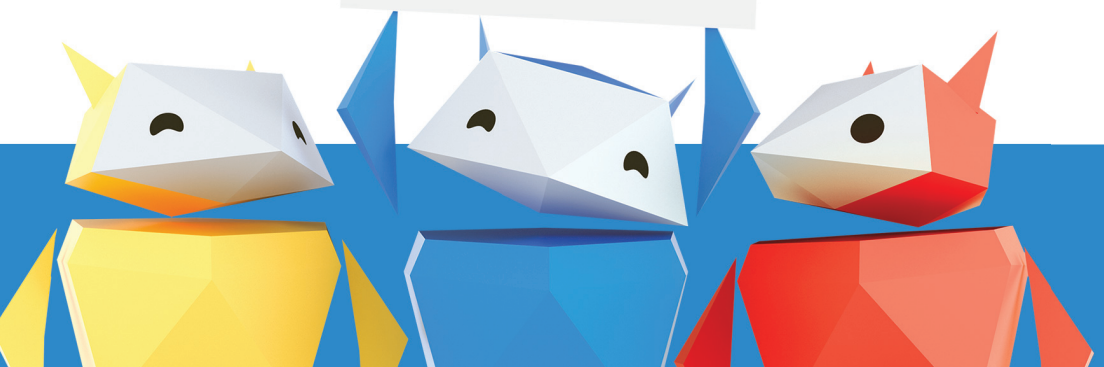
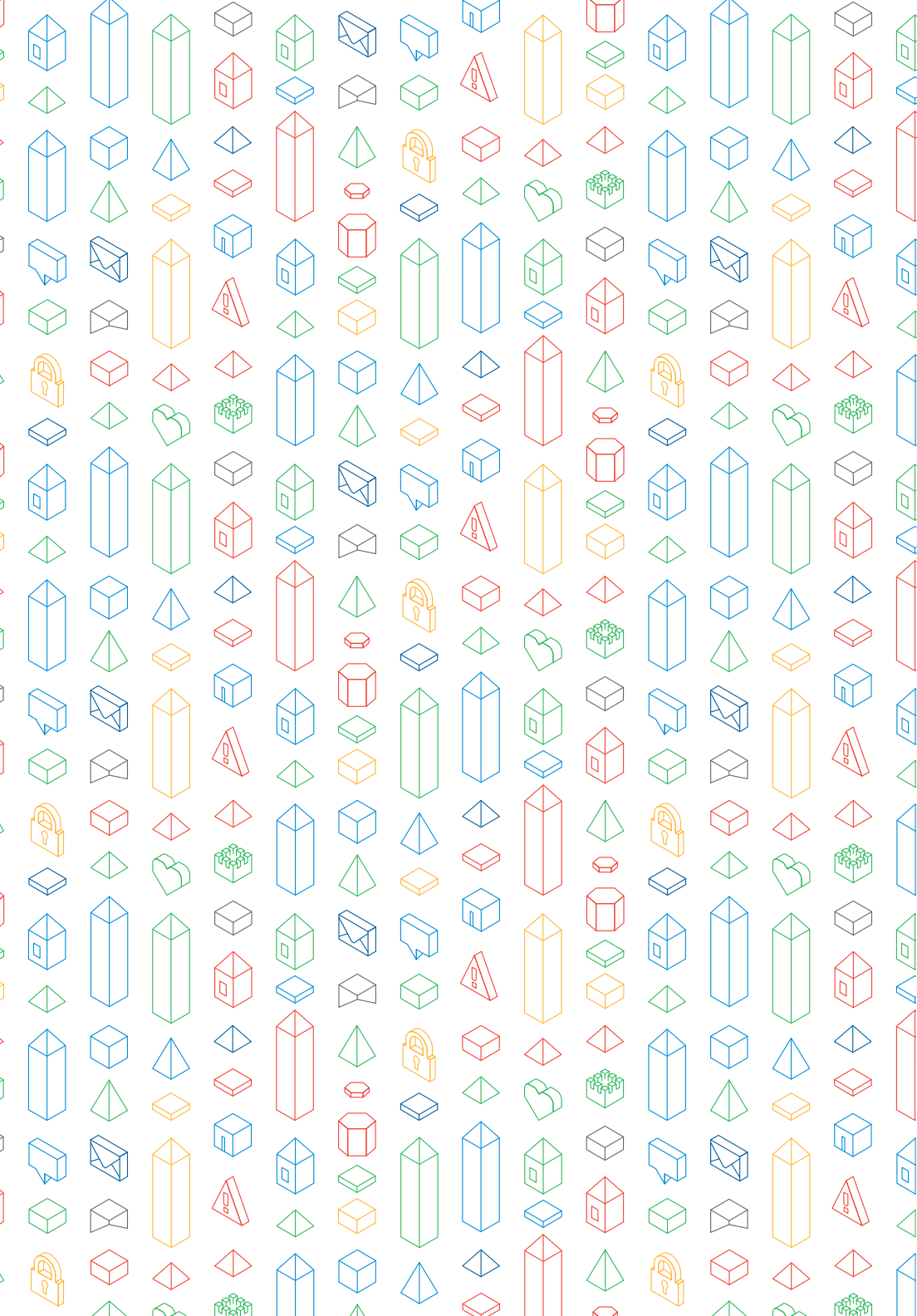


**Inteligente**  
**Atento**  
**Forte**  
**Gentil**  
**Corajoso**

Guia para a família





# Seja Incrível Na Internet▲

Aos pais ou responsáveis,

Nossa primeira iniciativa foi criar o plano de estudos do programa Seja Incrível Na Internet para educadores. Hoje em dia, o ensino de cidadania e segurança digital é fundamental em sala de aula. No entanto, a base do aprendizado de qualquer criança está em casa, e isso não é diferente com os bons hábitos na Internet.

A tecnologia avança muito rápido, e não é fácil acompanhar todas as novidades. Criamos este guia voltado a famílias para facilitar a introdução e a prática de bons hábitos digitais no seu dia a dia. O material tem um monte de ideias ótimas para ajudar você e seus filhos a discutir, aprender e pensar juntos sobre as cinco áreas mais importantes para ser incrível na Internet:

**Inteligente:** compartilhe com cuidado

**Atento:** não caia em armadilhas

**Forte:** proteja seus segredos

**Gentil:** é legal ser gentil

**Corajoso:** na dúvida, fale com alguém

Essas áreas são os componentes principais do programa Seja Incrível Na Internet, usado em cada vez mais escolas do país e do mundo. Caso seus filhos estejam estudando o Seja Incrível Na Internet na escola, este guia ajudará você a acompanhar e reforçar o que está sendo ensinado em sala de aula.

