

# Siguran početak nove školske godine

Smjernice za stručnjake i roditelje



csi.hr

Centar za sigurniji internet



Djeca  
osnovnoškolskog  
uzrasta

# Siguran početak nove školske godine

Smjernice za stručnjake i roditelje

## Djeca osnovnoškolskog uzrasta

Današnja djeca su digitalni urođenici. Nikada nisu živjeli u svijetu gdje internet ne postoji. Obično su snažno izložena medijskim sadržajima u razdoblju razvoja i socijalizacije. S obzirom da su djeca najosjetljivija skupina korisnika, kroz edukativne materijale želimo pružiti stručnjacima koji rade s djecom i roditeljima pregledne podatke potrebne za siguran početak nove školske godine i bolje razumijevanje aktualnosti u ovom području!



# Preporuke za korištenje ekrana ovisno o dobi

Postoji pregršt preporuka za korištenje ekrana ovisno o dobi djeteta, ali ono oko čega se slažu sve je da do dobi od oko 2 godine starosti djeteta nije preporučljivo izlagati djecu ekranima. Preporuke za korištenje ekrana u slobodno vrijeme koje su izradili slovenski stručnjaci navode slijedeće preporuke za korištenje ekrana u slobodno vrijeme:

- **do 2 godine** - dijete ne treba biti izloženo zaslonima
- **2-5 godina** - manje od 1 sat dnevno uz prisustvo roditelja
- **6-9 godina** - 1 sat dnevno
- **10-12 godina** - 1.5 sat dnevno
- **13-18 godina** - 2 sata dnevno

Smjernice Američkog udruženja psihologa navodi slične podatke, s tim da za djecu mlađu od 18 mjeseci preporučuju izbjegavanje korištenja ekrana, osim za sudjelovanje u video pozivima. Stručnjaci iz našeg Centra naglašavaju da je bitan balans. Što je dijete duže na računalu, potrebno je i da provede više vremena u igri na zraku, bez računala. Savjet je da vrijeme koje dijete provede u igri na zraku bude minimalno duplo u odnosu na vrijeme koje provede pred računalom!

Novija istraživanja pokazuju da je ono na što trebamo staviti naglasak kvaliteta samoga sadržaja i njegova primjerenost uzrastu, a ne kvantiteta sama po sebi. Ukoliko dijete provodi vrijeme pred ekranom i uči strani jezik, razvija vještinu slaganja origamija, situacija svakako nije ista kao da to vrijeme provodi igrajući nasilnu igru. Odgovornost je odraslih biti upoznat s tim kakve sadržaje dijete konzumira!

Preporuka roditeljima je svakako i da koriste alate za roditeljski nadzor, a stručnjacima u našem Centru su se kao posebno jednostavni za korištenje i prošireni Hrvatskoj pokazali Google Family Link te Youtube kids.



# Zabrinjavajuća ponašanja

Roditelji i stručnjaci nam se često javljaju s pitanjima oko toga koliko su neka ponašanja zabrinjavajuća. Navodimo popis nekih od zabrinjavajućih ponašanja:

- **korištenje ometa normalne svakodnevne aktivnosti**
- **dijete izgleda iscrpljeno ujutro**
- **korištenje interneta u tajnosti**
- **ako pokušate skratiti vrijeme korištenja - postaje izraženo iritirano ili nasilno**
- **dijete izgubilo interes za stvari koje su ga nekad uzbuđivale.**

Iako često čujemo da se djecu naziva „ovisnima o internetu“ važnim smatramo spomenuti - ovisnost o internetu još uvijek nije zastupljena u službenim klasifikacijskim sustavima za mentalne bolesti i poremećaje te nedostaju formalni dijagnostički kriteriji za ovisnost o internetu u Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM – V) i International Classification of Diseases (ICD – 11). Ono što bi mogli kolokvijalno nazvati „ovisnost o online igrama“ službeno je od 2018. godine uvrštena u ICD - 11 pod nazivom „**Poremećaj igranja igara**“, dok je u DSM - 5 „Poremećaj igranja online igara“ uvršteno pod područja za dodatno istraživanje.

**Dijagnozu Poremećaja igranja igara** karakterizira gubitak kontrole, poteškoće u funkcioniranju i pogoršanje ponašanja unatoč pojavi neugodnih posljedica na svakodnevni život.

Uz to što još nema jasnih dijagnostičkih kriterija u dijagnostičkim priručnicima, stručnjaci navode da korištenje termina „ovisnost o internetu“ dovodi do stigmatizacije, a što je najvažnije - šalje djeci poruku da ne možemo razumjeti njihovo ponašanje.

Ukoliko ste zabrinuti oko pretjeranog korištenja ekrana kod nekog djeteta, smatrate da je možda žrtva ili počinitelj elektroničkog nasilja - preporučujemo vam da se obratite stručnjacima mentalnog zdravlja u vrtiću/školi koje dijete pohađa. Za savjet i razgovor su tu svakako i stručnjaci našega Centra.



# Sharenting

Sharenting je pojam koji je nastao kombinacijom riječi eng. parent – roditelji i eng. share – dijeliti, a koji se odnosi na situacije kada roditelji ili članovi obitelji pretjerano objavljuju ili dijele fotografije i podatke o djeci. Razvio se kao rezultat kombinacije roditeljstva i mogućnosti društvenih mreža. Nažalost svi smo svjedoci toga kako neki roditelji ostavljaju digitalne tragove djeci. Smatramo jako važnim razgovarati o ovoj temi s roditeljima jer nam kroz održavanje brojnih edukacija za roditelje i stručnjake ostaje dojam da se o ovoj temi i dalje slabo govori.

