

**Vamos refletir sobre os nossos hábitos
TV, Jogos de Vídeo e Internet !**

Obrigada por preencher de forma sincera este questionário anónimo.
Estamos disponíveis para um diálogo aberto, se assim o desejar.

Idade do seu filho : _____ anos

O seu filho possui telefone? Sim / não
Tablet próprio? Sim / não
Computador próprio? Sim / não

Utilização diária

Quantos dispositivos eletrónicos possui em casa?

TV:

Computadores :

Ipod touch, / Tablet:

Smartphone :

Consolas : Wii..... / Playstation..... / Xbox / Nintendo DS.... :

outros.....

Onde se situam os dispositivos eletrónicos fixos?

*TV:

- quarto da criança
 sala
 quarto dos pai(s)
 cozinha
 outro :

*Computador

- quarto da criança
 escritório
 quarto de brincar
 sala
 outro :

- /acesso à internet sim não
/acesso à internet sim não
/acesso à internet sim não
/acesso à internet sim não
/acesso à internet sim não

Tempo estimado de consumo médio em horas (TV+jogos de vídeo+computador+tablet+telefone):

Dia de semana em período escolar :

Manhã ... hora(s)
Tarde ... hora(s)
Noite ... hora(s)

Fim de semana e/ou dia sem escola:

Sábado : ... hora(s)
Domingo : ... hora(s)

Total de horas numa semana com escola : _____ hora(s)

Total de horas numa semana sem escola : _____ hora(s)

Outras atividades e jogos

*atividades artísticas :.....

número de horas por semana :.....

*atividades desportivas :.....

número de horas por semana:.....

*Leitura :

BD - romances – revistas

número de horas por semana:.....

*Jogos :

* no exterior * de imaginação.....

* de sociedade.....

* de construção.....

Outras.....

Modo de utilização das redes sociais

- O seu filho utiliza redes sociais?
 instagram facebook snapchat Não sei
 whatsapp twitter outra :
- O pai e a mãe utilizam redes sociais ?
 instagram facebook snapchat
 whatsapp twitter outra :
- Se sim, está conectado com o seu filho nas seguintes redes sociais ?
 instagram facebook snapchat
 whatsapp twitter outra :
- Pensa que conhece o conteúdo da atividade do seu filho nessas redes sociais?
 sim vagamente não, mas gostava não, e não quero
- Já alguma vez discutiram juntos assuntos relacionados com a vossa atividade nessas redes ?
 sim, muitas vezes às vezes uma vez nunca
- O que pensa do controlo por parte dos pais no smartphone/ tablet dos filhos?
 instalei pensei nisso mas ainda não instalei não quero

 não sei do que se trata

Modo de utilização dos jogos de vídeo

- O seu filho joga sozinho jogos de vídeo? sim não - se não, com quem ? on line ? não sei
 - Ele joga a que tipo de jogos ?
 jogos de ação jogos de estratégia jogos de desporto outro :
 jogos de aventura jogos de guerra jogos de simulação não sei
 - O pai e a mãe jogam jogos de vídeo?
 1 a 2 vezes por semana 3 a 4 vezes por semana todos os dias nunca
 - Se sim, quais os aparelhos utilizados pelos pais ?
 computador consola familiar consola portátil telemóvel
 - Os pais jogam a que tipo de jogos?
 jogos de ação jogos de estratégia jogos de simulação outro :
- Quais os comportamentos/attitudes do seu filho durante o jogo de vídeo?
 concentrado excitado cansado stressado alheado da realidade não sei
- Consegue parar de jogar sozinho? Ou necessita da intervenção de um adulto?
 sim não -Especifique :..... ele adormece
- É necessária a intervenção de um adulto para parar de jogar?
 sim não -Especifique :.....
- Parar de jogar pode gerar conflitos?
 não sim - Especifique: ligeiro médio importante

Depois de algum tempo a jogar jogos de vídeo:

(assinale as suas respostas)

- Desenvolvimento da curiosidade intelectual sim/não
- Excitação, violência sim/não
- Mau humor sim/não
- Falta de atenção sim/não
- Vontade de estar com um adulto sim/não
- Vista cansada sim/não
- Necessidade de se movimentar sim/não
- Vontade de dormir sim/não
- outra :

depois da televisão :

(assinale as suas respostas)

- sim/não
- sim/não
- sim/não
- sim/não
- sim/não
- sim/não
- sim/não
- sim/não

Computador em família

- Utilizam por vezes o computador em família? sim/não

- Se sim, que tipo de utilização fazem:

- redes sociais (Facebook, instagram)
- sites web documentários filmes/desenhos animados outro :

- Como é que o seu filho navega na internet ? (assinale as suas respostas)

- sozinho – com os irmãos e irmãs – com o pai e a mãe – com os amigos

Televisão em família

Televisão em família

Quando é que a televisão é ligada?

