

EDUKACIJA

Prvi korak prema prevenciji
nasilja na internetu

ONLINE ODRASTANJE - NOVI ODGOJNI ZADATAK ZA RODITELJE



Volonterski
centar Zadar

UVOD

Internet predstavlja svijet mogućnosti u vidu lakšeg uspostavljanja kontakta, brojnih mogućnosti učenja te lakše dostupnosti informacija. No, isto tako trebamo biti svjesni da internet ima i svoje negativne strane i da postoje pravila prema kojima bismo se u online svijetu trebali ponašati kako bismo zaštitili sebe i druge. To je posebno izazovno za današnje roditelje i njihovu djecu s obzirom na odrastanje u digitalnoj eri.

Društvene mreže (WhatsApp, Viber, YouTube, Instagram, Snapchat, Facebook, Messenger, TikTok...) te ostali online komunikacijski kanali sastavni su i važan dio društvenog života i razvoja identiteta djece i mladih. S druge strane, prostor interneta vjerojatno je jedino područje ljudskog djelovanja o kojem su djeca i mladi bolje informirani od odraslih. To roditelje stavlja u posebno osjetljiv položaj i zahtijeva preuzimanje novog, drugačijeg i dosad neviđenog odgojnog zadatka.

Naime, pravila uljudnog i nenasilnog ponašanja koja vrijede kod kuće, u školi ili u parku, moraju jednako vrijediti i na internetu. U tom smislu, važno je postavljanje granica i pravila i prilikom korištenja interneta. Cilj je zdrav psihofizički razvoj i zaštita djece (njihovih osobnih podataka, privatnosti i zaštita od e-nasilja).

KADA I KOLIKO INTERNETA?

Roditelji se nerijetko pitaju kako djeci omogućiti pristup internetu i ne zakinuti njihove socijalne odnose i mogućnosti učenja, a s druge strane kako zaštititi djecu u virtualnom svijetu.

Prednosti interneta za djecu:

- digitalna pismenost - osnovna kompetencija u suvremenom svijetu
- učenje i razvijanje interesa
- izvor informacija o osjetljivim temama
- razvoj identiteta
- podrška kognitivnom razvoju
- veća povezanost s vršnjacima
- olakšavanje komunikacije s drugima djeci koja su sramežljiva, socijalno anksiozna ili marginalizirana

Američka pedijatrijska akademija navodi da djeca do 2. godine ne bi uopće trebala koristiti male ekrane (televizor, kompjuter, tablet, mobitel), a do polaska u školu trebala bi ih koristiti maksimalno 2 sata dnevno.

Što kažu rezultati hrvatskih istraživanja?

- 79% djece počelo je koristiti male ekrane prije 2. godine
- djeca predškolske dobi koriste male ekrane 2 - 3,6 sati dnevno

Posljedice:

- vrijeme uz ekran pred spavanje i izloženost agresivnim sadržajima - problemi sa spavanjem (3 - 5 god.)
- više vremena uz TV – pretilost
- agresivni TV sadržaji – agresivna ponašanja
- više vremena uz ekrane u ranoj dobi – teškoće pažnje

Utjecaj suvremenih tehnologija na djecu ovisi o:

IZLOŽENOSTI	RAVNOTEŽI
početak korištenja	vrijeme provedeno u fizičkoj aktivnosti, s vršnjacima i obitelji, crtanju, čitanju...
količina vremena	
vrijeme korištenja	

Roditelji u dilemi

50% roditelja ne zna procijeniti korisnost elektroničkih uređaja

33% ih procjenjuje štetnima

17% ih procjenjuje korisnima

92% roditelja gotovo nikad ne traži da im dijete pokaže što radi na društvenim mrežama

ALI! 100% DJECE KORISTI INTERNET!

(Hrabri telefon i Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba, 2017., Ching, Chang, 2018.)

Roditelji na internetu

19% roditelja procjenjuje da provodi više od 2 sata dnevno na Facebooku

37% roditelja protivi se objavljivanju slika svoje djece

ALI! za 61% roditelja to je najčešća aktivnost na Facebooku

(Chalklen i Anderson, 2017.)