Por exemplo, o jogo on-line interativo Interland, que faz parte do programa Seja Incrível Na Internet, também pode ser jogado em casa. Seus filhos podem se divertir mostrando como ele funciona ou até mesmo jogando com você.

Criamos este guia como um recurso independente para ajudar sua família a aprender sobre cidadania e segurança on-line. Além dos jogos do Interland referentes às cinco lições, você encontrará um vocabulário e pontos de discussão para usar em conversas e atividades com sua família. Isso ajudará você a estabelecer uma base sólida para o uso seguro e adequado da Internet.

Divirtam-se com o programa Seja Incrível Na Internet para famílias.

Atenciosamente,  
Equipe do programa  
Seja Incrível Na Internet e Internautas♥







Seja inteligente na Internet

04

## **Compartilhe com cuidado**



Fique atento na Internet

10

## **Não caia em armadilhas**



Seja forte na Internet

14

## **Proteja seus segredos**



Seja gentil na Internet

18

## **É legal ser gentil**



Seja corajoso na Internet

23

## **Na dúvida, fale com alguém**



Google

29

## **Family Link**

# Compartilhe com cuidado

As informações se espalham rápido na Internet.  
Sem tomar cuidado, podemos acabar em situações  
com consequências duradouras.

Qual é a solução? Aprender como e o que  
compartilhar com conhecidos e desconhecidos.



---

## Objetivos

- ✔ **Entender** quais informações podem ser compartilhadas e quais devem ser mantidas em segredo ou somente entre a família.
- ✔ **Conversar** como uma família sobre o que seus filhos devem fazer quando tiverem dúvidas sobre o que compartilhar e com quem.
- ✔ **Aprender** a pensar na privacidade com perspectivas diferentes.

---

## Antes de começar

Nossa privacidade on-line depende do que compartilhamos ou não sobre nós mesmos e nossas famílias na Internet, principalmente nas redes sociais. Uma habilidade muito importante para as crianças é saber o que pode ser compartilhado e o que não pode. Essa é uma habilidade que todos desenvolvemos com a prática, e o melhor lugar para começar é em casa.

Parte do desenvolvimento dessas habilidades é pensar nos dois tipos de compartilhamento que todas as famílias têm: interno (o que você compartilha somente com membros da família) e externo (o que você compartilha com as pessoas de fora da família).

### Compartilhar com a família:

Muitas famílias compartilham dispositivos com os filhos para procurar informações, falar com avós que moram longe, fazer compras, jogar ou assistir a vídeos quando os pais estão ocupados. No entanto, é importante entender o que é compartilhado junto com um dispositivo.

Caso o dispositivo seja seu, você também permitirá que seus filhos usem configurações, contatos, senhas e informações de cartão de crédito, e talvez algumas dessas informações não sejam apropriadas para que eles vejam, usem ou compartilhem. Os filhos podem usar os dispositivos dos pais para fazer o download de aplicativos e se inscrever em conteúdos duvidosos. Além disso, é importante considerar se você quer criar o hábito de compartilhar senhas entre membros da família, porque não é recomendável compartilhá-las com outras pessoas. Queremos que este guia ajude você a fazer escolhas informadas e adequadas para sua família.

### Compartilhar com pessoas fora da família:

Nossas vidas on-line são um espelho do nosso cotidiano: há informações pessoais e familiares que as pessoas de fora da família não precisam saber. Esses dados não são somente senhas e endereços, mas informações como quando você sairá de férias, para onde vai viajar ou quem terá um bebê na família.

Provavelmente você se lembra de situações parecidas. No entanto, para começar, confira o vocabulário desta lição e veja nossos quatro cenários de privacidade. Pratique com sua família para que todos possam contribuir com ideias do que é (e não é) recomendável compartilhar.

## Vocabulário

### Privacidade on-line

Esse é um termo amplo que geralmente se refere à capacidade de controlar quais informações você revela na Internet e quem pode ver e compartilhar esses dados.

### Pegada digital

*(ou presença digital)*

Sua pegada digital são todas as informações sobre você presentes na Internet. Isso inclui qualquer coisa, desde fotos, áudio, vídeos e mensagens de texto até "curtidas" e comentários postados em perfis de amigos. Assim como seus passos deixam pegadas pelo caminho, tudo o que você posta on-line também deixa uma trilha.

### Reputação

São as ideias, opiniões, impressões ou crenças que as outras pessoas têm sobre você. A reputação é algo que não se pode saber com certeza, mas geralmente queremos que ela seja positiva ou boa.

### Informações pessoais

São informações que identificam uma pessoa específica. Por exemplo, seu nome, endereço, número de telefone, CPF, endereço de e-mail etc. são chamados de informações pessoais (ou confidenciais). Pense com cuidado antes de compartilhar esse tipo de informação on-line.

### Compartilhamento excessivo

É compartilhar em excesso na Internet. Geralmente, isso acontece com quem dá muitas informações pessoais ou fala demais sobre si mesmo em uma situação ou conversa on-line.

### Configurações

É a seção de qualquer produto digital, aplicativo, site etc. em que você pode definir ou ajustar o que será compartilhado e como sua conta será gerenciada, incluindo as configurações de privacidade.



## Atividade em família

### Cenário 1

#### Cenários de privacidade: o que você faria?

Seus filhos e você estão animados com uma viagem para visitar os avós. Um deles usou seu smartphone para postar sobre a viagem no seu perfil de rede social, dizendo aonde e quando vocês vão, incluindo fotos e marcando todo mundo na postagem, inclusive os avós. Você...

- pede para excluir a postagem porque não é adequado postar datas e locais de férias nas redes sociais, já que isso é basicamente divulgar que ninguém estará em casa nesse período.
- pergunta se eles receberam permissão dos avós para postar fotos e marcar os perfis deles nas redes sociais.
- lembra a eles de sempre pedir permissão para as pessoas que eles fotografam e conversam on-line antes de postar algo sobre elas.
- diz que eles sempre podem perguntar para você quando não tiverem certeza se algo pode ser compartilhado na Internet.

**Orientação para os pais:** é importante falar sobre todos esses itens com sua família. Provavelmente você já ensinou a seus filhos que não é recomendável contar ao mundo todo que ninguém está em casa. No entanto, também é importante que as crianças percebam que cada pessoa tem um nível de aceitação diferente em relação ao que é compartilhado publicamente sobre elas.

### Cenário 2

Sua irmã acabou de anunciar para a família que está grávida, e seus filhos estão felizes porque terão um priminho. Seu filho mais velho diz que postou uma foto dos tios com a notícia de que eles vão ter um bebê, mas você só soube disso quando recebeu uma mensagem da sua irmã dizendo: "Como nossos pais sabem que estou grávida? Eu não tinha contado para eles ainda!". Você...

