

1. INTERÈS

Interesseu-vos per la relació dels vostres fills amb les TIC. Adopteu una actitud positiva, amb ganes de conèixer. Jugueu alguna vegada a algun dels seus jocs amb ells, o mireu-los. Deixeu que us instrueixin sobre les possibilitats desconegudes del vostre mòbil. Contempleu el que hagin introduït en les seves xarxes socials. Això no vol dir que us hagi de resultar interessant, ni que us hagueu de tornar uns experts, però sí que abandoneu actituds desqualificadores d'entrada i complexos de superioritat o inferioritat.

2. DIÀLEG

Parleu i, sobretot, escolteu. Deixeu que us expliquin què fan i deixen de fer amb les TIC. Només si saben que escoltareu hi haurà possibilitats de comunicació. Formuleu preguntes obertes, perquè puguin dir més que « sí » o « no ». Feu un esforç per recordar què us diuen, per a poder-ho treure en una propera conversa. Feu també un esforç perquè el vostre llenguatge corporal no us "traeixi", enviant missatges de disgust o rebuig abans que els fills no puguin explicar-se més.

3. OBERTURA

Demostreu que hi ha vida més enllà d'Internet. Suggestiu recursos alternatius a l'accés immediat a la pantalla. Doneu valor a tot allò que no és estar davant la pantalla: el temps a taula compartint el que ha passat durant el dia, el joc en família, la col.laboració conjunta en les feines de casa, les sortides...

4. PLANIFICACIÓ

Establiu conjuntament un horari. Deixeu clares les prioritats no negociables (temps per a l'estudi, per a la relació personal, per a l'activitat física, per a dormir...). Deixeu clar també quan està prohibida la connexió (per exemple, de matinada i/o si estan sols a casa...). Establiu un temps màxim diari o setmanal (una bona idea pot ser fixar una "quota de pantalla" –per evitar que passin de l'ordinador al mòbil, del mòbil a la tauleta...-). Si penseu que això pot ajudar, fixeu els acords escrivint-los i marqueu un termini per a la seva revisió.

5. ALERTA

Alerta no vol dir alarma, però sí advertència clara sobre determinats perills. Expliqueu què penseu que es pot fer i discutir i què no a Internet. Assegureu-vos que entenen que mai no han de revelar informació que els pugui identificar. Indiqueu-los que també han de protegir la informació personal dels seus amics. Insistiu en què les persones que xategen sempre són desconeguts i que sempre poden mentir sobre qui són. Recordeu-los que sempre us han d'informar si reben cap missatge estrany o molest, i que no us enfadareu, perquè sabeu que ells no poden controlar el que altres persones els facin arribar per la xarxa.

6. SENSIBILITAT

Parleu sovint sobre el que està bé i és adequat/correcte i el que no. Transmeteu als vostres fills les vostres conviccions sobre el dret a la privacitat de totes les persones. Assegureu-vos que entenen que allò que es penja a la xarxa acaba essent accessible a tothom. Demaneu-los que es preguntin si els companys/es que apareixen o estan etiquetats en les seves xarxes realment hi estan d'acord. Sigueu molt clars expressant el vostre rebuig a les imatges, gravacions, etc. que puguin "córrer" per Internet i pels mòbils i que d'alguna manera il.lustrin ofenses a la dignitat d'altres persones.

7. TRANSPARÈNCIA

Col.loqueu l'ordinador (o que facin servir la tauleta, o fins i tot el mòbil) en un espai d'ús comú. Assegureu-vos que NO dormen amb el mòbil. Garantiu la privacitat del que facin els vostres fills, però recordeu-los que la privacitat està supeditada a la seguretat que no hi hagi un mal ús. Sospiteu si els vostres fills canvien ràpidament la pantalla, la minimitzen, o tenen fitxers, documents o discos ocults.

8. RECURSOS

Hi ha molts recursos gratuïts i de pagament que poden facilitar la gestió de les TIC a casa vostra. Podeu invertir en formació per a aprendre millor com controlar les sessions de xat, elaborar registres d'usuaris, revisar historial de pàgines visitades, etc. També podeu pagar perquè us instal.lin serveis de seguretat, filtres de continguts i imatges ofensives, bloqueig de llocs inadequats...

9. COHERÈNCIA

La coherència és una de les actituds més valorades pels nostres fills, també en aquest tema. Revisau les vostres pròpies actuacions respecte a les TIC: ús del mòbil, temps davant la pantalla, protagonisme de la televisió -o dels mòbils- en els àpats familiars,... Proposeu-vos canvis concrets i poseu-los en pràctica.

10. ACTUACIÓ

No defugiu el conflicte davant actuacions negatives: doneu tota la importància a qualsevol mala pràctica, tant si l'han comès com si l'han consentit o li han donat suport. Col.laboreu de bon grat amb l'escola perquè els vostres fills demanin perdó, esmenin el que han fet mal fet, etc. Al mateix temps, doneu valor a tots els usos positius que de les TIC facin els vostres fills (projectes útils i constructius, habilitat en videojocs, recerques encertades i aprofitament de recursos d'Internet amb bones finalitats...).