Screen time

Dječje vrijeme provedeno pred malim ekranima (screen time) povezano je s roditeljskim:

- predškolci - **2,4 h**
- djeca školske dobi (8 - 18 god.) - **7,4 h**
- roditelji: majke - **3,5 h**, očevi - **3,9 h**

S druge strane, u razgovoru s adolescentima majke provode u prosjeku 8 minuta, a očevi 3 minute dnevno.

(Hrabri telefon i Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba, 2017., Ching Chang 2018., Selekman, 2006.)

Ovisnost o internetu

zaokupljenost internetom (7% djece i mladih razmišlja o internetu i kad nije online)

simptomi sustezanja (10% osjeća se nemirno ili razdražljivo kad ne može ići na internet)

perzistirajuća želja i/ili neuspješni pokušaji kontroliranja korištenja interneta (17% teško je otići offline)

gubitak interesa, ranijih hobija ili izvora zabave (5% radije provodi vrijeme na internetu nego da se druži s drugima)

korištenje interneta s ciljem bijega ili emocionalne regulacije (15% ide na internet kad se osjeća loše)

(Hrabri telefon i Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba, 2013., Tao i sur., 2010.)

RODITELJSTVO U DIGITALNOM SVIJETU - DIGITALNI IDENTITET DJETETA

Pretjerano dijeljenje sadržaja o vlastitoj djeci na internetu naziva se **sharenting** (share+parenting).

34% roditelja objavljuje snimke ultrazvuka

48% dijeli fotografije djece snimljene u rodilištu

5% otvorilo profil za novorođeno dijete

95% objavljuje ime djeteta na Facebooku

83% otkriva datum rođenja

33% objavljuje rodni list (podaci o imenima roditeljima, adresi...)

77% objavljuje snimke (polu)gole djece

50% dijeli smiješne ili zabavne slike (spavanje, plakanje, čudne poze)

Roditelji u prosjeku objave 195 slika svoje djece godišnje

(Blum i Ross, 2015., Brosch, 2016., Leaver, 2017.)

Digitalni otisak stvarate i vi kao roditelji objavljivanjem slika i različitih informacija iz života vaše djece do trenutka kad ona sama postanu korisnici društvenih mreža. Razmislite o tome hoće li Vaše dijete jednog dana biti zadovoljno digitalnim identitetom koji ste za njega stvorili. Budite svjesni gdje sve vaš sadržaj može završiti i kakve bi to eventualne posljedice moglo imati na vašu djecu.

ŠTO JE ELEKTRONIČKO NASILJE ILI CYBERBULLYING?

Elektroničko nasilje je opći pojam za svaku komunikacijsku aktivnost elektroničkom/cyber tehnologijom (internet, mobilni telefon, tablet i sl.) koja se može smatrati štetnom kako za pojedinca, tako i za opće dobro. Uključuje verbalno ili psihičko uznemiravanje od strane pojedinaca ili skupine prema žrtvi koje se ponavlja. Poprima različite forme, poput izrugivanja, uvreda, prijetnji, glasila, ogovaranja, neugodnih komentara ili kleveta.

Vršnjačko nasilje poznato nam je oduvijek, ali pojava interneta dala mu je novu dimenziju. Osim zajedničkih karakteristika koje imaju „tradicionalno“ i „moderno“ vršnjačko nasilje poput agresivnosti, namjere da se nekoga povrijedi te nemogućnosti žrtve da se obrani, vršnjačko nasilje putem interneta sa sobom nosi nove opasnosti za žrtvu. Tako možemo izdvojiti četiri glavne karakteristike koje ga razlikuju od tradicionalnih, offline oblika nasilja (Giumetti i sur., 2014.):

ANONIMNOST - bilo tko se može predstaviti kako želi (lažna imena, nadimci, godine); nasilnici se osjećaju zaštićeno iza svog lažnog online identiteta, a žrtve bespomoćno

SVEPRISUTNOST - online nasilje može se događati na bilo kojem mjestu (škola, kuća, park) i u bilo koje vrijeme

ŠIROKA PUBLIKA - informacije se brzo i lako šire, što počinitelju nasilja daje veći osjećaj kontrole i moći

SMANJEN OSJEĆAJ ODGOVORNOSTI - djeca i mladi ne smatraju online svijet stvarnim svijetom te se online ponašaju onako kako ne bi u offline svijetu. Puno manje pozornosti obraćaju na tuđe osjećaje zbog toga što nisu svjesni posljedica svojih djela (npr. „Samo sam mu rekao da je glup i ružan, nisam ga ošamario.“).