Smjernice za roditelje, vezano za objave o svojoj djeci navode pet pitanja koja si roditelji mogu postaviti prilikom objavljivanja takvog sadržaja:

1. **Zašto to dijelim?**
2. **Biste li htjeli da netko takvu objavu podijeli o vama?**
3. **Može li ta objava osramotiti vaše dijete, sada ili u budućnosti?**
4. **Postoji li netko na ovom planetu tko ne bi trebao vidjeti to o vašem djetetu, bilo sada ili u budućnosti?**
5. **Je li to nešto što biste vi htjeli da bude dio digitalnog otiska vašeg djeteta?**

Želimo napomenuti da je moguće i da ste u jednom trenutku postupili nesavjesno, ali sada kada ste osvijestili zašto je takvo ponašanje bilo pogrešno – možete to promijeniti u budućnosti!





# Savjeti za roditelje

Odgajati djecu je uvijek bilo posebno izazovno, a u današnje doba kada se puno toga odvija u virtuelnom prostoru o kojemu djeca često znaju više i u njemu se snalaze brže od roditelja – to je posebno naglašeno. Donosimo vam savjete za roditelje koji će pomoći u tome da vaše dijete bude sigurnije prilikom korištenja modernih tehnologija!



- **Razgovarajte sa svojim djetetom svaki dan!** Razgovarajte o tome kako se osjeća, što se događa zanimljivo u njegovom životu (za primjer vi opišite svoj dan i osjećaje)!
- **Budite uključeni u svakodnevicu svog djeteta.** Ne ostavljajte razgovor i druženje s djetetom „za vikend“, „kad riješite obaveze“, „kad budete imali više vremena“ ili „kad budete bolje volje“. Vrijeme koje ne provodite sa svojim djetetom ne možete vratiti niti nadoknaditi!
- **Razvijajte odnos s djetetom na povjerenju i podršci.** Dijete mora naučiti iz vašeg primjera!
- **Ne gradite svoj autoritet na strahu** od kazni i zabrana jer će se dijete sve više udaljavati od vas i propustit ćete važne spoznaje o odrastanju, radostima, brigama, ali i problemima koje vaše dijete proživljava (a vi za njih saznate kad bude prekasno)! Prisjetite se kako se vi nosite sa autoritetom, koji pristup vama odgovara i razlikuje li se to od vaših očekivanja?
- **Vodite računa o tome kako i gdje dijete provodi vrijeme!**
- **Upoznajte prijatelje svoga djeteta**, i one u stvarnom životu i one u virtualnom svijetu, ili neka vam dijete barem objasni gdje ih je upoznao!
- **Pravila ponašanja koja vrijede u stvarnom životu primijenite i na Internet!**
- **Razgovarajte s djecom o osobnim podacima koje dijele**, načinima kako da se zaštite prilikom korištenja online tehnologija te o potencijalnim rizicima kojima su izloženi kada komuniciraju s nepoznatim osobama!
- **Budite primjer svom djetetu!** Kada objavljujete podatke o svojoj obitelji i djeci, suzdržavajte se otkrivanja osobnih podataka i fotografija svoje djece jer time možete ugroziti njihovu sigurnost!
- **Obratite se stručnjacima za savjet, pomoć i podršku.** Tako nećete biti usamljeni i bespomoćni, već ćete dobiti razumijevanje, osnaživanje, upute i pomoć!



# Savjeti za djecu i mlade

Predlažemo roditeljima da s djecom i mladima razgovaraju o tome kako prepoznati nečije loše namjere prilikom korištenja interneta. Donosimo savjete za djecu i mlade! Pogrešne i loše namjere mogu se prepoznati čim uočite neke od sljedećih znakova, ponašanja ili zahtjeva kod druge osobe:

- **Traži podatke:** mjesto stanovanja, kućnu adresu, broj mobitela, fotografije (na primjer da se pošalju slike s ljetovanja)
- **Izjavljuje da želi što prije sastati uživo,** da je vaš odnos poseban i traži da nikom ne govorimo o našem odnosu
- **Ako se osjećate nelagodno i uplašeno** i ne pristajete na pojedine zahtjeve i prijedloge, počínje prijetiti i ucjenjivati da će objaviti nešto čime će osramotiti ili ugroziti dijete na drugi način (npr. da će roditelji saznati nešto što nikako ne želiš da saznaju).



## Igranje videoigara

Jedan od popularnih načina provođenja slobodnog vremena definitivno je igranje videoigara. Iako se uz igranje igara najčešće vežu djeca i mladi, oni nisu jedini koji su skloni zabavljanju pred ekranima. Zadnjih se godina bilježi značajan porast igranja i kod odraslih pa se tako u istraživanjima navodi da je prosječna dob igrača 37 godina! Brojna su se istraživanja, stoga, provodila s ciljem ispitivanja utjecaja igranja videoigara na funkcioniranje osoba. Ima li igranje isključivo negativni utjecaj ili može pozitivno doprinijeti razvoju osobe?

