παράδειγμα

**Οικογενειακού Πρωτοκόλλου Online Συμπεριφοράς**

**🏠 Οικογενειακό Πρωτόκολλο Online Συμπεριφοράς**

**📅 Ημερομηνία Δημιουργίας: 19 Μαΐου 2025**

**👨‍👩‍👧‍👦 Μέλη που το συμφώνησαν: Μαμά, Μπαμπάς, Άννα (15 ετών), Νίκος (11 ετών)**

**1. Ασφάλεια στο Διαδίκτυο**

* Δεν δίνουμε ποτέ προσωπικά στοιχεία (διεύθυνση, τηλέφωνο, σχολείο, κωδικούς) σε αγνώστους online.
* Ενημερώνουμε πάντα έναν γονέα αν κάποιος μας κάνει να νιώσουμε άβολα ή μας ζητήσει κάτι περίεργο στο διαδίκτυο.

**2. Χρόνος Οθόνης**

* Μέγιστη διάρκεια:
  + Καθημερινές: 2 ώρες
  + Σαββατοκύριακο: 3 ώρες
* Οι οθόνες κλείνουν 1 ώρα πριν τον ύπνο.

**3. Σεβασμός στις Επικοινωνίες**

* Δεν στέλνουμε προσβλητικά ή επιθετικά μηνύματα.
* Δεν συμμετέχουμε σε διαδικτυακό εκφοβισμό (bullying) και το αναφέρουμε αν το δούμε.
* Συζητάμε με σεβασμό, όπως θα κάναμε και από κοντά.

**4. Περιήγηση και Περιεχόμενο**

* Επιτρέπεται η χρήση συγκεκριμένων πλατφορμών (YouTube, Google, σχολικές σελίδες κ.λπ.) με γονικό έλεγχο.
* Απαγορεύεται η πρόσβαση σε βίαιες, ακατάλληλες ή ύποπτες ιστοσελίδες.
* Οι γονείς μπορούν να ελέγχουν το ιστορικό περιήγησης με σεβασμό και διάλογο.

**5. Χρήση Κοινωνικών Δικτύων**

* Η χρήση επιτρέπεται μόνο σε επιλεγμένες πλατφόρμες και μόνο μετά τα 13 έτη.
* Όλοι οι λογαριασμοί πρέπει να είναι ιδιωτικοί.
* Οι γονείς έχουν το δικαίωμα να βλέπουν τι δημοσιεύεται και να συζητούν μαζί μας για το περιεχόμενο.

**6. Υπογραφή και Δέσμευση**

Όλοι συμφωνούμε να τηρούμε το παραπάνω πρωτόκολλο για την ασφάλεια και την ευημερία της οικογένειάς μας.

| **Όνομα** | **Υπογραφή** |
| --- | --- |
| Μαμά | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Μπαμπάς | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Άννα | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Νίκος | \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ:

* Το πρωτόκολλο είναι «συμβόλαιο» μεταξύ γονέων και παιδιών. Δημιουργείται σε συμφωνία με τα παιδιά και τους γονείς- εάν κάποιο μέλος διαφωνεί με κάποιο σημείο, αυτό διαπραγματεύεται και διαφοροποιείται ή/και αφαιρείται.
* Κάθε παραβίαση του συμβολαίου θα έχει και τις επιπτώσεις του, οι οποίες συμφωνούνται με όλη την οικογένεια και πάλι.
* Το συμβόλαιο γίνεται με συζήτηση και προσιτή προσέγγιση προς το παιδί, αλλά με την απαραίτητη αυστηρότητα ως προς τη τήρησή του, τονίζοντας και τους λόγους δημιουργίας του (ασφάλεια του παιδιού).