



## Panduan Family Link untuk Ibu Bapa

Panduan untuk menetapkan peraturan  
asas digital untuk keluarga anda



Kehidupan kita hari ini dipenuhi peranti digital yang sentiasa menuntut perhatian kita. Bagi keluarga, memahami dan mencipta peraturan asas digital di rumah merupakan langkah penting dalam mendidik anak-anak tentang hubungan mereka dengan teknologi. Tetapi kebanyakan kanak-kanak mungkin merasakan ibu bapa cuba mengawal mereka. Ada cara yang lebih baik. Dengan berkomunikasi, anda boleh membantu anak anda memahami sebab peraturan ini penting. Topik di bawah menerangkan ciri yang ada pada **Family Link**, namun ibu bapa masih perlu berbincang mengenai penggunaan teknologi dengan anak mereka. Family Link ialah apl yang membantu ibu bapa sentiasa mengikuti perkembangan semasa anak mereka apabila mula menggunakan peranti Android. Ibu bapa boleh menggunakan Family Link pada Android\* atau iPhone.



## Seimbangkan Masa Skrin

Terserah kepada anda untuk menentukan jumlah masa skrin yang sesuai untuk anak anda, namun Family Link boleh membantu anda menetapkan had masa.

### Had masa skrin

Family Link membolehkan anda menetapkan kebenaran masa skrin harian untuk peranti Android anak anda. Ini ialah peluang yang baik untuk membincangkan jumlah masa yang munasabah untuk diluahkan pada peranti setiap hari, dan mencapai persetujuan bersama anak anda. Ibu bapa dan anak-anak boleh melihat jumlah masa skrin yang tersedia. Ini membolehkan ibu bapa berperanan aktif dalam mengurus penggunaan teknologi anak. Anak anda juga boleh menjadi proaktif dan mengurusnya sendiri.

### Tetapkan waktu tidur

Apabila tiba masa untuk tidur, tindakan meminimumkan gangguan adalah penting untuk membantu anak anda mendapat tidur yang lena. Family Link membolehkan ibu bapa membantu anak-anak mengimbangi masa untuk bermain dan berehat dengan menetapkan "waktu tidur" pada peranti. Anak-anak perlu memahami manfaat mental dan fizikal daripada waktu tidur tanpa peranti, umpamanya lebih tenaga untuk bermain bola sepak dan lebih fokus semasa ujian. Anda juga boleh menggunakan kesempatan ini untuk menerangkan kepada anak anda sebab anda juga berusaha untuk menjauhkan diri daripada peranti sebelum tidur.

### Kunci peranti mereka dari jauh

Apabila tiba masanya untuk membuat kerja rumah atau makan malam bersama keluarga, ibu bapa boleh mengunci peranti anak mereka dengan apl Family Link. Ini ialah peluang untuk berbincang dan membuat keputusan bersama tentang waktu peranti boleh digunakan dan waktu peranti sepatutnya disimpan. Keupayaan untuk mengunci peranti dari jauh dalam masa nyata memberi ibu bapa peluang untuk menerangkan tindakan mereka dan mengukuhkan keputusan keluarga. Ini membolehkan bimbingan dan penyeliaan berlaku serentak.



## Bimbing mereka ke kandungan yang baik

### Sekatan kandungan dan urus apl mereka

Apabila kanak-kanak mengakses Google Play Store, mereka boleh menyemak imbas permainan, filem, rancangan, buku dan banyak lagi. Selain itu, Family Link membolehkan ibu bapa:

- Menyekat jenis kandungan yang boleh dilihat berdasarkan rating
- Meluluskan kandungan yang ingin dimuat turun oleh anak anda (percuma atau berbayar)
- Menyemak maklumat apl apabila muat turun diminta untuk mengetahui sama ada apl tersebut mengandungi iklan, pembelian dalam apl, atau kebenaran yang penting bagi anda

Bincangkan dengan anak anda tentang kepelbagaian rating kandungan yang ada seperti "E untuk Semua Orang" dan "Remaja". Terangkan sebab sekatan ini wujud untuk tahap umur yang berbeza dan bantu mereka memahami jenis kandungan yang anda fikir sesuai untuk mereka.

### Lihat aktiviti apl mereka

Lebih mudah untuk berbincang dengan anak anda tentang teknologi jika anda tahu perkara yang mereka suka lakukan dengan peranti mereka. Adakah anak anda suka berbual? Seorang pemain permainan video? Atau gemar membaca? Berbual dengan anak anda tentang apl dan permainan yang paling mereka gemari dan lihat cara utama mereka menghabiskan masa dengan laporan aktiviti apl Family Link. Laporan ini memberikan pecahan masa yang diluangkan oleh anak anda pada setiap apl pada setiap hari, minggu dan bulan.

### Sembunyikan apl

Anda boleh menentukan jumlah masa skrin yang sesuai untuk anak anda mengikut perkara yang ditonton, dimainkan atau dipelajari oleh mereka. Jika laporan aktiviti menunjukkan anak anda terlalu banyak menggunakan apl tertentu (seperti permainan baharu kegemaran mereka), anda boleh menyembunyikannya buat sementara waktu daripada peranti mereka. Bincangkan dengan anak anda sama ada mereka merasakan jumlah masa yang mereka gunakan adalah sihat atau tidak, dan terangkan kepada mereka sebab anda meminta mereka berehat. Tiada sejarah apl mereka seperti kemajuan permainan atau markah tinggi akan dipadamkan. Apl itu hanya akan disembunyikan sehingga anda memutuskan untuk mengembalikannya kepada anak anda.



## Mengurus Tetapan

### Hidupkan lokasi peranti

Terangkan kepada anak anda sebab penting untuk anda mengetahui lokasi peranti mereka.

### Laraskan tetapan apabila anak semakin dewasa

Apabila anak anda semakin dewasa, anda boleh **menukar** banyak tetapan akaun dan peranti mereka dalam Family Link. Berbincang dengan anak anda tentang perubahan ini dan cara hal ini membantu mereka bersedia untuk mengurus akaun dan penggunaan peranti mereka sendiri pada masa hadapan.

## Buat Komitmen Keluarga

Walaupun Family Link boleh membantu anda mengawasi anak semasa mereka meneroka, ada baiknya anda memberikan maklumat yang mereka perlukan untuk menjadi peneroka yang bijak dan yakin dalam talian. **Be Internet Awesome** ialah program yang mengajar keselamatan dan menjadi warga digital kepada kanak-kanak. Cuba bincangkan topik-topik ini dengan anak anda dengan menandatangani **ikrar Be Internet Awesome** bersama-sama. Anda juga boleh meminta anak anda bermain **Interland**, permainan percuma yang mengukuhkan topik membina kata laluan yang kukuh, berbudi pekerti dalam talian, mengelakkan "*phishing*" (pancingan data) dan "*scam*" (penipuan), dan menjaga reputasi dalam talian. Mereka boleh memaut terus ke Interland menerusi "Petua untuk Keluarga" yang terdapat dalam menu apl Family Link.

*\* Untuk peranti kanak-kanak dan remaja, Family Link berfungsi pada peranti Android yang menjalankan versi Nougat 7.0+ dan beberapa peranti yang menjalankan Android versi 5.0 dan 6.0 (Lollipop dan Marshmallow). Ketahui lebih lanjut di [google.com/familylink/setup](https://google.com/familylink/setup)*