

חוזה לקבלת הסמארטפון הראשון שלי

הסמארטפון הוא מכשיר מדהים! והוא מאחת התופעות הנחקרות ביותר בעשרים השנים האחרונות. **שימו לב**, המחקרים מדברים על כך שילדים עד גיל 12 לא בשלים לסמארטפון ורשתות חברתיות מגיל 15. השטח לעיתים מראה אחרת וקבלת הסמארטפון מתרחשת בישראל לפני הגיל עליו ממליצים המחקרים. ולצורך כך ההורים והילדים צריכים להגיע להסכמות והבנות בדבר שימוש הילדים בסמארטפון. לפניכם חוזה/הסכם, שהוא למעשה המסמך הכתוב בהמשך לסרטון "חוזה הסמארטפון שלי" ונועד להגביר את החשיבות והמשמעות של התחייבות הילדים בכל הקשור לשימושם בשגרת החיים עם הסמארטפון. הכללים והסעיפים שלפינכם אוגדו לאחר עבודה מאומצת ומעמיקה בספרות המקצועית ותוך שילוב צרכים ודרישות שעלו מהשטח. בנוסף, השארתי מקום ריק עבורכם למלא באופן ידני ובהתאם לרצונות והצרכים של ביתכם. להלן פרטי החוזה: "אני מתחייב.ת"

- זמני שימוש- איזון נכון בין העולם הפיזי לווירטואלי:

✓ להחליט יחד עם ההורים על זמני השימוש במסכים בכלל (סמארטפון, טלוויזיה, טאבלט, מחשב, פלייסטיישן, נינטנדו וכו') ולעמוד בזמנים האלו. המלצת המחקרים היא על לא יותר משעתיים ביום.
***אולם שימו לב**- ישנן משפחות רבות בישראל ששעתיים ביום זה המון עבורן. לכן, החליטו את הזמן הנכון לכם וחשוב שלא יחרוג מעל שעתיים (בכל המסכים).

✓ בזמן ארוחה/לימודים או כל משימה אחרת- אני מתחייב.ת לשים את הסמארטפון מחוץ לטווח הראייה
✓ אני מבטיח.ה שתמיד אחפש הזדמנות לשחק בחוץ. ויודעת שזמן מסך לא יבוא על חשבון זמן חברים

בחוץ

- בטיחות ברשת:

✓ אני מתחייב.ת- לא למסור פרטים אישיים לאף אחד באמצעות המסך
✓ אני מתחייב.ת- לא לפתוח הודעות או קישורים ממי שלא מכירים
✓ אני יודעת.ת ומתחייב.ת- חברים ברשת הם לא חברים אמיתיים ולכן לא אמסור להם פרטים אישיים ולא אקבע להיפגש איתם, רק באישור ההורים
✓ אני מתחייב.ת- לא להשתתף ולא להעביר הלאה- סרטונים או הודעות לא ראויים, וכמובן לא אשתתף בשיח פוגעני. ומתחייב.ת שבמידה ונחשפתי לכך- מיד לדווח להורים

✓ אני מתחייב.ת להיות חיובי.ת ולנסות לפרגן מהלב כמה שאפשר

✓ אני מתחייב.ת תמיד לשתף את ההורים או מבוגר אחראי שאני סומכת עליו אם נתקלתי במשהו בסמארטפון

או במסך אחר, שגורם לי לאי-נוחות

המלצות נוספות:

- הורידו התראות כבר מהרגע הראשון (הם משיחי דעת ומבין הגורמים העיקריים להתמכרות)
- שתפו את החברים שלכם בהסכם הזה, אתם צריכים אותם אתכם
- נעלו את המסך כשההורים יודעים את הסיסמה
- עדכנו תוכנה אחת לתקופה כשהסמארטפון מבקש
- ברשתות חברתיות- הגדירו את הפרופיל כ"פרטי"

סעיפים נוספים המתאימים לבית שלי- "אני מתחייב.ת"

_____ ✓

_____ ✓

_____ ✓

תאריך: _____

חתימת הבוגר: _____

חתימת ההורה: _____

כל הכבוד!

בהצלחה!