- conversa com seus filhos sobre como ter um bebê é algo incrível, mas também muito pessoal. Você sabe que eles estão empolgados, mas é a pessoa que está grávida que deve decidir quando, como e com quem compartilhar a notícia.
- diz ao seu filho (e a todos os seus outros filhos) que você sabe que ele não tinha má intenção, mas precisa retirar a postagem imediatamente e ligar para a tia para pedir desculpas por ter postado algo sobre ela sem permissão.

- conversa com a família sobre os diferentes tipos de informações que podem ser compartilhadas nas redes sociais, discutindo o que é apropriado compartilhar com sua família imediata, com outros parentes, com amigos e com todas as pessoas.

**Orientação para os pais:** é bom ter essas discussões quando surgem situações apropriadas. Você não precisa falar sobre tudo de uma só vez. As conversas não devem ser grandes demais. Essas lições não são muito diferentes do que a maioria das famílias ensina aos filhos sobre o respeito à privacidade. Um dos objetivos deste guia é mostrar como esses aprendizados também se aplicam ao uso da tecnologia.

### Cenário 3

Você está preparando o jantar, e sua filha de 10 anos diz que terminou toda a lição de casa e está "louca para jogar este jogo" que todas as amigas dela estão jogando. Ela pede para você deixá-la fazer o download do aplicativo no seu tablet e jogar até a hora de jantar. Considere o seguinte:

- Você estabeleceu regras sobre o uso do tablet, incluindo: não alterar senhas, não ligar para contatos nem fazer o download de aplicativos sem sua permissão. Ela nunca foi desonesta com você sobre o uso do tablet, então você diz que ela pode fazer o download do app e jogar.
- Você não sabe se os jogos que os amigos dela jogam são adequados para ela. Por isso, você diz que ela pode fazer o download do jogo, mas precisa esperar até depois do jantar para você ver se o app é apropriado para ela.
- Você não vê problema em deixá-la fazer o download do jogo, mas sua família tem hábitos de compartilhamento estabelecidos, e vocês não compartilham senhas entre si. Por isso, você pede que ela traga seu tablet para que você possa desbloqueá-lo.
- Ela sabe sua senha, mas você quer ler sobre o jogo, por isso diz para ela esperar até depois do jantar. Você diz para ela encontrar outra coisa para fazer até lá.

**Orientação para os pais:** a melhor opção depende da sua família e das "regras da casa" estabelecidas para manter a segurança das experiências on-line e dos dispositivos. Caso você ainda não tenha definido políticas sobre senhas, compartilhamento de dispositivos e download de aplicativos e jogos, estabelecê-las ajudará a definir as bases para as "regras da sua casa".

## Cenário 4

Sua filha contou que uma garota da escola postou nas redes sociais um segredo sobre a melhor amiga, que ficou muito constrangida. Sua filha disse que ficou muito triste pela amiga. Você:

- fala sobre a situação da próxima vez que toda a família estiver reunida e faz perguntas. O que significa "privacidade" on-line e off-line para cada um? Por que é importante respeitar a privacidade dos outros, assim como a nossa?
- pergunta se sua filha quer conversar com a amiga e se oferecer para pedir que a outra garota remova a postagem, informando o motivo (além de perguntar se sua filha se sente à vontade para fazer isso).
- faz as duas opções acima.

**Orientação para os pais:** há muitas lições de vida importantes que podem ser aprendidas nas redes sociais. Assim como na vida real, discutir situações negativas com a família e definir os próximos passos juntos pode transformar esses momentos em oportunidades para as crianças aprenderem lições importantes.



### Montanha da consciência

Certo. Você já se informou e aprendeu bastante sobre o compartilhamento. No entanto, antes de partir para a Internet, que tal testar um pouco seus conhecimentos? A Montanha da consciência da Interland é onde todo mundo se encontra. Esse é um ótimo lugar para mostrar suas novas habilidades.

Atenção: é preciso ter muito cuidado com o que você compartilha e com quem. A informação viaja à velocidade da luz, e alguns Internautas compartilham em excesso.

Abra um navegador da Web no seu computador ou dispositivo móvel e acesse [g.co/MontanhaDaConsciencia](http://g.co/MontanhaDaConsciencia).

# Não caia em armadilhas

É importante ajudar as crianças a perceber que o que elas veem on-line nem sempre é verdadeiro, real ou confiável.

Descobrir o que é real e o que é falso é fundamental para a cidadania e a segurança on-line.



## Objetivos

- ✔ **Entender** que nem tudo que está na Internet é verdade.
- ✔ **Aprender** como a pesquisa on-line funciona e por que é importante usar o pensamento crítico ao pesquisar por informações e outros conteúdos na Web.
- ✔ **Refletir** sobre o valor dos resultados de pesquisa, sites e outras fontes de informações e estar atento para informações erradas, notícias falsas e manipulação.

## Antes de começar

A pesquisa on-line é uma parte essencial da vida diária das pessoas. Naturalmente, ela também se tornou parte da vida familiar, muito antes de as crianças começarem a escola. Aprender a pensar criticamente sobre os resultados da pesquisa e como os mecanismos funcionam é uma das habilidades mais básicas e úteis que as famílias podem desenvolver juntas.

### O que é "pesquisa"?



Com a pesquisa na Web, as pessoas podem procurar informações on-line usando um mecanismo que organiza os dados para facilitar e agilizar o processo. A maioria dos dispositivos modernos tem recursos de pesquisa, mas não consegue dizer o que é verdadeiro, falso ou confiável. A inteligência humana ainda é a melhor tecnologia para fazer isso. Ainda assim, é preciso um pouco de treinamento para desenvolver seu detector de mentiras na Internet. Confira a atividade após a seção de vocabulário. Ela ajudará sua família a mandar bem na pesquisa on-line.

## Vocabulário

### Mecanismo de pesquisa

É um programa que procura e identifica informações em um banco de dados que correspondam à consulta de um usuário.

### Rastreador da Web

Também chamado de "bot", é um programa executado no software do mecanismo de pesquisa que "rastrea" constantemente a Internet para organizar ou "indexar" o conteúdo em todos os sites e bancos de dados acessados para responder às suas consultas na caixa de pesquisa.

### Assistente virtual

Assim como os rastreadores da Web, os assistentes virtuais recuperam informações de bancos de dados de pesquisa, de usuários e de outros sites para facilitar a vida das pessoas, respondendo a perguntas automaticamente, obedecendo a comandos

(como mostrar a rota para a casa de um amigo) ou realizando tarefas simples (como tocar uma música).

### Resultados da pesquisa

A lista de sites e outros recursos que a página do mecanismo de pesquisa mostra em resposta ao que foi pesquisado.

### Pesquisa segura

É um recurso que os pais podem ativar para filtrar conteúdos que eles consideram inadequados e remover esses resultados das pesquisas. Essa opção pode ser ativada ou desativada a qualquer momento.

### Informações erradas

São informações falsas, enganosas ou imprecisas.

### Desinformação

Informações erradas (veja

acima) criadas propositalmente para enganar as pessoas, incluindo propagandas de um adversário político ou de outro governo.

### Verificável

É um fato que pode ser comprovado ou demonstrado como verdadeiro ou correto.

### Enganoso

É algo falso, uma ação ou mensagem projetada para enganar ou confundir as pessoas.

### Manipulação

É quando uma ou mais pessoas controlam ou influenciam um indivíduo ou situação de modo injusto, com desonestidade ou ameaças. A manipulação também pode ocorrer com informações, dados ou imagens editados ou apresentados fora de contexto para fazer você acreditar em algo que não é verdade.

## Atividade em família

### Como fazer pesquisas inteligentes na Web

- Junto com sua família, use um tablet, computador ou smartphone (apesar de ser mais difícil para todos verem uma tela pequena juntos) e acesse a página inicial do seu mecanismo de pesquisa favorito.
- Verifique se o recurso de pesquisa segura está ativado. Geralmente essa opção pode ser encontrada nas "configurações" ou "preferências" do mecanismo de pesquisa..
- Escolha um tema de interesse dos seus filhos (como um atleta, a causa favorita deles, um ator, cantor, filme ou autor de que eles gostem etc.) e digite na caixa de pesquisa.

- Clique nos resultados que aparecem nas primeiras posições e em outros exibidos algumas páginas à frente. Pergunte qual é a diferença, na opinião deles, entre os resultados próximos ao topo e os mais distantes. Eles confiam mais em um ou em outro? Por que ou por que não?
- Houve algum resultado em que você ou seus filhos não clicaram? Por quê? Eles são "patrocinados" ou anúncios? Por que você clicaria ou não nesses resultados? Você evita alguma fonte? Por quê?
- Fale sobre as fontes e a qualidade das informações, a página "Sobre" do site etc.
- Veja alguns exemplos de perguntas que você pode fazer para sua família: caso você tenha procurado por um artista ou atleta, o conteúdo nos resultados é positivo (talvez o site seja de um patrocinador ou fã)? Se as informações forem negativas ou críticas, você consegue descobrir mais sobre a fonte dessa crítica? Procure a página "Sobre nós" ou informações sobre o histórico ou a qualificação do proprietário do site. Você consegue dizer se essas fontes (positivas ou negativas) sabem do que estão falando ou estão só compartilhando uma opinião? Caso o resultado seja de um site de notícias, ele é bem conhecido e você acredita que pode confiar nele? Se não, talvez seja bom fazer uma pesquisa para verificar se as pessoas acreditam que essa fonte apresenta informações de modo equilibrado.
- Pense em outras perguntas com sua família. Perguntar faz bem! Pensar de modo crítico sobre o que encontramos nas pesquisas on-line é a base da alfabetização digital, além de ser o primeiro passo para manter sua segurança na Internet.



### Rio da realidade

Agora que você aprendeu a ficar atento na Internet, teste suas habilidades. O rio que corre pela Interland está cheio de fatos e ficção. Mas as coisas nem sempre são o que parecem. Para atravessar as corredeiras, use seu bom senso.

Abra um navegador da Web no seu computador ou dispositivo móvel e acesse [g.co/RioDaRealidade](http://g.co/RioDaRealidade).

# Proteja seus segredos

A segurança das suas informações, contas e dispositivos é tão importante quanto sua privacidade. Criar senhas fortes e ter o compromisso de não as compartilhar é fundamental para proteger os dispositivos, as identidades, as reputações e os relacionamentos da sua família.





---

## Objetivos

- ✔ **Entender** por que a segurança digital é importante e como colocá-la em prática.
- ✔ **Aprender** a criar senhas fortes.

---

## Antes de começar

Você sabia que, no ano de 2017, as duas senhas mais usadas eram "123456" e "password" ("senha", em inglês)? As senhas protegem nossa segurança pessoal, dispositivos, identidades, reputações e relacionamentos, e as senhas mais fracas facilitam o roubo dessas informações por criminosos. Um dos elementos mais importantes que precisamos ensinar aos nossos filhos é como criar senhas fortes.

Veja algumas dicas para criar e manter senhas fortes:

- Crie senhas que você consiga memorizar, mas evite usar informações pessoais como aniversários ou nomes de animais de estimação.
- Use uma mistura de letras maiúsculas, minúsculas, símbolos e números.
- Troque letras por símbolos & números. Isso tem duas vantagens: a senha fica mais fácil de lembrar e mais difícil para programas descobrirem.
- Use oito ou mais caracteres. Quanto mais, melhor.
- Crie variações: não use a mesma senha em vários sites e dispositivos, mas você pode criar variações da mesma senha para contas diferentes.
- Sempre use bloqueios de tela nos seus dispositivos.
- Considere usar um gerenciador de senhas, que é um aplicativo ou ferramenta que controla suas senhas, caso você se esqueça de alguma delas. A maioria dos navegadores atuais tem um recurso de segurança que faz isso para você.

## Vocabulário

### Segurança

Proteger os dispositivos, o software e as informações neles.

### Senha

É uma combinação secreta de letras, números e símbolos usada para acessar algo. Ela pode ter diferentes formas. Por exemplo, talvez você use um código com apenas quatro dígitos para bloquear seu smartphone ou tablet e uma senha mais complexa para seu e-mail, mídia social ou conta bancária. Em geral, é recomendável criar senhas com o máximo de complexidade, mas de modo que você ainda consiga se lembrar delas.

### Verificação em duas etapas

*Também chamada de verificação em dois fatores ou autenticação em duas etapas*

É um processo de segurança que exige não só uma senha e um nome de usuário, mas também uma informação que somente você possui fisicamente. Isso serve para dificultar o acesso de possíveis invasores e o roubo de dados ou da identidade de uma pessoa. Por exemplo, algumas contas exigem que você insira um código com tempo limitado que é enviado ao seu telefone ou e-mail depois que você digita sua senha.

### Criptografia

É um processo que ajuda a proteger as informações (como mensagens enviadas on-line), misturando os dados e dificultando a decodificação.

### Complexidade

É o objetivo ao criar uma senha segura. Uma senha é considerada complexa quando tem uma mistura de números, caracteres especiais (como "\$" ou "&") e letras maiúsculas e minúsculas. O tamanho (número de caracteres) também aumenta a complexidade.

### Hacker

É uma pessoa que usa computadores para conseguir acesso não autorizado a dispositivos e dados de outras pessoas ou organizações.