Moderne tehnologije omogućuju i seksualnom nasilju premještanje u online svijet. Djeca i mladi su danas putem elektroničkih uređaja sve više izloženi i seksualnom nasilju, koje je poprimilo nove oblike i metode zlostavljanja, jer virtualni svijet omogućuje počiniteljima nasilja lakši pristup djeci i mladima.

Jedna od najvažnijih karakteristika vršnjačkog nasilja putem interneta jest činjenica da ono nikad ne prestaje.

METODE ELEKTRONIČKOG NASILJA

Grubo online sukobljavanje

Kratkotrajna rasprava između dviju ili više osoba koju karakterizira ljut, eksplicitan i vulgaran govor, uvrede a ponekad i prijetnje. Počinitelj nasilja ima za cilj izazvati bijes, tugu i/ili poniženje kroz namjerno izazivanje sukoba.

Uznemiravanje

Opetovano slanje okrutnih, uvredljivih, neprijateljskih i provokativnih poruka pojedincu/ki ili grupi. Najčešće se događa putem privatnih poruka, a cilj počinitelja nasilja je prijetnjama dovesti drugu osobu u ponižavajući i/ili podređeni položaj.

Ogovaranje i klevetanje

Izmišljanje informacija o žrtvi s ciljem povrede osobe te njihovo elektroničko slanje i dijeljenje. Uključuje stavljanje slike lica osobe na nepoznato golo tijelo i dijeljenje te slike. Cilj ovih radnji je nanošenje štete žrtvinoj reputaciji ili uništavanje odnosa s drugim osobama.

Lažno predstavljanje

Uzimanje tuđeg identiteta i slanje poruka i drugih sadržaja u tuđe ime.

Iznuđivanje i širenje povjerljivih informacija

Javno objavljivanje podataka koje je žrtva poslala počinitelju u povjerenju. Također, počinitelj nasilja može izmanipulirati žrtvu da napiše nešto privatno što onda on javno objavljuje ili šalje dalje bez dopuštenja.

Socijalno isključivanje

Događa se jednako na internetu kao i u offline svijetu. Žrtve ne mogu ući u određene chat sobe ili ih se ne uključuje u grupne poruke.

Prijetnje i uhođenje

Opetovano slanje prijetećih poruka te neprestani pokušaji uspostavljanja i nastavljanja neželjenog kontakta zbog kojih se žrtva počinje bojati za vlastitu sigurnost i dobrobit. Posebno

je izraženo prilikom komunikacije s nepoznatim osobama te u slučajevima seksualnog nasilja putem interneta.

Videosnimanje

Snimanje ili fotografiranje u situacijama koje su za djecu ponižavajuće ili neugodne; izazivanje i snimanje tučnjave ili drugih nasilnih sadržaja te njihovo širenje.

Izmjena fotografija

Izmjena osobnih fotografija bez dozvole i objava na internetu.

ZNAKOVI KOJI UKAZUJU DA JE DIJETE MOŽDA DOŽIVJELO ELEKTRONIČKO NASILJE

učestala tišina

povlačenje iz obiteljskih interakcija

vidljiva tuga

povlačenje od prijatelja i od aktivnosti u kojima je prije uživalo

učestaliji izostanci iz škole (žaljenje na glavobolje i bolove u trbuhu)

loš školski uspjeh (niže ocjene)

gubitak apetita

poremećaji spavanja (uključujući mokrenje u krevet)

informacije iz škole o nenapisanim domaćim zadaćama ili problemima u ponašanju kao što su tučnjave s drugim učenicima

prestaje koristiti računalo/mobitel ili povećano vrijeme provedeno na internetu u odnosu na prije

čini se nervozno ili razdražljivo kada koristi računalo ili mobitel

spominje nepoznate osobe

pridaje sve veću važnost aktivnostima i osobama na internetu

zatvara stranice, chatove i/ili skriva mobitel kad roditelji uđu u sobu ili se druga osoba približi

stres prilikom čitanja poruka, odnosno primanja različitih sadržaja

izbjegava razgovor o uporabi računala i interneta

brisanje korisničkih računa ili otvaranje puno novih

puno novih kontakata na mobitelu i/ili društvenim mrežama

Ako doznate da je Vaše dijete žrtva nasilja preko interneta, trebate poduzeti sljedeće:

poučiti dijete da ne odgovara na nasilne, prijeteće ili na bilo kakav način sumnjive poruke

ne brisati poruke ili slike, jer mogu poslužiti kao dokaz

pokušati otkriti identitet počinitelja kako bi se mogle poduzeti adekvatne mjere za sprječavanje nasilja

kontaktirati školu

ako je identitet počinitelja poznat, pokušati kontaktirati njegove roditelje (jer postoji velika vjerojatnost da oni ne znaju da se njihovo dijete nasilno ponaša)

kontaktirati policiju ako poruke preko interneta sadrže prijetnje nasiljem, uhođenje, napastovanje, dječju pornografiju i sl.

ZNAKOVI KOJI UKAZUJU DA SE DIJETE MOŽDA NASILNO PONAŠA

promjene u skupinama prijatelja (posebno gubitak skupine prijatelja)

izražavanje nenaklonosti prema školi i učiteljima

ima želju „praviti se važno“

nabava predmeta ili dobara koje nije moglo kupiti bez roditeljskog znanja

neobjašnjeni izljevi bijesa

lako postaje frustrirano

nerado radi domaću zadaću

udara ili pokušava dominirati mlađom braćom i sestrama

prestaje koristiti računalo ili mobitel (gasi ekran) kad se netko približi

čini se nervozno ili razdražljivo kada koristi računalo ili mobitel

skriva što radi na računalu ili mobitelu

pretjerano provodi vrijeme uz mobitel ili računalo

postaje nervozno ili ljuto kada mu se ograniči ili ukine korištenje računalom ili mobitelom

ŠTO UČINITI AKO JE VAŠE DIJETE POČINILO ELEKTRONIČKO NASILJE?

Roditeljima nije lako prihvatiti mogućnost da je njihovo dijete počinilo elektroničko nasilje. Ima više razloga zbog kojih se dijete počinje nasilno ponašati – djetetu može nedostajati ljubavi i pažnje, može i samo biti žrtva ili svjedok nasilja u obitelji ili negdje drugdje, može imati loše razvijene socijalne vještine, to može biti osveta ili jednostavno zabava i nedostatak svijesti o tome koliko se boli i štete nanosi drugoj osobi. Porazgovarajte s djetetom otvoreno. Nemojte prijetiti, osuđivati i vrijeđati dijete. Ukoliko se dijete bude osjećalo napadnutim i poniženim, moglo bi se u ljutnji početi ponašati još agresivnije prema okolini. Nemojte zaboraviti da problem nije u djetetu, već je pogrešno njegovo ponašanje. Objasnite mu da ga volite bez obzira na sve, no da je njegovo ponašanje krivo i treba prestati. Razgovarajte s djetetom o tome kako se osjećaju djeca koja su žrtve nasilja i pomognite djetetu da shvati kako posljedice elektroničkog nasilja mogu biti ozbiljne. Neka Vaše dijete zna da Vam se uvijek može obratiti i s Vama razgovarati o svemu što se u njegovom životu i interakciji s vršnjacima (offline ili online) događa. Nakon razgovora s djetetom, porazgovarajte i s razrednicom/kom ili nekom drugom stručnom osobom u školi i saslušajte njihovu stranu priče. Stavite im do znanja da ste spremni surađivati sa školom kako bi Vaše dijete prestalo sa zlostavljanjem i informirajte ih o obiteljskim okolnostima u kojima se trenutno nalazite, a koje su možda teške za dijete. Moguće je da će vašem djetetu biti potrebno dodatno savjetovanje sa stručnjakom koje će mu pomoći da promijeni svoje ponašanje, prihvati odgovornost za svoje postupke i osvijesti njihove posljedice.

REAGIRAJTE NA NASILJE!