**durante a semana (assinale as suas respostas)*

ao levantar antes das refeições durante as refeições depois das refeições

**no fim de semana (assinale as suas respostas)*

ao levantar antes das refeições durante as refeições depois das refeições

Como são seleccionados os programas de televisão?

- escolhe o adulto escolhe a criança escolhem juntos fazemos zapping

Que tipo de programas o seu filho vê sozinho?

- desenhos animados
- séries
- programas de talk show
- telejornal
- documentários
- jogos/concursos
- filmes
- nenhum
- não sei

Que tipo de programas vê com o seu filho?

- desenhos animados
- séries
- programas de talk show
- telejornal
- documentários
- jogos/concursos
- filmes
- nenhum
- não sei

QUIZZ Vigilância parental

Pais, testem a vossa vigilância no mundo virtual e da televisão

Para si, o conhecimento e limitação da utilização dos dispositivos eletrónicos pelos vossos filhos é:

Um erro
Uma batalha perdida de início
Uma ilusão
Não aplicável
A relativizar
Necessária
Indispensável
Outra,

Esta questão origina nos adultos da família :

Diferentes pontos de vista que são debatidos
Tensão
Discussões
Abandono da causa

Verifico que o meu(s) filho(s):

Mente-me a propósito deste assunto
Esconde-me coisas
Utiliza estratégias para evitar/contornar o meu controlo
Sabe a quem pedir para obter o que deseja
É muito direto e sincero
Confia em mim e diz-me tudo
Não está implicado e tem outros interesses

(Assinale de forma sincera a resposta que melhor corresponde aos seus hábitos) Controla o tempo que passa em frente aos dispositivos eletrônicos (TV, jogos de vídeo, computador/internet)?	<input type="checkbox"/> <i>Certos dias : se o dia está já muito preenchido</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Quase sempre : tentamos estabelecer limites razoáveis</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Raramente: cada um é responsável pelo seu tempo</i> ●
Fala com o seu filho acerca da sua atividade na internet?	<input type="checkbox"/> <i>Nunca: não temos muito tempo para discutir esse assunto</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Às vezes : se ele tiver vontade ou se me questiono acerca dos seus interesses</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Muitas vezes: informo-me com quem ele comunica ou os site web onde navega</i> ★
Deixa o seu filho navegar sozinho na internet?	<input type="checkbox"/> <i>Às vezes: nem sempre posso estar presente</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Nunca: confio no meu filho mas receio algum contacto nocivo ou não apropriado</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Quase sempre: ele consulta sempre os mesmos sites</i> ●
Sabe se o seu filho já foi exposto de forma involuntária a conteúdos violentos ou chocantes na internet?	<input type="checkbox"/> <i>Sim: nomeadamente através das janelas publicitárias que aparecem aleatoriamente na Web</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Penso que não : avisei-o dos riscos e do que era proibido mas não pude verificar</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Não: é sempre controlado por um adulto que evita essa exposição</i> ★
Tem em conta as indicações restritivas que aparecem em alguns programas televisivos?	<input type="checkbox"/> <i>Nem por isso : o meu filho sai ou desliga ele mesmo a televisão se as imagens forem demasiado chocantes.</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Sim: há programas que não são para ele e tenho medo que fique perturbado com algumas cenas.</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Às vezes: não tenho a certeza se ele se consegue distanciar das imagens</i> ■
Impõe um limite horário para ver televisão à noite, após as 20h?	<input type="checkbox"/> <i>Às vezes : os programas à noite raramente são adaptados à sua idade e acabam tarde, então negociamos uma hora limite</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Não há necessidade : o meu filho tem televisão no quarto e apaga-a quando tem sono.</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>Durante a semana impomos um limite : ele precisa de descansar e de dormir para estar bem disposto e atento na escola</i> ★
Está informado acerca da idade mínima indicada para os jogos de vídeo do seu filho?	<input type="checkbox"/> <i>Nem sempre : ele acaba por ter jogos de vídeo que eu não conheço</i> ●	<input type="checkbox"/> <i>A maioria das vezes: não confio nas capacidades do meu filho para escolher os jogos</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Sempre: mesmo que o meu filho me peça um jogo, verifico a idade mínima que consta no selo (pictograma) da caixa</i> ★
Utiliza alguma aplicação informática de controlo parental para o acesso à internet?	<input type="checkbox"/> <i>Prefiro a segurança quando não posso controlar pessoalmente</i> ★	<input type="checkbox"/> <i>Instalei outro sistema de controlo : código, chave, irmão ou irmã responsável</i> ■	<input type="checkbox"/> <i>Confio no meu filho e já o avisei acerca dos perigos</i> ●