---

## Atividade em família

### Criem uma senha forte juntos

#### Observação antes de começar a atividade a seguir:

Este é um exercício para toda a família, mas é recomendável criar uma senha que não seja usada. Por quê? É importante se acostumar com ideia de que as senhas não devem ser compartilhadas. Ponto final. Nem com melhores amigos, nem com primos e nem mesmo com membros da família imediata. Senhas são pessoais.

Elas mantêm permissões para algumas pessoas (como os pais) e não para outras (como os filhos). Além disso, elas protegem você contra pegadinhas, falsificação de identidade, o uso do seu

dispositivo para constranger você ou a criação de perfis falsos.

1. Pense em uma frase ou um evento divertido. Você pode usar o filme favorito da sua família, um livro infantil, a data em que um dos seus filhos se formará no ensino médio, o nome da escola deles etc.

**Exemplo:** Pedro Costa se formará no Colégio Brasil em 2023.

2. Use a primeira letra de algumas (ou todas) as palavras na frase ou título.

**Exemplo:** PCostaColBrasil23

3. Troque algumas letras por números e símbolos.

**Exemplo:** PC0st@Co1Bra\$il!23

4. Use algumas letras maiúsculas e outras minúsculas.

**Exemplo:** PC0ST@Co1Bra\$il!23

Pronto! Vocês criaram juntos uma senha superforte.

**Em seguida:** todos precisam se comprometer a usar senhas fortes, revisando-as regularmente e não as compartilhando com outras pessoas. Caso vocês compartilhem dispositivos, decida quem "tem a propriedade" e a senha de cada um deles. Quando uma pessoa quiser usar um dispositivo que não é "dela", ela precisará pedir para o indivíduo que é dono desbloqueá-lo.



### Torre do tesouro

Agora que você aprendeu a proteger suas informações, vamos ver se você tem o que é preciso para ser forte na Internet. Socorro! A torre do tesouro foi destrancada, colocando em risco os objetos de valor do internauta, como informações de contato e mensagens privadas.

Seja mais inteligente que o hacker e construa uma fortaleza com senhas fortes para proteger seus segredos de uma vez por todas.

Abra um navegador da Web no seu computador ou dispositivo móvel e acesse [g.co/TorreDoTesouro](http://g.co/TorreDoTesouro).

# É legal ser gentil

A Internet é uma ferramenta de comunicação incrível. Não precisamos procurar muito para ver que ela pode ser usada para publicar informações inspiradoras e edificantes ou comentários e opiniões chocantes e cheios de ódio. Infelizmente a Internet não faz distinção entre a gentileza e a crueldade.

Esse é o seu papel. As famílias têm uma grande influência sobre as crianças e podem ajudá-las a "seguir o caminho certo", ensinando os conceitos de "tratar os outros como você gostaria de ser tratado", apoiar os amigos e neutralizar as intrigas e o bullying virtual.



---

## Objetivos

- ✔ **Definir** o que significa comportamento positivo na sua família.
- ✔ **Entender** o que é a positividade e como expressá-la on-line e por meio de dispositivos.
- ✔ **Identificar** situações em que é melhor esperar para conversar pessoalmente em vez de enviar mensagens ou postar on-line, e saber quando pedir ajuda aos pais ou irmãos mais velhos.

---

## Antes de começar

Quando alguém comete um erro (e isso é muito fácil de acontecer na Internet, mesmo que seja sem querer), geralmente os membros da família entendem, perdoam e ajudam uns aos outros a aprender com os erros. Portanto, não há lugar melhor para começar a colocar em prática o respeito, a gentileza e a positividade on-line do que na sua família. Os membros da família podem ajudar quando alguém está sendo desagradável (às vezes, basta ouvir). Eles também podem incentivar uns aos outros a serem "participantes ativos": indivíduos que apoiam e defendem as pessoas que são vítimas de comportamentos cruéis ou maliciosos.

Caso ainda não tenha feito isso, promova uma discussão sobre quais tipos de ações e comportamentos são importantes. *Converse sobre como sua família trata as pessoas.* Pense em como isso se traduz digitalmente nos textos, postagens, comentários, fotos e vídeos.

Para ajudar nessa tarefa, consulte o vocabulário com termos que podem ajudar você a entender os comportamentos positivos e negativos. Além disso, criamos uma atividade para demonstrar o impacto de textos e outras mensagens digitais que escrevemos e enviamos sem pensar.

## Vocabulário

### Bullying

É um comportamento propositalmente maldoso que geralmente ocorre várias vezes. A vítima normalmente tem dificuldade em se defender.

### Bullying virtual

É o bullying que ocorre na Internet ou por meio de dispositivos digitais. O bullying virtual inclui o envio, a postagem ou o compartilhamento de conteúdos negativos, prejudiciais, falsos ou maldosos, bem como o compartilhamento de informações pessoais ou privadas sobre outra pessoa, causando constrangimento ou humilhação.

### Assédio

É um termo mais geral do que o bullying que pode assumir muitas formas, como importunações, irritações, intimidações, provocações etc. e também pode ocorrer na Internet.

### Conflito

É uma discussão ou desacordo que não necessariamente ocorre repetidas vezes.

### Intrigas

É um termo que se refere a um amplo conjunto de comportamentos, como a procura por atenção, a divulgação de fofocas, conflitos em geral entre dois

ou mais alunos e até conflitos sérios que envolvem a integridade física e emocional das pessoas. As intrigas são diferentes do bullying porque geralmente não

há desequilíbrio de poder nesse tipo de conflito. As partes envolvidas normalmente desempenham papéis tanto de vítima quanto de agressor em momentos diferentes. Isso não significa que esse comportamento seja inofensivo ou que ele não tomará proporções maiores. As intrigas entre os alunos podem passar e se resolver com o tempo ou podem exigir intervenção externa.

### Agressor

É a pessoa que faz o assédio ou bullying.

### Vítima

É a pessoa que está sendo vitimizada, sofrendo bullying ou assédio.

### Espectador

É uma testemunha de bullying ou assédio que reconhece a situação, mas não intervém, por escolha própria ou por medo de retaliação.

### Participante ativo

É uma testemunha de assédio ou bullying que apoia a vítima em particular ou publicamente, às vezes incluindo tentativas de parar e/ou denunciar o incidente.

### Bloquear

Significa acabar com qualquer interação on-line com outra pessoa, impedindo esse usuário de acessar seu perfil, enviar mensagens, ver suas postagens etc. sem que ele seja notificado. Isso efetivamente impede o contato on-line por meio desse canal específico, mas não necessariamente acaba com o assédio. Os agressores ainda podem postar sobre as vítimas, mesmo que elas os ignorem.

### Silenciar

É uma opção menos drástica do que o bloqueio. Silenciar é uma maneira de não ver as postagens, comentários etc. de outra pessoa nos seus feeds de redes sociais se a interação ficar desagradável. Esse recurso não notifica a pessoa nem silencia você no feed dela. Se o agressor continuar o bullying, talvez seja melhor bloquear esse usuário totalmente.