Zatvaranje očiju pred nasiljem među djecom jednako je pogubno i za djecu žrtve i za djecu koja su počinila e-nasilje, a često i za djecu promatrače, koja uče da je nasilje prihvatljivo ili čak poželjno.

SAVJETI ZA RODITELJE

Pronađite vremena za djecu. Nemojte koristiti računalo i internet umjesto dadilje.

Naučite više o računalima tako da možete razgovarati s djecom o njima zanimljivim temama.

Ograničite vrijeme korištenje računala (dobro je uvesti jasna pravila, primjerice nema računala prije škole, prije spavanja, za vrijeme obroka ili prije nego što je napravljena zadaća).

Razgovarajte s djetetom o opasnostima interneta i poučite ga da ne daje osobne podatke i da ne dijeli fotografije na internetu te da ne dogovara susrete s nepoznatim ljudima. Ako se dijete jako želi susresti s osobom koju je upoznalo preko interneta, onda to mora biti na javnom mjestu i u prisutnosti roditelja.

Stavite računalo u dnevni boravak, a ne u dječju sobu. Tako možete nadgledati djecu dok su na internetu i vidjeti koje stranice posjećuju.

Potičite korištenje računala kao oruđa za učenje i druženje, a ne isključivo za zabavu.

Upoznajte njihove internetske prijatelje onoliko koliko poznajete i ostale prijatelje.

Razgovarajte s djetetom o tome koliko je važno promisliti prije slanja poruke i potaknite ih da se zapitaju kako bi se oni osjećali da dobiju takvu poruku.

Postavite jasna pravila kojima je zabranjeno dijeljenje osobnih informacija, fotografija ili videozapisa drugih ljudi bez njihova dopuštenja.

Naglasite svojoj djeci kako ona nisu kriva ako su žrtve virtualnog nasilja. Recite da im nećete zbog toga oduzeti pravo na korištenje računala – to je glavni razlog što djeca ne govore odraslima kad su žrtve nasilja na internetu.

O ČEMU JE VAŽNO PRIČATI S DJECOM:

Na internetu koristim nadimak kako nitko ne bi doznao moje pravo ime i prezime

Dopisujem se s prijateljima i pazim da ih ne uvrijedim.

Nikome na internetu ili putem mobitela ne šaljem fotografije snimke

Nikada bez dopuštenja roditelja ne "skidam" s interneta: programe aplikacije glazbu ili filmove

Nisam kriv ukoliko me netko vrijeđa na internetu.

Ne prihvaćam poklone i ne sastajem se s nepoznatim osobama.

Imam pravo koristiti internet i imam se pravo dobro osjećati u komunikaciji s ljudima na internetu.

Ako me nešto plaši, posramljuje ili zbunjuje, tražim pomoć roditelja.

Ovo su moje tajne na internetu: moje ime i prezime adresa broj telefona ili mobitela lozinke ili PIN-ove naziv i adresa moje škole



UGOVOR IZMEĐU _____ (ime djeteta) I _____ (ime roditelja)
O KORIŠTENJU INTERNETA, KOMPJUTERA, MOBITELA I PC IGRICA

Dijete:

1. Imam pravo koristiti elektroničku opremu i internet jer je to za mene važan način komunikacije, druženja s prijateljima, igranja i učenja.
2. Imam pravo biti siguran/sigurna te se osjećati ugodno u komunikaciji s drugima. Ukoliko na internetu vidim ili pročitam nešto zbog čega osjećam strah, sram ili zbuđenost, potražiti ću pomoć roditelja.
3. Kada se dopisujem s ljudima na internetu korist ću nadimak, kako nitko ne bi doznao moje pravo ime.
4. Moje lozinke su moja tajna i jedino moji roditelji smiju znati moje lozinke.
5. Ukoliko se poželim sastati s nekime koga sam upoznao ili upoznala na internetu, posavjetovat ću se o tome s roditeljima i zamoliti ih da dođu sa mnom na taj sastanak.
6. Neću prihvaćati poklone od nepoznatih osoba.
7. Ukoliko mi netko pošalje fotografiju na kojoj je bez odjeće ili traži od mene da pošaljem takvu fotografiju, ispričat ću roditeljima što se dogodilo. Neću nikome slati svoje fotografije.
8. Dopisivat ću se sa svojim prijateljima putem interneta i mobitela, ali ih neću vrijeđati. Ukoliko meni netko pošalje uvredljivu poruku, neću odgovoriti, ali ću sačuvati poruku i pokazati je roditeljima.
9. Prije nego što nešto „skinem“ s interneta provjerit ću s roditeljima je li to sigurno za naše računalo jer znam da bi tako mogao preuzeti viruse i slične opasne programe koji mogu pokvariti naše računalo pa čak i ukrasti novac mojim roditeljima.
10. Objasniti ću roditeljima što se događa na internetu. Nisam kriv ili kriva ako je netko na internetu prema meni grub.

Roditelj:

1. Omogućit ću djetetu korištenje elektroničke opreme u skladu s njegovom dobi i razvojnim potrebama.
2. Razumijem da se moje dijete s vršnjacima druži i u stvarnom i u virtualnom svijetu te da su za njega oba načina druženja podjednako važna.
3. Otvoreno ću razgovarati s djetetom o onome što radi na mobitelu i internetu, ali ga neću „špijunirati“, prisluškivati, ismijavati niti osuđivati njegovo ponašanje i interese.
4. Upoznat ću se s online servisima, društvenim igrama, PC igrama i ostalim aplikacijama koje moje dijete koristi. Zamolit ću dijete da mi pokaže kako se koristi tih.
5. Dogovorit ću s djetetom uvjete korištenja računala i mobitela te vrijeme koje dijete smije provesti na računalu i mobitelu.
6. Ukoliko mi dijete povjeri neki problem koji mu se dogodio na internetu, ostat ću miran/mirna i poduzet ću sve da pomognem djetetu. Neću zabraniti djetetu korištenje uređaja jer znam da to ne rješava problem.
7. Moje dijete nije krivo ako se netko prema njemu ponaša nasilno, nagovara ga da mu pošalje fotografije ili snimke te iskorištava njegovo neiskustvo. Pomoći ću djetetu da se zaštiti od takvih zlostavljača.
8. Ukoliko posumnjam da netko zlostavlja ili pokušava namamiti moje dijete, potražiti ću pomoć psihologa i slučaj prijaviti policiji.
9. Dužan sam se informirati o internetu i komunikacijskoj tehnologiji. Ukoliko nešto ne znam, zamolit ću dijete da mi pokaže kako se koristi određeni program, igra ili aplikacija.

Potpis

_____ (dijete)

_____ (roditelj)

Možete sastaviti "ugovor" o korištenju interneta koji će potpisati i roditelj i dijete, a koji će sadržavati pravila ponašanja i za dijete i za roditelja. Neka dijete sudjeluje u sastavljanju ugovora i pisanju pravila jer će ih se radije pridržavati ako je sudjelovalo u njihovom kreiranju. Važno je da pravila budu realna i jasna te da ih se dosljedno pridržavate.

← OVDJE MOŽETE VIDJETI PRIMJER TAKVOG UGOVORA.

ZAPAMTITE!

Vaša djeca mogu znati više od Vas o tehnologiji, ali Vi znate više o životu. Važno je postaviti pravila i granice o korištenju tehnologije jer time izravno utječete na zdrav psihofizički razvoj Vaše djece i njihovu zaštitu.

ZA ONE KOJI ŽELE ZNATI VIŠE

www.pin-edukacija.org

info@pin-edukacija.org

www.csi.hr

<https://www.csi.hr/helpline/hr/simple>

www.netica.hr

www.medijskapismenost.hr

<https://redbutton.mup.hr/>

Gdje prijaviti nezakoniti sadržaj?

<https://www.csi.hr/hotline/>



Volonterski
centar Zadar

www.vczd.org

Jurja Bijankinja 7
23000 Zadar

Telefon: 023 250 830

E-mail: info@vczd.org

Facebook: [Volonterski centar Zadar](#)



Volonterski
centar Zadar

Centar za
socijalnu skrb
Zadar



Ministarstvo za
demografiju,
obitelji, mlade i
socijalnu politiku



Grad
Zadar



Zadarska
županija