



نقرأ البنود معًا، ونتفق عليها بهدوء، ونوقعها كعائلة. الهدف بناء ثقة تجعل طلب المساعدة أسهل من إخفاء المشكلة.

بنود الاتفاق

01 نحافظ على خصوصية الأسرة، ولا ننشر صور الآخرين دون استئذان.

02 لا نشارك كلمة المرور أو رمز التحقق، ونطلب المساعدة عند فقدان الحساب.

03 لا ننقل إلى محادثة خاصة مع شخص مجهول، ولا نقبل هدية مشروطة بمعلومة.

04 عند الخوف أو التهديد نتوقف، ونحفظ الدليل، ونخبر شخصًا موثوقًا.

05 لا يقابل الإخبار المبكر بالصراخ أو العقوبة الفورية؛ نعالج الخطر أولاً.

06 نحترم وقت الصلاة والدراسة والنوم والوجبات واللقاءات الأسرية دون شاشات.

07 نراجع الاتفاق والإعدادات مرة كل شهر، وفق العمر والاحتياج.

قواعد نكتبها بأنفسنا

وقت الشاشة اليومي:	وقت إغلاق الأجهزة:
مكان شحن الأجهزة ليلاً:	الشخص الموثوق للطوارئ:
تطبيقات متفق عليها:	موعد المراجعة الشهرية:

التوقيع والالتزام

اسم ولي الأمر:	اسم الابن/الابنة:
التوقيع:	التوقيع:
التاريخ:	موعد المراجعة القادمة: