existem oportunidades, também existem riscos. A Internet pode criar dependência, as crianças e os jovens podem estar sujeitos a assédio psicológico nas redes sociais, os seus dados pessoais podem ser usados de maneira fraudulenta e podem ser vítimas de abusos sexuais.

«Como posso proteger o meu filho contra esses riscos? Quanto tempo razoável, tendo em conta a idade, poderá ele dedicar aos media digitais?»

Pais e outros educadores têm razão em colocar este género de perguntas.

As crianças devem aprender a utilizar os media digitais de forma crítica

Uma coisa é certa: Não é possível, nem sensato, querer proteger as crianças do contacto com os media digitais. Os novos media fazem parte da escola e do local de trabalho e ajudam a resolver muitas tarefas. Além disso, proporcionam numerosas oportunidades de desenvolvimento e aprendizagem. Por isso, é importante que os jovens sejam capazes de avaliar os conteúdos com uma atitude crítica, possam identificar os possíveis riscos e saibam a maneira de se proteger. Pais e educadores assumem uma importante função de acompanhamento nesta matéria – na qualidade de ouvintes de confiança e interlocutores, dispostos a prestar auxílio e a aprender, reciprocamente, com interesse.

As crianças necessitam do acompanhamento activo dos adultos no uso quotidiano dos media

Encorajamos pais e educadores a acompanhar as crianças e os jovens no uso dos media digitais, de forma activa e adequada à idade. Este desdobrável menciona os principais conselhos a observar na educação quotidiana.

AS REGRAS DE OURO

Acompanhar é melhor que proibir.

No mundo digital, as crianças necessitam de ser acompanhadas pelos pais. Fale com o seu filho sobre as suas experiências com os media digitais.

As crianças necessitam de exemplos dotados de competências mediáticas.

Para as crianças e os jovens, as pessoas de referência são exemplos em matéria de uso dos media. Por isso, verifique os seus próprios hábitos no que diz respeito aos media.

A “regra dos 3-6-9-12”

Televisão antes dos 3 anos não, consola de jogos própria antes dos 6 anos não, Internet depois dos 9 anos e redes sociais depois dos 12 anos.

Controle as recomendações relativas à idade.

Para filmes (jugendundmedien.ch) e jogos de computador (pegi.ch).

Defina, em conjunto, o tempo passado diante do ecrã.

Defina em conjunto com o seu filho quanto tempo ele pode passar, diária ou semanalmente, diante do ecrã. Fixe limites claros e observe se o acordo é respeitado.

Balço entre organização dos tempos livres com os media e sem os media.

Organize actividades de lazer sem media digitais.

TV, PC e consola de jogos não devem fazer parte do quarto de crianças.

Coloque os aparelhos numa sala comum. Vigie os smartphones e os tablets.

Veja de perto, com quem o seu filho conversa.

As crianças não devem encontrar-se com as pessoas com quem travaram conhecimento online senão na companhia de adultos e em locais públicos.

Cuidado com os dados privados na rede.

Recomende ao seu filho que não pode divulgar dados pessoais, tais como nome, endereço, idade e número de telefone, excepto se tiver falado consigo antes sobre o assunto.

Uma conversa franca é mais útil que software de filtragem.

Fale com o seu filho sobre sexualidade e violência, de forma adequada à sua idade. O software de filtragem é conveniente, mas não garante protecção total.

Estas regras dirigem-se, sobretudo, aos pais com filhos com idade de 0-13 anos. No entanto, estas regras também são muito importantes para o acompanhamento de adolescentes.

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

- Na Internet: www.jugendundmedien.ch
- Ofertas de informação e aconselhamento na sua proximidade: www.jugendundmedien.ch/beratung-und-angebote
- Brochura «**Competência mediática – Os conselhos mais importantes para utilizar os media digitais com segurança**»: Como PDF em www.jugendundmedien.ch ou como brochura gratuita em www.bundespublikationen.admin.ch (Número de encomenda 318.850 d, f, i)

Em caso de urgência

- Elternnotruf, telefone 0848 35 45 55, www.elternnotruf.ch
- www.147.ch – aconselhamento gratuito e anónimo por telefone, sms e chat para crianças e jovens, durante 24 horas

Distribuição: BBL, Venda de Publicações Federais, CH-3003 Berna
www.bundespublikationen.admin.ch
N.º de art. 318.851.por, 06.2018 1 000 860422267

© 2013 Os Jovens e os Media, Plataforma Nacional para a Promoção de Competências Mediáticas, Departamento Federal da Segurança Social, Sector Questões da Infância e Juventude



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV

Os Jovens e os Media é uma plataforma nacional de promoção de competências mediáticas. O seu objectivo é encorajar as crianças e os jovens a utilizar os media digitais com segurança e responsabilidade. O plataforma proporciona aos pais, educadores e profissionais informações e conselhos sobre a forma correcta de acompanhar crianças e jovens.

Com o apoio de



Département de l'économie et de la formation
Service cantonal de la jeunesse
Departament für Volkswirtschaft und Bildung
Kantonale Dienststelle für die Jugend

CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

As Regras Douradas foram elaboradas em colaboração com a Escola Superior de Ciências Aplicadas de Zurique (ZHAW), Equipa de Psicologia dos Media, sob a direcção do Prof. Dr. Daniel Süss.

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw **Angewandte
Psychologie**