### Trollagem

Postar ou comentar na Internet de maneira propositalmente cruel, ofensiva ou provocativa.

### Denunciar abuso

Usar o sistema ou ferramentas on-line de um serviço de mídia social para denunciar comportamentos de assédio, bullying, ameaças e outros conteúdos prejudiciais que normalmente violam os Termos de Serviço ou os padrões da comunidade.

## Atividade em família

### Nº 1: atenção ao tom da mensagem

O tom de uma mensagem ou postagem é a alma dela, é o sentimento (bom ou ruim) que a pessoa sente ao recebê-la. Pais e filhos trocam mensagens por meio de aplicativos o tempo todo e se conhecem muito bem. Por isso, às vezes eles não consideram como a mensagem pode ser interpretada. Com as pessoas que conhecemos, enviar mensagens de texto é somente mais uma maneira de conversar ou se conectar. No entanto, quando as pessoas não se conhecem tão bem, uma mensagem ou emoji podem ser interpretados de maneira diferente. Esta atividade simples ajudará você a pensar sobre isso:

1. Pegue dois ou mais smartphones da sua família e abra as mensagens de texto (ou um aplicativo de mensagens que todos usam) e comece uma conversa entre dois membros da família. O assunto pode ser uma situação real ou inventada. Algo que vocês farão no fim de semana, uma situação que aconteceu na escola, alguém que pediu a ajuda de um membro da família etc.
2. Leia a conversa em voz alta em um tom de voz específico: feliz, triste, com raiva etc.
3. Conte o que você percebeu ao ouvir a leitura. Como você se sentiu quando ouviu? O que você acha que alguém de fora da sua família pensaria ou sentiria? Como essas mensagens poderiam ser escritas de maneira diferente? Provavelmente surgirão outras perguntas. Fique à vontade para incluí-las na discussão. :)
4. Em seguida, peça que dois membros da família conversem por mensagens usando um tom diferente, talvez com raiva ou tristeza. Leia as mensagens em voz alta e converse sobre como elas foram interpretadas por cada um.

### Nº 2: o que as crianças podem fazer em relação à negatividade social

Estes são alguns pontos de discussão e perguntas para uma conversa entre pais e filhos sobre o cenário social na escola. Veja quais funcionam melhor para sua família.

- As crianças são gentis na escola?
- Você já viu alguém sendo mau com outra pessoa várias vezes ou durante muito tempo?
- Você conhece as crianças envolvidas?
- Você contaria para mim se elas estivessem sendo más com você? Se não, por quê?
- Se a atitude maldosa foi feita com outra pessoa, como você se sentiu com a situação?

- O que você fez a respeito?
- Essa situação está acontecendo na Internet? Você pode silenciar ou bloquear a pessoa. Isso ajudaria? Se não, por quê? Se sim, você pode me mostrar como fazer isso?
- Caso você não tenha feito nada, você gostaria de ter feito alguma coisa?
- O que você faria se isso acontecesse de novo?
- Você acha que isso ajudaria se você estivesse sofrendo bullying?
- Você acredita que poderia ajudar uma pessoa sendo gentil ou apenas ouvindo o que ela tem a dizer?
- Se alguém vê uma atitude maldosa na Internet e a compartilha com outras pessoas, isso pode piorar as coisas, não é mesmo?
- Você se sentiria à vontade para ajudar um amigo que foi vítima de alguma maldade na Internet?
- Como você faria isso? Você mostraria que reprova o comportamento (e não a pessoa)? Postaria algo sobre a pessoa sendo vítima? Mandaria uma mensagem dizendo que você a apoia? Mandaria uma mensagem aos outros alunos pedindo que eles apoiem a pessoa on-line ou em particular?

Às vezes, para ser um participante ativo, basta ser amigo da pessoa que está sofrendo bullying, ouvir o que ela tem a dizer, agir de modo gentil e positivo ou só estar do lado dela quando ela precisa.



### Reino da bondade

As vibrações de todos os tipos são contagiantes, sejam elas boas ou ruins. Na parte mais ensolarada da cidade, os agressores estão espalhando negatividade por todos os cantos.

Bloqueie e denuncie os agressores para impedir que eles se espalhem e seja gentil com outros internautas para restaurar a paz nesta terra.

Abra um navegador da Web no seu computador ou dispositivo móvel e acesse [g.co/ReinoDaBondade](http://g.co/ReinoDaBondade).



# Na dúvida, fale com alguém

É importante que as crianças entendam que não estão sozinhas quando veem conteúdos impróprios ou comportamentos on-line que as deixam desconfortáveis, principalmente se forem prejudiciais para elas ou para alguém com quem elas se importam.

Elas nunca devem hesitar em pedir ajuda a você ou a outro membro confiável da família. Além disso, é importante que elas saibam que existem maneiras diferentes de ter coragem e agir, como conversar off-line e usar ferramentas de denúncia on-line.



## Objetivos

- ✔ **Incentivar** as crianças a pedir ajuda em situações negativas ou desconfortáveis, ensinando que apoiar os outros e pedir ajuda são ações corajosas.
  - ✔ **Avaliar** se, em uma situação específica, o ideal é ter uma conversa off-line e pessoal, denunciar o abuso on-line ou ambos.
  - ✔ **Conhecer** as opções para receber ajuda on-line e off-line.
- 

## Antes de começar

Talvez seja útil criar um protocolo ou plano de ajuda para a Internet com sua família. O plano não precisa ser complicado. Ele pode ser somente uma atividade para que todos pensem sobre como e por que pedir ajuda quando as coisas ficam difíceis na Internet. Algumas dicas úteis:

- Defina seus valores com sua família. Isso pode ser feito da seguinte forma: "*Na nossa família, tratamos as pessoas com \_\_\_\_\_ tanto on-line como off-line*". Preencha o espaço em branco com palavras que são apropriadas para os valores e normas de comportamento da sua família, como "*respeito*", "*bondade*" ou "*dignidade*".
- Mantenha as linhas de comunicação abertas e estabeleça sua casa como um local seguro para conversar sobre o que acontece na escola e na Internet.
- Fale com frequência sobre políticas ou regras da família em relação aos valores e às prioridades dos diferentes usos da tecnologia (para comunicação, entretenimento, trabalho, diversão, socialização etc.).
- Discuta atitudes e políticas familiares sobre quando e como usar dispositivos e mídia.

## Vocabulário

### Protocolo

É um plano "oficial" que deve ser seguido. Neste guia, essa palavra se refere às etapas que as crianças na sua família podem seguir quando encontrarem algo na Internet que as incomode.

### Confiança

É a convicção de que algo ou alguém é confiável ou verdadeiro.

### Corajoso

É ser valente. Isso não significa não ter medo, porque as pessoas demonstram coragem principalmente quando estão assustadas ou nervosas e

ainda assim pedem ajuda ou agem de maneira positiva.

### Denunciar abuso

Neste guia, usamos esse termo para nos referir à denúncia de problemas em aplicativos e serviços de mídia social. A maioria deles oferece ferramentas ou sistemas para fazer isso.

---

## Atividade em família

### Nº 1: definir o protocolo de ajuda para a Internet da sua família

Reúna sua família e leia os seguintes casos em voz alta. Se alguém se lembrar de outras situações, fique à vontade para incluir esses exemplos também. Depois de cada cenário, há três espaços em branco e três caixas que você pode selecionar. Junto com sua família, selecione se vocês preferem denunciar o problema on-line, falar diretamente com um membro da família ou ambos. Caso não tenham certeza, conversem sobre o assunto. Talvez sua família tenha opiniões diferentes, e essa é uma ótima oportunidade para praticar como resolver os dilemas digitais em família. Se você marcar a caixa correspondente a "denunciar para um membro da família", preencha o espaço em branco com os nomes das pessoas, em ordem de prioridade. Por exemplo, se um pai ou responsável tiver a maior prioridade, escreva o nome ou apelido da pessoa. Caso ela não esteja disponível, escreva quem ocupará o segundo lugar. Faça o mesmo para o terceiro espaço em branco.

Não há respostas certas ou erradas. Essa atividade serve para ajudar a fixar as informações e desenvolver o comprometimento com um plano adequado para sua família. Escrever um plano de ação claro, mesmo que seja de maneira informal, ajuda a eliminar dúvidas e a promover uma comunicação positiva desde o início.

**Situação 1:** um aluno da escola da sua filha publica muitos comentários maldosos sobre um dos colegas. Ela acha que sabe quem é, mas não tem certeza. Que caixa você marcaria? Quem deveria ser indicado nos espaços em branco? Se vocês não estiverem de acordo, discutam o assunto e o que seria recomendável fazer.

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

**Situação 2:** para as crianças – Um de vocês encontra fotos muito inadequadas na Internet. O que você faz? Para os pais – O que vocês gostariam que eles fizessem?

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

**Situação 3:** um primo seu publica uma foto com toda a família reunida, e um dos parentes não gostou de como saiu na foto. Você pediria ajuda ou denunciaria?

**Vamos nos aprofundar um pouco mais:** se "sim", para quem e como?

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

**Situação 4:** uma das crianças está assistindo a um desenho animado. De repente, aparece um conteúdo estranho que com certeza não é apropriado para crianças e a deixa desconfortável. Depois de decidir a melhor ação, discuta o que pode ser feito no futuro para reduzir ou evitar "surpresas" desagradáveis como essa.

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

**Situação 5:** um de vocês está jogando on-line com amigos e uma pessoa desconhecida começa a conversar com vocês. A pessoa não está sendo má, mas ninguém sabe quem ela é. Decida o que fazer. Denunciar? Conversar com outro membro da família?

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

**Converse mais sobre o assunto:** o jogador da sua família deve ignorar a pessoa? Falar em grupo, de maneira educada, com o novo jogador para descobrir quem ele é? Por que ou por que não?

**Situação 6:** uma das crianças percebe que um aluno da escola fez um comentário on-line dizendo que vai brigar com outro no refeitório no dia seguinte. Discuta com sua família o que fazer.

- Denunciar o problema on-line \_\_\_\_\_
- Falar diretamente com um membro da família \_\_\_\_\_
- Ambos \_\_\_\_\_

## Nº 2: denunciar problemas on-line

Junto com sua família, use um smartphone, tablet, laptop ou computador de modo que todos consigam ver a tela.

Abra seus aplicativos ou sites favoritos de redes sociais usando duas ou mais contas de membros da família e descubra com eles como denunciar problemas nessas plataformas.

Às vezes as crianças conhecem melhor os aplicativos do que os próprios pais. Pode ser interessante e divertido deixar que elas mostrem tudo o que sabem fazer nas redes sociais (e até ensinem alguns truques). Se alguém tiver outra ideia e quiser saber como se faz alguma coisa, essa é uma ótima oportunidade para todos aprenderem juntos sobre a tecnologia que usam no dia a dia.

# Qual é o próximo passo?

Uau! Juntos podemos criar uma Internet incrível!

Esperamos que você tenha se divertido com essas ideias e atividades. Se quiser saber mais ou ver outras opiniões e pontos de vista, confira nossos recursos adicionais.

O mais importante é se divertir, descobrir o que funciona melhor para sua família e desenvolver em conjunto as habilidades necessárias para ser **Inteligente**, **Atento**, **Forte**, **Gentil** e **Corajoso** dentro e fora da Internet.

---

## Recursos adicionais para famílias

### Google Family Link

[bit.ly/googlefamilylink](https://bit.ly/googlefamilylink)

### Bem-estar digital do Google

[bit.ly/googledigitalwellbeing](https://bit.ly/googledigitalwellbeing)

### Good Digital Parenting da FOSI (práticas recomendadas para pais no mundo digital, em inglês)

[bit.ly/gooddigitalparenting](https://bit.ly/gooddigitalparenting)

### Connect Safely (em inglês)

[connectsafely.org](https://connectsafely.org)

### iKeepSafe (em inglês)

[ikeepSAFE.org](https://ikeepSAFE.org)

### Family Resources at National PTA (em inglês)

[bit.ly/familyresourcesPTA](https://bit.ly/familyresourcesPTA)

### "Savvy Searching" (pesquisa inteligente, vídeo em inglês do Google for Education)

[bit.ly/savvysearchingYouTube](https://bit.ly/savvysearchingYouTube)

### Connected Parenting (artigos em inglês)

[bit.ly/ConnectedParentingArticle](https://bit.ly/ConnectedParentingArticle)



# Guia do Family Link para famílias

**É um guia que mostra como definir regras digitais para sua família.**

No mundo de hoje, os dispositivos digitais estão em toda parte, sempre tentando chamar nossa atenção. Para as famílias, entender e criar regras digitais em casa é uma etapa importante na educação das crianças sobre a relação com a tecnologia. No entanto, para muitas crianças e adolescentes, isso pode parecer um "jogo de poder" por parte dos pais, uma demonstração de controle. Isso não precisa ser assim.

Ao conversar com seus filhos, você pode ajudá-los a entender por que essas regras são importantes. Os tópicos abaixo destacam os recursos disponíveis no Family Link, mas as discussões sobre o uso da tecnologia são úteis para todos os pais. O Family Link é um aplicativo que mantém os pais informados quando os filhos deles começam a usar um dispositivo Android. Os pais podem usar o Family Link em dispositivos Android\*, iPhone ou Chromebook.

\*No dispositivo da criança, o Family Link pode ser instalado em dispositivos com o Android versão 7.0 (Nougat) e superiores. O aplicativo também pode ser compatível com dispositivos com as versões 5.0 e 6.0 do Android (Lollipop e Marshmallow). O Family Link também funciona em alguns dispositivos Chromebook.

Acesse [families.google.com/intl/pt-BR/familylink/device-compatibility](https://families.google.com/intl/pt-BR/familylink/device-compatibility) e nossa Central de Ajuda para mais detalhes.

## Oriente seus filhos para acessar conteúdos adequados

Não seria útil saber quanto tempo seus filhos passam em aplicativos educacionais e nos aplicativos que eles próprios transferem por download? O Family Link oferece ferramentas para os pais, como relatórios diários, semanais e mensais sobre o uso de aplicativos. Assim você pode saber como seus filhos estão usando o tempo no dispositivo deles.

### Restrições de conteúdo e aprovações de aplicativos

Quando uma criança acessa a Google Play Store, ela pode procurar jogos, filmes, programas, livros e muito mais. Além disso, o Family Link permite que os pais façam as seguintes ações:

- Restringir os tipos de conteúdo visíveis com base nas classificações
- Exigir aprovação para fazer o download de conteúdo (gratuito ou pago)
- Analisar as informações de um aplicativo quando um download for solicitado, para saber se ele tem anúncios, compras no aplicativo ou permissões que exigem sua atenção

Converse com seus filhos sobre as diferentes classificações de conteúdo existentes (como "Livre" e "Não recomendado para menores de 10 anos") e explique por que existem essas restrições para diferentes faixas etárias. Ajude seus filhos a entender o tipo de conteúdo que você considera adequado para eles.

### Relatórios de atividade de aplicativos

Será muito mais fácil conversar sobre tecnologia com seus filhos se você souber o que eles gostam de fazer nos dispositivos. Eles gostam de conversar? Adoram jogos? Leem muito? Converse com seus filhos sobre os aplicativos e jogos de que eles mais gostam e veja onde eles passam mais tempo com os relatórios de atividade de aplicativos do Family Link. Esses relatórios fornecem detalhes sobre quanto tempo seus filhos passam em cada aplicativo por dia, semana e mês.

### Ocultar aplicativos

Você pode selecionar a quantidade certa de tempo de tela para seus filhos, de acordo com o que eles estiverem assistindo, jogando ou aprendendo. Se os relatórios de atividade mostrarem que seus filhos estão usando muito um aplicativo específico (por exemplo, um novo jogo), você poderá ocultá-lo



temporariamente do dispositivo. Converse com seus filhos e pergunte se eles acham que o tempo que passam no aplicativo é saudável. Explique por que você quer que eles façam uma pausa. O histórico do aplicativo (como o progresso no jogo ou as pontuações mais altas) não será excluído. Ele somente ficará oculto até você decidir disponibilizá-lo novamente.

Ao conversar com seus filhos, pergunte de quais aplicativos e jogos eles gostam mais. Essa é uma ótima oportunidade para conhecer os interesses deles e garantir um uso equilibrado desses aplicativos em sintonia com atividades como escola, tarefas domésticas e brincadeiras ao ar livre.

## Fique de olho no tempo de tela

Você é quem decide por quanto tempo seus filhos podem usar o dispositivo, mas o Family Link pode ajudar você a definir esses limites.

### Limites de tempo de tela

O Family Link permite que você defina permissões de tempo de tela diárias para os dispositivos Android dos seus filhos. Esta é uma ótima oportunidade para conversar com seus filhos e definir com eles uma quantidade de tempo razoável para uso diário dos dispositivos que seja boa para você e para eles. Os pais e os filhos podem ver quanto tempo de tela eles ainda têm disponível. Dessa forma, os pais podem assumir um papel ativo no gerenciamento do uso de tecnologia, ou seus filhos podem ser proativos e fazerem esse controle eles mesmos.

### Definir a hora de dormir

Na hora de dormir, é importante minimizar as distrações para ajudar seus filhos a terem uma boa noite de sono. Com o Family Link, os pais podem configurar a "hora de dormir" do dispositivo para o horário de descanso dos filhos. Para ter energia e dar o melhor nos esportes ou a concentração necessária para fazer uma prova, é importante que as crianças entendam os benefícios mentais e físicos de uma noite de sono sem dispositivos. Você pode aproveitar essa oportunidade e explicar aos seus filhos por que você também relaxa sem seus dispositivos ao se preparar para dormir.

### Bloquear remotamente os dispositivos dos filhos

Quando chega a hora de fazer a lição de casa ou de jantar em família, os pais

podem bloquear o dispositivo dos filhos com o aplicativo Family Link. Essa é uma ótima oportunidade de conversar e decidir em família os momentos em que usar dispositivos é ou não aceitável. Com o recurso de bloqueio remoto e em tempo real de dispositivos, os pais podem explicar as ações deles e reforçar as decisões da família, permitindo a orientação e a supervisão ao mesmo tempo.

## Veja onde eles estão

Caso você tenha crianças maiores ou adolescentes, talvez já tenha passado pela experiência de estar em casa e se perguntar: "Onde estão meus filhos?". Geralmente eles só estão quietos no quarto, ou você esqueceu que eles estavam do outro lado da rua com os amigos. Ainda assim, se eles estiverem com os dispositivos deles ligados, é bom saber que você pode contar com o Family Link para localizar seus filhos.

### **Ative a localização do dispositivo**

Explique para seus filhos por que é útil saber a localização dos dispositivos deles.

### **Ajuste as configurações conforme seus filhos crescem**

À medida que seus filhos crescem, você pode alterar várias configurações de conta e dispositivo no Family Link. Converse com eles sobre essas mudanças e como elas os ajudam a se preparar para gerenciar as próprias contas e uso de dispositivos no futuro.

## Faça um compromisso familiar

O Family Link pode manter você por dentro de como seus filhos usam os dispositivos. No entanto, também é importante fornecer às crianças as informações necessárias para que elas sejam inteligentes e confiantes na Internet. O programa Seja Incrível Na Internet ensina cidadania e segurança digital para crianças. Você pode iniciar a conversa sobre esses tópicos com seus filhos ao assinar juntos o compromisso "Seja Incrível Na Internet". Outra opção é sugerir que eles joguem o Interland, um jogo gratuito na Web que reforça como criar senhas fortes, ser gentil on-line, evitar phishing e golpes e cuidar da reputação on-line. Eles têm acesso direto ao Interland na seção "Dicas para famílias", no menu do aplicativo Family Link.