Agresivna priroda videoigara veže se s agresivnim idejama i ponašanjima, desenzitizacijom na nasilje i pad u prosocijalnom ponašanju. Konačno, podaci upućuju kako aktivno igranje nasilnih videoigara može povećati agresivnost više nego pasivna izloženost filmovima koji imaju elemente nasilja. Videoigre, također, zahtijevaju značajnu količinu vremena pred ekranima koja se povezuje sa slabijom fizičkom aktivnošću i s razvojem pretilosti. Osim toga, veže se uz rizična ponašanja u vožnji, lošija akademska postignuća, ovisnost o igrama i slično. Međutim, nije sve tako crno kao što se čini.

**Neki od pozitivnih učinaka igranja** su naglašavanje svijeta mašte i nebrojenih mogućnosti, poboljšavaju brzinu, koncentraciju, usredotočenost, potiču misaone procese, asocijativno i hipotetičko mišljenje, pospješuju koordinaciju pokreta. Igranjem online igara dijete stječe vještine rješavanja problema i logičkog razmišljanja jer kako se prelazi od lakših prema težim razinama, dijete postepeno uči ostvarivati svoje ciljeve i povećavati samoefikasnost.

Prema podacima istraživanja provedenih u Hrvatskoj (vrtić u Poreču, N= 60 roditelja djece vrtićkog uzrasta, 2009. godine), pokazalo se da djeca u trećoj i četvrtoj godini života koriste računala za igranje edukativnih igara u 95% slučajeva. Djeca u petoj i šestoj godini života također koriste računalo u svrhu igranja edukativnih igara i to u 74% slučajeva. Primjeri igara koje se najčešće igraju su bile: Super Mario Bros, Komplet Sunčica, Učilica, Smib igre.





# PEGI oznake

Savjet svima uključenima u rad s djecom i mladima je da provjere jesu li igre koje djeca igraju primjerene njihovom uzrastu. Velika pomoć pri tome je program PEGI (The Pan-European Game Information) koji je razvijen za potrebe Europske unije.

**PEGI** (The Pan-European Game Information) je sustav za rangiranje razvijen i dostupan svim članicama Europske unije. Glavni cilj programa je informiranje roditelja o donošenju odluka pri kupnji računalnih igara i stalno se ažurira novim igrama. Klasifikacije prema dobi djeteta prikazuju kojoj je dobnoj skupini igra, film, video, DVD i slično. namijenjen.

Klasifikacija prema dobi djeteta označena je na prednjoj i zadnjoj strani proizvoda oznakama: 3+, 7+, 12+, 16+, 18+ godina.



**PEGI 3+** igre namijenjene su svim dobnim skupinama. Igre mogu sadržavati nasilje, ali u smislu komičnosti, smijeha (primjerice, crtići, kao što su Tom i Jerry, Bugs Bunny i sl.). Igra ne smije sadržavati zvukove ili slike koje bi mogle uznemiriti ili prestrašiti dijete. Nije dozvoljeno korištenje vulgarnih izraza i scena seksa.

**PEGI 7+** igre sadrže jednake elemente kao i igre rangirane u skupini 3+, sadrže scene i zvukove koji su namijenjeni toj dobnoj skupini, tj. ne sadrže elemente horora. Mogu biti prikazane scene parcijalne golotinje, ali nikada u kontekstu seksualnih aktivnosti.

**PEGI 12+** igre koji pokazuju nasilje između izmišljenih likova, korištenje vulgarnih izraza je minimizirano.

**PEGI 16+** igre u ovoj klasifikaciji najsličnije su onima u stvarnome životu

**PEGI 18+** igre namijenjene odraslima, igre koje sadrže elemente nasilja.



Igra sadrži elemente nasilja.



Igra ukazuje na uporabu droga.



Igra sadrži vulgarne izraze.



Igra sadrži scene diskriminacije ili materijal koji istu može potencirati.



Igrica koja može alarmirati ili prestrašiti djecu.



Igra nudi mogućnost kupovine digitalnih dobara stvarnom valutom.



Igra prikazuje scene kockanja.



Igra sadrži scene golotinje ili seksa.

Više o PEGI oznakama, kao i provjeru pojedinih medijskih sadržaja pronađite na web stranici: [pegi.info/hr](http://pegi.info/hr)

## Online izazovi

Sudjelovanje u izazovima i međusobnom natjecanju kod djece i mladih uvijek je izazivalo veliko zanimanje, a internet i društvene mreže ovakvim aktivnostima pridodaju dodatnu pažnju. Izazovi koji se postavljaju putem društvenih mreža mogu biti usmjereni u dobrotvorne ili edukativne svrhe. Nažalost, na društvenim mrežama postoje izazovi usmjereni na rizična i opasna ponašanja za djecu i mlade, koji u konačnici mogu rezultirati tragičnim posljedicama.

Neki od potencijalno životno štetnih online izazova s kojima smo se susreli su: Blue Whale izazov, The 6inner Challenge, gutanje Tide tableta, postavljanje novčića između punjača za mobitel i utičnice, jedenje žličice cimeta i slično. S obzirom da nam algoritmi na društvenim mrežama „serviraju“ ono na čemu ćemo se najvjerojatnije zadržati duže, a da su interesi odraslih osoba i djece različiti – jasno je da odrasle osobe na svojim društvenim mrežama vjerojatno nisu u kontaktu s toliko izazova koliko ih djeca vide na svojim društvenim mrežama. Baš iz tog razloga savjet je da budete otvoreni za razgovor s djecom o ovoj temi i pristupite tome bez osuđivanja i s razumijevanjem njihove motivacije.

Neka djeca mogu doživljavati vršnjački pritisak zbog čega se osjećaju primorana sudjelovati u online izazovima, a druga pak nisu svjesna kako se neželjene posljedice mogu dogoditi i njima. Osjećaj vlastite nepovredivosti i neuništivosti je karakteristika razdoblja puberteta, a posljedica toga može biti sklonost rizičnim ponašanjima). Kako bi se spriječile ozbiljne posljedice, važno je aktivno razgovarati s djecom o novim trendovima i izazovima.

### Donosimo vam neke od smjernica stručnjaka iz Centra za sigurniji internet:

- rješenje nije oduzeti djeci mobitele i zabraniti im korištenje društvenih mreža
- razvijati odnos povjerenja s djecom, iskreno se zainteresirati za online svijet u kojemu žive
- educirati i sebe i djecu te prevenirati štetne posljedice
- razgovarati s djecom o njihovom korištenju interneta – tko su im pratitelji na društvenim mrežama, poznaju li te ljude, za što najčešće koriste društvene mreže, postaviti obiteljska pravila o korištenju interneta.



**IZAZOV?**

# Savjeti za djecu i mlade vezano za online izazove



Iskoristite ove savjete u radu s djecom, razgovarajte o tome jesu li se već susreli s nekim online izazovima i potaknite ih da budu osobno odgovorni pri susretu s njima - potrebno je prijaviti takve sadržaje društvenim mrežama kako bi učili ono što možemo - utjecali na smanjenje vjerojatnosti širenja sadržaja koji mogu naštetiti drugoj djeci.

## Savjeti su:

- **Ako zaprimite poruku u kojoj vas druga osoba poziva na igranje zajedničke igre ili na bilo koju neugodnu aktivnost, nemojte odgovarati na poruku i potraži pomoć!**
- **Ukoliko ste započeli s igranjem izazova i sada želite prestati, a druge vas osoba ucjenjuje i prijeti vam – obrati se odraslim osobama i ispričajte što se dogodilo!**
- **Čak i ako druga osoba raspolaže s vašim osobnim podacima, roditelji ili druge odrasle osobe od povjerenja mogu vam pomoći da ostanete sigurni!**
- **Ako vas vršnjaci prisiljavaju da obavljate izazove, znajte da ne trebate raditi ono zbog čega se možete osjećati loše. Čuvajte svoju online i offline sigurnost!**
- **Znamo kako odupiranje vršnjačkom pritisku može biti teško, zato smo i dostupni na besplatnom i anonimnom telefonskom broju **0800 606 606** da vam pomognemo! Naravno, možete nam se obratiti ako imaš bilo kakvo pitanje u vezi online svijeta – stojimo ti na raspolaganju!**



# Online seksualno uznemiravanje

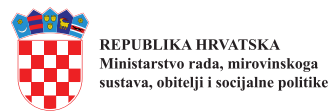
**DeSHAME Hrvatska** je prvo sustavno međunarodno istraživanje o rizičnim ponašanjima srednjoškolaca te izloženosti štetnim sadržajima i seksualnom uznemiravanju u online okruženju. Hrvatska je četvrta država uključena u istraživanje nakon Velike Britanije, Danske i Mađarske. Istraživanje su od rujna do prosinca 2021. godine na uzorku od 2016 učenika srednjih škola proveli Centar za nestalu i zlostavljanu djecu u sklopu projekta Safer Internet Center: Making Internet a good and safe place (2020-HR-IA-0051) sufinanciran je od strane Europske unije. U istraživanju je sudjelovalo 2016 srednjoškolaca, a uzorak je bio reprezentativan i uključivao je učenike iz 21 srednje škole u Hrvatskoj.

Seksualno uznemiravanje na internetu definira se kao neželjeno seksualno ponašanje na bilo kojoj digitalnoj platformi i prepoznato je kao oblik seksualnog nasilja. Ono uključuje širok raspon ponašanja koja koriste digitalni sadržaj (slike, videozapisi, postovi, poruke, stranice) i javlja se na raznim platformama (privatnim ili javnim). Seksualno uznemiravanje na internetu uključuje:

- **nesporazumno dijeljenje intimnih slika ili videa**
- **iskorištavanje prisilu i prijetnje**
- **seksualizirano vršnjačko nasilje**
- **neželjenu seksualizaciju.**

Izloženost seksualnom nasilju ostavlja istovremeno dugotrajne ali i snažne kratkotrajne posljedice na žrtve. Dugotrajne posljedice mogu biti pojačane zbog reviktimizacije ako se sadržaj ponovno dijeli nakon proteka vremena. Visoka izloženost nasilju na bilo koji način prividno normalizira takvo ponašanje čime se povećava vršnjački pritisak i otežava intervencija.

Seksualnim iznudama i prinudama (sextortion), kažnjivom i izrazito rizičnom ponašanju na koje posebice upozoravaju relevantne međunarodne organizacije poput Interpola i Europola je izložen manji ali ipak zabrinjavajući postotak djece i mladih. Seksualna ponašanja (pa i ona na internetu) su u školi (i u obitelji) još uvijek taboo tema - djeca i mladi se ne obraćaju odraslima ako su u problemu.



## Najvažniji rezultati DeSHAME Hrvatska istraživanja su pokazali da:

- 37,6% srednjoškolaca navodi da na internetu dnevno provode 5 i više sati od čega više od 10% provodi čak 10 i više sati
- Od društvenih mreža najčešće koriste Youtube, Instagram, Whatsapp i Snapchat
- Preko 40% učenika ima 2 ili više profila koje aktivno koriste na društvenoj mreži koju najčešće koriste
- Djeca i mladi koji su sudjelovali u istraživanju primaju i šalju seksualne sadržaje osobama koje poznaju kao i osobama koje ne poznaju dok jedan dio srednjoškolaca navodi da je to na nagovor druge osobe ili zbog ucjene ili prijetnje
- **1/5 srednjoškolaca izjavljuje da je svjedočilo ili doživjelo seksualno uznemiravanje na internetu u posljednjih godinu dana**
- Srednjoškolci navode kako svjedoče seksualnom iskorištavanju djece i mladih na internetu i to:
  - Gotovo 50% srednjoškolaca navodi kako je svjedočilo da njihovi vršnjaci dijele seksualne sadržaje na grupnom chatu, profilu ili forumu
  - više od 30% srednjoškolaca navodi kako je svjedočilo da njihovi vršnjaci potajno fotografiraju druge osobe u situacijama kada su gole, polugole ili neprimjereno odjevene ili za vrijeme određene seksualne radnje i dijele ih na internet
  - više od 30% srednjoškolaca navodi kako je svjedočilo da njihovi vršnjaci dijele mape ili kolekcije fotografija seksualnog sadržaja na kojima su osobe njihovih godina
- Preko 40% učenika ne bi prijavilo takvo ponašanje školi jer se boje da bi reakcija škole mogla biti preburna, 38% se brine da bi prijava samo pogoršala stvari, a preko 30% se brine da će nastavnici ukoliko prijave misliti da pretjeruju ili dramtiziraju
- Gotovo 30% srednjoškolaca navodi kako ne bi prijavilo seksualno uznemiravanje na internetu jer se brinu da bi za to okrivili njih same.

## Preporuke i zaključci Centra za sigurniji Internet vezano za rezultate istraživanja DeSHAME Hrvatska:

- Visoke prevalencije ukazuju na to da se problem **ne može riješiti samo detektiranjem pojedinačnih počinitelja**
- Škole i druge ustanove koje pružaju podršku trebaju **aktivni angažman i resurse za prevenciju**

- Potrebno je aktivno raditi na hodogramima i educirati stručnjake za postupanje oko prijava i zaštite djece-žrtava
- Nastavnici trebaju **kontinuiranu sustavnu podršku u području online rizičnog ponašanja** i mogućnostima rada s djecom i mladima
- Nužno je **aktivno praćenje fenomena i faktora rizika**.

## Nalazi istraživanja DeShame

Prvo sustavno međunarodno istraživanje o rizičnim ponašanjima srednjoškolaca te izloženosti štetnim sadržajima i seksualnom uznemiravanju u online okruženju. Hrvatska je četvrta država uključena u istraživanje nakon Velike Britanije, Danske i Mađarske. Istraživanje su od rujna do prosinca 2021. godine na uzorku od 2016 učenika srednjih škola proveli Centar za nestalu i zlostavljano djecu u sklopu projekta Safer Internet Center: Making Internet a good and safe place (2020-HR-IA-0051) sufinanciran je od strane Europske unije.

**Svaki peti srednjoškolac u posljednjih je godinu dana ili pretrpio ili svjedočio seksualnom zlostavljanju na internetu.**

**30% hrvatskih srednjoškolaca potvrdilo kako njihovi vršnjaci potajno fotografiraju druge osobe u situacijama kada su neprimjereno odjevene, gole ili tijekom seksualnih aktivnosti, nakon čega su te fotografije podijeljene na internetu.**

Istraživače je posebno zabrinuo podatak da **više od 40% učenika ne bi prijavilo seksualno uznemiravanje zbog straha od "preburne" reakcije škole.**

**Gotovo 30% srednjoškolaca navodi kako ne bi prijavilo seksualno uznemiravanje na internetu jer se brinu da bi za to okrivili njih same**

**38% se brine da bi prijava samo pogoršala stvari**

**preko 30% se brine da će nastavnici ukoliko prijave misliti da pretjeruju ili dramatiziraju**

# Smjernice o postupanju u slučaju elektroničnog nasilja

Sve veći broj djece i mladih je izloženo nasilju preko Interneta. No, zabrinjava činjenica da i dalje ono nije dovoljno prepoznato kao problem u društvu. Prije razvoja modernih tehnologija vršnjačko nasilje se događalo na igralištima, u parkovima, na hodnicima škola i bilo ga je moguće puno lakše opaziti i na njega reagirati.

Danas se većina toga premjestila u „virtualni svijet“, što ne umanjuje, već naprotiv povećava kompleksnost ovog problema. Dijete ili mlada osoba i dalje mogu biti izloženi različitim oblicima nasilja, i dalje u tome mogu sudjelovati i druga djeca koja možda neće preuzeti ulogu zlostavljača, ali neće ni spriječiti nasilje, ali posebno zabrinjava činjenica da dijete od ovog nasilja **NE MOŽE POBJEĆI** i ono nikad ne prestaje. Dijete svakodnevno „nosi svog zlostavljača u džepu“ zbog čega vršnjačko nasilje putem Interneta donosi dodatne dimenzije rizika i opasnosti.

Posljedice nasilja putem interneta katkad mogu biti i dalekosežnije od onih prouzročenih međuvršnjačkim nasiljem u stvarnim situacijama jer publika može biti puno šira, a zbog osjećaja anonimnosti počinitelji mogu biti okrutniji i nasilniji nego što bi se usudili biti u stvarnom svijetu.



**netica.hr**

Smjernice o postupanju u slučaju elektroničnog nasilja





# Elektroničko nasilje

Elektroničko nasilje definira se kao svaka zlonamjerna i ponavljana uporaba informacijskih i komunikacijskih tehnologija kako bi se nekome nanijela šteta, odnosno kako bi se najčešće neko dijete ponizilo, zadirkivalo, prijetilo mu se ili ga se zlostavljalo na neki drugi način. Ono može uključivati slanje anonimnih poruka mržnje, poticanje grupne mržnje, nasilne napade na privatnost (otkrivanje osobnih informacija o drugima, „provaljivanje“ u tuđe e-mail adrese), kreiranje internetskih stranica (blogova) koje sadrže priče, crteže, slike i šale na račun vršnjaka, uhođenje, vrijeđanje, nesavjestan pristup štetnim sadržajima, širenje nasilnih i uvredljivih komentara, izlaganje dobi neprimjerenim sadržajima i seksualno namamljivanje.

Elektroničko zlostavljanje uključuje radnje koje su ponavljane, namjerne, štetne i obavljene u odnosima u kojima postoji neravnoteža moći. Vjerojatnost pojavljivanja ponavljanih nasilničkih situacija u virtualnom svijetu je neizbježna zbog same naravi virtualnog svijeta. Superiornost počinitelja u virtualnom svijetu proizlazi iz digitalnih kompetencija počinitelja ili posjedovanja određenih sadržaja (podataka, slika, videa i sl.).

## Oblici elektroničkog nasilja

Oblik nasilnog ponašanja	Kratki opis
<b>Izravan napad</b>	Uključuje slanje uznemirujućih poruka, krađu ili promjenu lozinki, krađu ili promjenu nadimaka, objavu privatnih podataka ili neistina, slanje uznemirujućih slika, postavljanje internetske ankete o žrtvi, slanje virusa, slanje pornografije i neželjene pošte, lažno predstavljanje, poticanje grupne mržnje, napade na privatnost, uznemiravanje, uhođenje, vrijeđanje, nesavjestan pristup štetnim sadržajima te širenje nasilnih i uvredljivih komentara.
<b>Napad preko posrednika</b>	Uključuje napad počinitelja na žrtvu preko treće osobe koja toga najčešće nije svjesna.
<b>Verbalno nasilje</b>	Namjerno korištenje uvredljivih riječi s ciljem nanošenja psihološke povrede drugoj osobi (npr. vrijeđanje, nazivanje ružnim imenima, psovanje, izazivanje straha prijateljima).
<b>Relacijsko nasilje</b>	Manipuliranje vršnjačkim odnosima s ciljem uništavanja osjećaja prihvaćanja, prijateljstva i pripadanja, odnosno usmjereno je na isključenje žrtve iz vršnjačkog društva (npr. ne uključivanje osobe u grupne razgovore i aktivnosti).
<b>Elektroničko seksualno nasilje</b>	Predstavlja oblik nasilja koji uključuje slanje i dijeljenje sadržaja seksualne prirode koji služe za seksualno uznemiravanje druge osobe i zadovoljenje vlastitih seksualnih potreba. Elektroničko seksualno nasilje obuhvaća i objavljivanje i/ili proslijeđivanje intimnih slika i snimki bez pristanka osobe, širenje glasina koje se odnose na seksualni život žrtve, zadovoljenje pohote pred djecom ili mamljenje djece za zadovoljenje spolnih potreba, uključivanje djece u pornografske aktivnosti. Ovakvi sadržaji mogu sadržavati poruke, slike, komentare, video uratke te druge audio-vizualne materijale intimnog sadržaja (prikaz intimnog dijela tjela, prikaz spolnih odnosa, poruke seksualiziranog sadržaja).



# Metode elektroničkog nasilja

<b>Grubo online sukobljavanje</b>	Kratkotrajna rasprava između dvije 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
<b>Uznemiravanje</b>	Opetovano slanje okrutnih, uvredljivih, neprijateljskih i provokatvinih 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
<b>Ogovaranje i klevetanje</b>	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
<b>Lažno predstavljanje</b>	Uzimanje tuđeg identiteta i slanje poruka i drugih sadržaja u tuđe ime.
<b>Iznuđivanje i širenje povjerljivih informacija</b>	Javno objavljivanje podataka koje je žrtva poslala počinitelju nasilnika u povjerenju. Također, počinitelj nasilja može izmanipulirati žrtvu da napiše nešto privatno što onda počinitelj nasilja javno objavljuje ili šalje dalje bez dopuštenja.
<b>Socijalno isključivanje</b>	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
<b>Prijetnje i uhođenje</b>	Opetovano slanje prijetećih poruka te neprestani pokušaji uspostavljanja i nastavljanja neželjenog kontakta zbog kojih se žrtva počinje bojat za vlastitu sigurnost i dobrobit. Posebno je izraženo prilikom komunikacije s nepoznatim osobama te u slučajevima seksualnog nasilja putem Interneta
<b>Videosnimanje</b>	Snimanje ili fotografiranje u situacijama koje su za djecu ponižavajuće ili neugodne; izazivanje i snimanje tučnjave ili drugih nasilnih sadržaja te njihovo širenje.
<b>Izmjena fotografija</b>	Izmjena osobnih fotografija bez dozvole i objava na internetu.

# Sumnja na elektroničko nasilje

Sljedeći znakovi u školi i kod kuće mogu ukazivati da je dijete uključeno u nasilje među djecom, a navedeni znakovi mogu biti prisutni i kod djeteta koje je uključeno u elektroničko nasilje (Rivers, Duncan, Besag, 2009, prema Križan, 2018.).

## Osnovna škola

Roditelji	Učitelji
<p>Znakovi koji ukazuju da je dijete možda doživjelo vršnjačko nasilje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• učestala tišina</li> <li>• povlačenje iz obiteljskih interakcija</li> <li>• vidljiva tuga</li> <li>• povlačenje od prijatelja i od aktivnosti u kojima je prije uživalo</li> <li>• učestaliji izostanci iz škole (žaljenje na</li> <li>• glavobolje i bolove u trbuhu)</li> <li>• loš školski uspjeh (niže ocjene)</li> <li>• gubitak apetita</li> <li>• poremećaji spavanja (uključujući mokrenje u krevet)</li> <li>• informacije iz škole o izgubljenim domaćim zadaćama ili ponašajnim problemima kao što su tučnjave s drugim učenicima</li> <li>• Prestaje koristiti računalo ili mobitel ili povećanje vremena provedenog vremena na Internetu u odnosu na prije</li> <li>• Čini se nervozno ili razdražljivo kada koristi računalo ili mobitel</li> <li>• Spominje nepoznate osobe</li> <li>• Pridavanje sve veće važnosti aktivnostima i osobama na internetu</li> <li>• Zatvaranje stranica, chatova i/ili skrivanje mobitela kada roditelji uđu u sobu ili kada se druga osoba približi</li> <li>• Stres prilikom čitanja poruka, odnosno primanja različitih sadržaja</li> <li>• Izbjegavanje razgovora o uporabi računala i interneta</li> <li>• brisanje korisničkih računa ili otvaranje puno novih kontakata na mobitelu i/ili društvenim mrežama</li> </ul>	<p>Znakovi koji ukazuju da je učenik/učenica možda doživio/doživjela vršnjačko nasilje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• izbjegavanje kontakta očima i vidljiva tuga</li> <li>• pojava nekontroliranih izljeva bijesa ili frustracije</li> <li>• promjene u obrascima ponašanja s prijateljima i aktivnostima za vrijeme odmora</li> <li>• nedostatak angažmana u razrednim ili grupnim aktivnostima u kojima je prethodno bio/bila aktivno angažiran/a</li> <li>• učenici ga/je ismijavaju kada govori</li> <li>• pridavanje manje pažnje školskom i domaćem radu</li> </ul>

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 važan“
- nabava predmeta ili dobara koje nije mogao kupiti bez roditeljskog znanja
- neobjašnjeni izljevi bijesa
- lako postaje frustriran
- 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 nervozan ili ljut kada mu se ograniči ili ukine koristiti se računalom ili mobitelom

Znakovi koji ukazuju da se učenik/učenica možda nasilno ponaša:

- prkosan pogled nakon što ga/ju je učitelj opomenuo zbog ponašanja
- narušavanje rada u razredu
- otimanje, grabljenje ili uzimanje predmeta koji pripadaju drugim učenicima ili ih koriste drugi učenici
- udaranje i guranje drugih učenika
- ignoriranje učiteljeve upute da sluša ili da prestane pričati
- nevoljkost za aktivnim uključivanjem u razredne ili grupne aktivnosti
- ismijavanje drugih učenika kada govore
- nedostatak brige za školski i domaći rad

## Smjernice o postupanju u slučajevima elektroničkog nasilja za djelatnike u obrazovnom sustavu

### Nastavnici

Koraci postupanja	Rok
Ako se utvrdi sumnja na elektroničko nasilje, zajedno sa stručnim suradnicima škole obaviti zasebne razgovore s djetetom – žrtvom elektroničkog nasilja, s djetetom – počiniteljem elektroničkog nasilja te s djecom – svjedocima ili promatračima elektroničkog nasilja.	Odmah po saznanju
Pozvati roditelje djece uključene u elektroničko nasilje na individualne i grupne razgovore.	U najkraćem mogućem roku
Održati sastanak sa stručnim suradnicima u školi i raspraviti o rješenju i daljnjem postupanju. Donijeti odluku o izricanju pedagoških mjera u skladu sa Statutom škole.	U najkraćem mogućem roku
Održati zajednički sastanak s djetetom – počiniteljem elektroničkog nasilja, roditeljem i stručnim djelatnicima škole s ciljem definiranja individualnog plana postupanja prema djetetu.	U najkraćem mogućem roku

## Stručni suradnici u obrazovnim ustanovama

Koraci postupanja	Rok
Zajedno s nastavnim osobljem škole škole obaviti razgovor s djetetom – žrtvom elektroničkog nasilja.	Odmah po saznanju
Zajedno s nastavnim osobljem škole obaviti razgovor s djetetom – počiniteljem elektroničkog nasilja.	Odmah po saznanju
Zajedno s nastavnim osobljem škole obaviti razgovor s djecom – svjedocima ili promatračima elektroničkog nasilja.	Odmah po saznanju
Održati zajednički sastanak s djetetom – počiniteljem elektroničkog nasilja, roditeljem i stručnim djelatnicima škole s ciljem definiranja individualnog plana postupanja prema djetetu. Održati zajednički sastanak s djetetom, roditeljem i nastavnim osobljem škole s ciljem definiranja individualnog plana postupanja prema djetetu, informiranja o potrebi poduzimanja mjera u skladu sa Statutom škole, zakonom i drugim propisanim pravilima.	U najkraćem mogućem roku
Održati sastanak s nastavnim osobljem škole i raspraviti o rješenju i daljnjem postupanju. Donijeti odluku o izricanju pedagoških mjera u skladu sa Statutom škole, zakonom i drugim propisanim pravilima te obavijestiti nadležne institucije.	Odmah po saznanju
Prijava nasilja policiji.	Odmah po saznanju
Prijava nasilja nadležnom centru za socijalnu skrb.	Odmah po saznanju
Utvrđiti uzroke/povod nasilnog ponašanja i djelovati na slabljenje rizičnih i jačanje zaštitnih čimbenika.	U najkraćem mogućem roku
Osiguravanje potrebne psihosocijalne pomoći i podrške djeci uključenoj u elektroničko nasilje ili unutar škole ili pružanjem informacija o dostupnim organizacijama i institucijama koje navedeno pružaju.	U najkraćem mogućem roku
Osigurati potrebnu pomoć i podršku roditeljima u razvoju roditeljskih kompetencija ili unutar škole ili pružanjem informacija o dostupnim organizacijama i institucijama koje navedeno pružaju.	U najkraćem mogućem roku
Osigurati redovitu međuresornu suradnju usmjerenu na reduciranje rizičnih i jačanje zaštitnih čimbenika pozitivnog i prosocijalnog ponašanja u užem i širem školskom okruženju.	Kontinuirano
O svakoj zaprimljenoj prijavi, odnosno obavijesti o nasilju među djecom i mladima voditi odgovarajuće evidencije zaštićenih podataka, te evidentirati i bilježiti svako postupanje.	Kontinuirano
Praćenje osiguravanja pomoći i podrške djeci žrtvama i počiniteljima nasilja.	Kontinuirano

# Smjernice o postupanju u slučajevima elektroničkog nasilja za roditelje

Koraci postupanja	Rok
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. U slučaju saznanja o postojanju elektroničkog nasilja poduzeti sve potrebne mjere da se nasilje prekine, a dijete zaštititi (npr. prijava neprimjerenog sadržaja, pohrana dokaza i drugo).</li> <li>2. Odazvati se na individualni i grupni razgovor s nastavnim i stručnim osobljem škole/ ustanove socijalne skrbi ili druge institucije/organizacije u okviru koje postoji sumnja da je njihovo dijete žrtva ili počinitelj elektroničkog nasilja.</li> <li>3. Sudjelovati u individualnim i grupnim razgovorima s djetetom, nastavnim i stručnim osobljem te razgovorima u koje su uključeni i drugi roditelji.</li> <li>4. Sudjelovati u izradi individualnog plana postupanja u slučaju elektroničkog nasilja.</li> <li>5. Pružiti djetetu potrebnu pomoć i podršku, poticati ga na izražavanje mišljenja, poticati ga na preuzimanje odgovornosti za svoje postupke, poticati nenasilno rješavanje sukoba.</li> <li>6. Podržati uključivanje djeteta u individualni i grupni tretmanski rad.</li> <li>7. Prema potrebi i procjeni stručnjaka osigurati stručnu pomoć i podršku djetetu izvan škole ili ustanove socijalne skrbi.</li> <li>8. Uspostaviti aktivnu i redovitu suradnju sa stručnim djelatnicima odgojno – obrazovnih ustanova, ustanova socijalne skrbi i zdravstvenih ustanova, u provođenju tretmana koji je u najboljem interesu djeteta.</li> <li>9. Vlastito uključivanje u individualni i grupni rad s ciljem unaprjeđenja svojih roditeljskih kompetencija, dobivanja potrebne podrške i pomoći djetetu i stjecanja boljeg uvida u djetetove potrebe i način funkcioniranja.</li> </ol>	<p>U rokovima poziva ili dogovora termina s nadležnim službama</p>



# Obiteljski ugovor

Obiteljski ugovor je odličan način za započeti razgovor u obitelji o sigurnom i odgovornom korištenju interneta i način za postaviti jasna očekivanja i granice.

Koristite ovaj predložak kako biste imali svoj pisani ugovor.

Zašto ne izložiti ovaj ugovor npr. na hladnjaku ili na oglasnoj ploči?

## Slažemo se da ćemo:

Npr. biti ljubazni i poštivati druge online

## Kako to radimo?

Npr. objavljujemo samo primjerene komentare

## Što se događa ako netko ne poštuje dogovor?

## Koliko ugovor vrijedi i kada ga treba prilagoditi?

### Top savjeti

- I odrasli i djeca trebaju biti otvoreni mjenjati svoje ponašanje na internetu prema ovom ugovoru
- Pripazite na ovo - usmjeravate li se na neprimjereno ponašanje ili hvalite primjereno?
- Osigurajte da se ugovor može primjeniti na cijelu obitelj i da su svi s njim zadovoljni.
- Ako bude potrebe, prilagodite ugovor u budućnosti. On treba odražavati pravo stanje u obitelji i biti primjeren uzrastu članova vaše obitelji.

### Potpisi: