



“Sigurna mreža: Osnaživanje kompetencija roditelja, skrbnika i djece za sigurno ponašanje na Internetu” -

rezultati istraživanja, izvješće i preporuke



1.UVOD

U današnjem digitalnom dobu internet zauzima ključno mjesto u životima djece i mladih. Djeca od najranije dobi koriste digitalne alate i društvene mreže, nerijetko bez potpune svijesti o rizicima koje donosi digitalno okruženje. Roditelji, skrbnici i stručnjaci suočeni su s izazovima kako im osigurati digitalnu sigurnost, a istovremeno im omogućiti da razvijaju digitalne kompetencije važne za obrazovanje i život.

Upravo iz tih razloga provedeno je istraživanje s ciljem boljeg razumijevanja digitalnih navika, iskustava i potreba djece i mladih, kako bi se osmislile ciljanje edukativne aktivnosti i programi podrške za sve dionike u odgojno-obrazovnom procesu i sustavu socijalne skrbi.

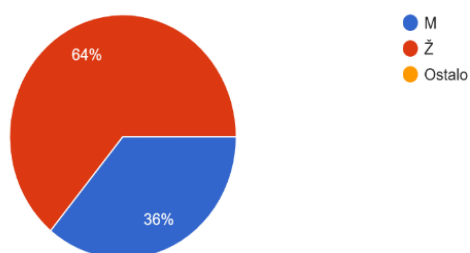
2.PODACI O ISTRAŽIVANJU

Istraživanje je provedeno pomoću strukturiranog upitnika koji je uključivao kvantitativna i kvalitativna pitanja, a dopunjeno je analizom slobodnih odgovora, komentara i razgovora sa sudionicima.

2.1.Distribucija prema spolu sudionika istraživanja

U istraživanju je sudjelovalo **25** djece i mladih, od čega je **64 % djevojčica i 36 % dječaka**.

1.Spol:
25 odgovora



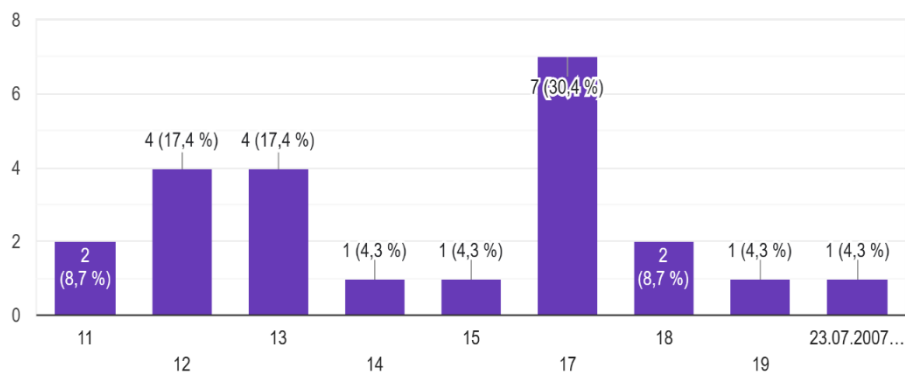
2.2.Distribucija prema dobi

Dob sudionika je u rasponu od **11 do 19 godina**. Najveći broj sudionika ima 17 godina (32 %), a slijedi skupina djece od 12 godina (20 %). Oko 60 % ispitanika je u dobi između 12 i 17 godina, što obuhvaća viši osnovnoškolski i srednjoškolski uzrast.



2.Dob

23 odgovora



Dob Broj djece Postotak

11	2	8%
12	5 (4 + 1)	20%
13	4	16%
14	2 (1 + 1)	8%
15	1	4%
17	8	32%
18	2	8%
19	1	4%

UKUPNO 25 100%

Na temelju grafikona i dodatnih informacija vidljivo je da dvije sudionice nisu unijele dob (djevojčice od 12 i 14 godina), a jedan unos (23 godine) pogrešno je interpretiran zbog upisa prvo datuma rođenja (23.07.2025.), pa potom dobi.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Dobna prilagodba sadržaja** – S obzirom na to da većinu sudionika čine djeca i mladi između 12 i 17 godina, preporučuje se izrada materijala prilagođenih srednjoškolskom uzrastu, uz dodatna pojašnjenja i podršku za mlađe (11–13 godina).
- **Interaktivnost i jezik mladih** – Teme poput groominga, sextinga, trollinga i online manipulacije važno je obraditi koristeći blizak jezik i participativne metode (npr. igranje uloga, kvizovi, rasprave u parovima, radionički plakati).
- **Individualna i razvojno osjetljiva podrška** – Posebnu pažnju treba posvetiti osjetljivijim temama poput dijeljenja intimnog sadržaja, osobito kod mlađih sudionika (11-13 godina) koji možda nemaju razvijen osjećaj za posljedice takvog ponašanja.



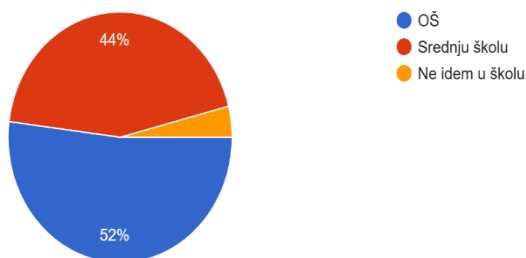
- **Uključivanje perspektive sudionika** – U osmišljavanju i provedbi radionica preporučuje se korištenje izjava, komentara i prijedloga koje su djeca navela tijekom istraživanja, čime se jača osjećaj uključenosti i autentičnosti sadržaja te doprinosi većem angažmanu.

2.3. Struktura sudionika prema obrazovanju

Od ukupno 25 sudionika:

- **1 mladić (4 %) pohađa fakultet.**
- **52 % sudionika ide u srednju školu** → što čini **13 učenika.**
- **44 % sudionika ide u osnovnu školu** → **11 učenika.**

3. Pohađam:
25 odgovora



Većina sudionika (52 %) je srednjoškolskog uzrasta, što je u skladu s činjenicom da je najzastupljenija dob 17 godina. Značajan dio (44 %) još pohađa osnovnu školu – uglavnom su to djeca između 11 i 14 godina. Samo jedan sudionik je izvan školskog sustava za djecu i mlade – već na fakultetu, ali još uvijek uključen u temu online sigurnosti.

📌 Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

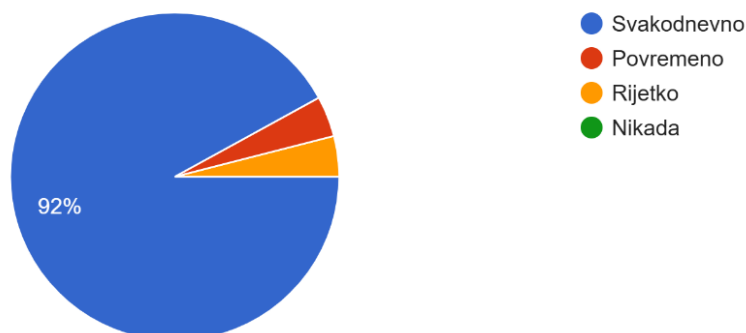
- **Materijali za srednjoškolce kao temelj**, jer čine većinu uzorka – teme poput sextinga, digitalnog identiteta, internetskog zlostavljanja među vršnjacima i emocionalnog utjecaja društvenih mreža trebaju biti obrađeni detaljno i kroz diskusiju, primjere i refleksivne aktivnosti.
- **Posebna prilagodba za osnovnoškolce** – posebno uzrast 11–13 godina: kraći i jasniji sadržaji, više ilustracija i praktičnih primjera, manji naglasak na seksualizirani sadržaj, a više na opću sigurnost, granice i povjerenje.
- **Napredno-modularni pristup** – za pojedince starije od 17 godina (uključujući i onog koji je već na fakultetu) može se razraditi dodatni modul koji se bavi temama poput zakonskih okvira, odgovornosti u online komunikaciji, zaštite osobnih podataka, digitalnog traga i profesionalne reputacije.



2.4. Učestalost korištenja interneta

Većina djece i mladih (92 %) koristi internet **svakodnevno**, što jasno potvrđuje koliko je digitalni svijet sastavni dio njihovih života. Nitko nije naveo da **nikada ne koristi internet**, a samo dvoje ih koristi **rijetko ili povremeno** – što ukazuje na visoku digitalnu povezanost grupe. Ovi podaci podupiru potrebu za **edukacijom o sigurnosti na internetu** jer većina djece gotovo svakodnevno izlaže sebe potencijalnim digitalnim rizicima.

4. Internet koristim:
25 odgovora



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Polaziti od stvarnih iskustava i navika** – budući da gotovo svi koriste internet svakodnevno, radionice mogu uključivati pitanja i aktivnosti koje se odnose na njihove stvarne rutine (npr. „*Što prvo otvoriš kad ideš online?*“).
- **Pristup kroz kritičko razmišljanje** – djeca mogu analizirati vlastite navike i osvijestiti gdje su najizloženiji riziku (npr. društvene mreže, komunikacija s nepoznatima, igre s chat opcijama, TikTok izazovi).
- **Nema potrebe za osnovama – već za dubinskim sadržajem** – budući da svi koriste internet, fokus treba biti na **digitalnoj pismenosti, emocionalnom utjecaju interneta, prepoznavanju manipulacije i granicama online ponašanja**, a ne na tehničkim osnovama (npr. što je internet).

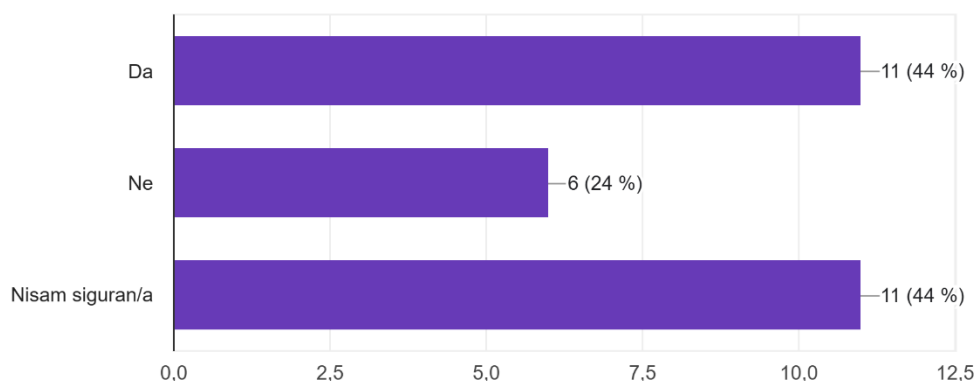


- Razraditi „digitalne situacije iz stvarnog života“** – npr. stvarni scenariji koji uključuju sexting, lažne profile, viralne izazove, group chatove s vrijeđanjem, širenje fotografija bez pristanka itd.

2.5. Odnos djece prema internetu – „Bi li ti bilo teško živjeti bez interneta?“

5. Bilo bi mi teško živjeti bez pristupa Internetu:

25 odgovora



Iz grafikona je vidljivo da 44% djece i mladih kaže da bi im bilo teško živjeti bez pristupa internetu, 44% nije sigurno dok 24% kaže da im ne bilo teško. Detaljnijom analizom pojedinačnih odgovora te individualnih razgovora dobiveni su sljedeći rezultati.

Odgovor	Broj djece	Postotak (od 25)
Da, bilo bi mi teško	8	32 %
Nisam siguran/na	10	40 %
Ne, ne bi mi bilo teško	4	16 %
Da i ne (dvojaki odgovor)	2	8 %
Da i nisam siguran/na	1	4 %
Ukupno	25	100 %

32 % djece jasno osjeća da bi im bilo teško bez interneta, što pokazuje značajnu povezanost s digitalnim svijetom. **40 % nije sigurno** – što ukazuje na neodlučnost i potrebu za osvještavanjem vlastitih digitalnih navika i emocija vezanih uz internet. **16 % djece smatra**



da im ne bi bilo teško živjeti bez interneta, što ukazuje na određeni stupanj neovisnosti ili manje emocionalne povezanosti. Ostatak (12 %) daje mješovite odgovore, što dodatno potvrđuje kompleksnost odnosa prema internetu.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Poticati djecu na razmišljanje** o svojoj ovisnosti ili povezanosti s internetom (aktivnosti poput dnevnika bez interneta, rasprava o prednostima i manama internetske povezanosti)
- **Rad s neodlučnima (40 %)** – koristiti kreativne i refleksivne vježbe za razumijevanje vlastitih osjećaja i navika (pisanje, crtanje, dramske igre).
- **Promicati digitalni balans** - upoznavanje s pojmom digitalne detoksikacije i postavljanje granica u korištenju interneta.
- **Osvještavati emocije vezane za internet** (kako internet utječe na njihovo raspoloženje, odnose i svakodnevni život)

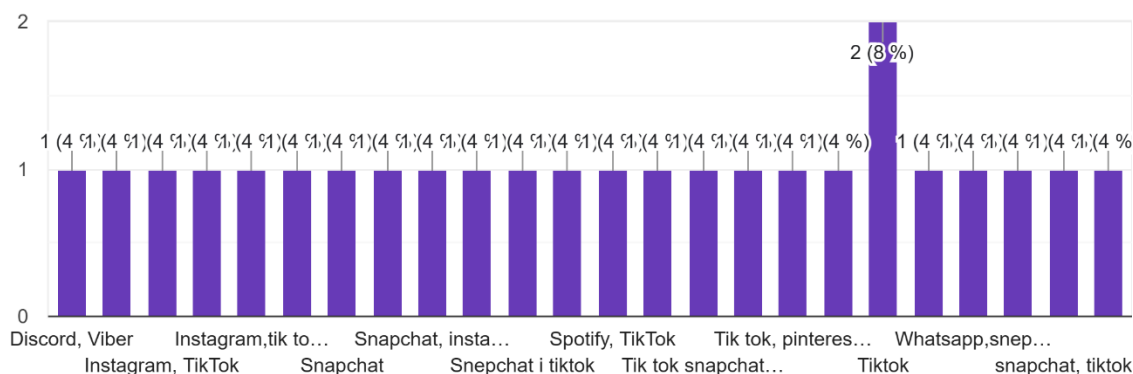
2.6. Najčešće korištene društvene mreže

Na temelju grafikona koji prikazuje odgovore na pitanje "**Najčešće koristim ove društvene mreže**", ukupno je 25 odgovora, a analizom smo došli do podatka koliko puta se pojavljuje svaka društvena mreža, te izračunali broj djece i postotak za svaku mrežu.

Napomena: Jedan odgovor može sadržavati više mreža (npr. "Instagram, TikTok"), pa je moguće da zbroj postotaka bude veći od 100%.

6. Najčešće koristim ove društvene mreže.

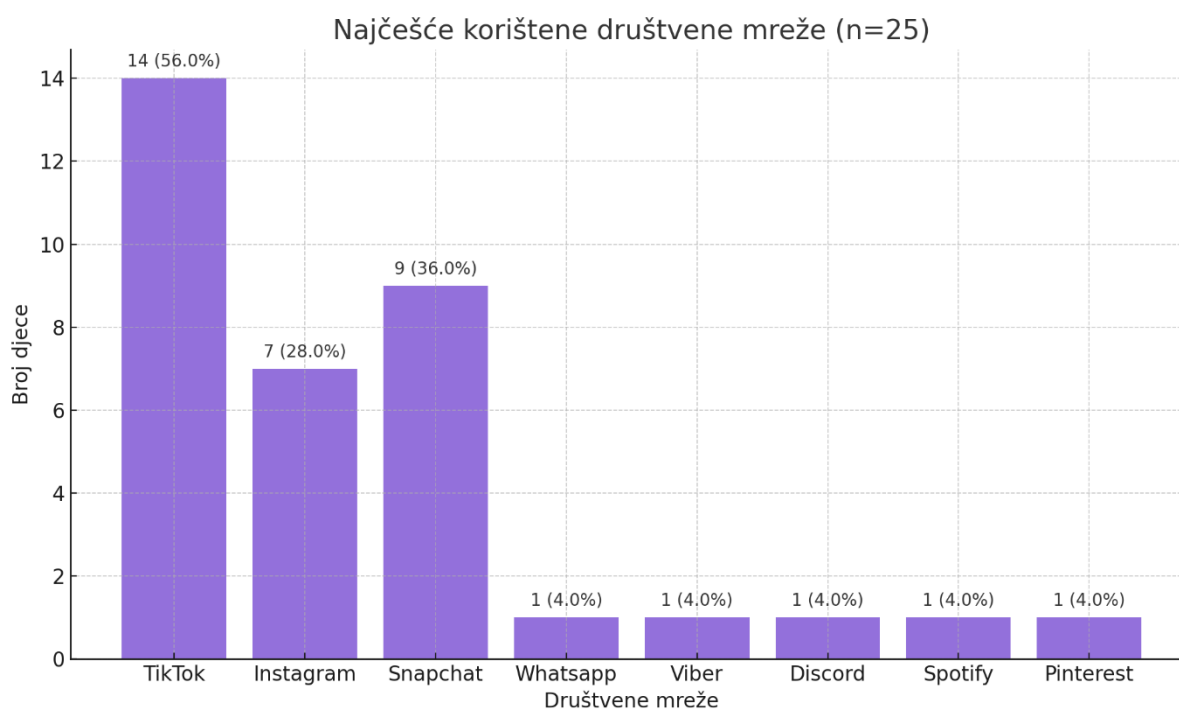
25 odgovora



Broj korištenja i postotak po društvenoj mreži:



- **TikTok** – pojavljuje se 14 puta
→ $14/25 = 56\%$
- **Snapchat** – 9 puta
→ $9/25 = 36\%$
- **Instagram** – 7 puta
→ $7/25 = 28\%$
- **Whatsapp** – 1 puta
→ $1/25 = 4\%$
- **Viber** – 1 puta
→ $1/25 = 4\%$
- **Discord** – 1 puta
→ $1/25 = 4\%$
- **Spotify** – 1 puta
→ $1/25 = 4\%$
- **Pinterest** – 1 puta
→ $1/25 = 4\%$



Evo grafikona koji prikazuje koliko djece koristi pojedinu društvenu mrežu, uz broj i postotak:

- **TikTok:** 14 djece (56%)
- **Snapchat:** 9 djece (36%)
- **Instagram:** 7 djece (28%)



- **Whatsapp, Viber, Discord, Spotify, Pinterest:** po 1 dijete (4%)

TikTok je uvjerljivo najkorištenija platforma – više od polovice djece (56 %) navelo ga je kao jednu od najčešće korištenih mreža. **Snapchat (36 %) i Instagram (28 %) također su vrlo prisutni**, što je u skladu s trendovima među tinejdžerima – naglasak je na vizualnoj i kratkoj komunikaciji. **WhatsApp, Viber, Discord, Spotify i Pinterest** se spominju znatno rjeđe (po 4 %), što može ukazivati da su prisutni kod pojedinaca, ali nisu dominantni u grupi.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

TikTok, Snapchat i Instagram su ključne mreže kroz koje djeca komuniciraju, prate sadržaj i/ili objavljuju vlastiti. Edukativni sadržaji, prevencija online nasilja i digitalna pismenost **moraju se vezati uz konkretne primjere s tih mreža** – jer su one svakodnevno iskustvo. Rijetka prisutnost **Vibera, Discorda i Pinteresta** može ukazivati na specifične interese (gaming, kreativni sadržaji) – korisno kod individualnog pristupa.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

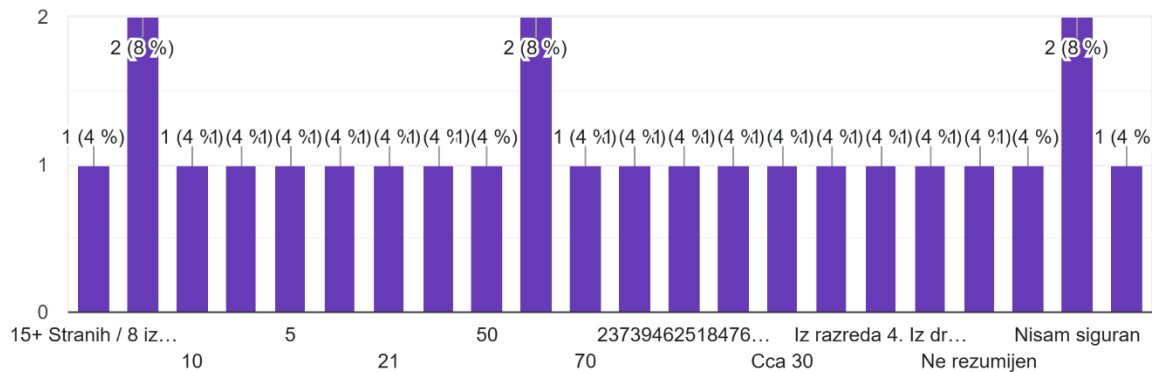
- **Koristiti stvarne primjera s TikToka i Snapchata**
- Analiza popularnih trendova, izazova i komentara – razlikovanje zabavnog, korisnog i uvredljivog sadržaja.
- Kritičko promišljanje: *"Je li sve što vidim na TikToku istinito?"*
- **Vježbati kroz simulaciju stvarnih situacija:** *"Što ako u zatvorenoj TikTok grupi netko objavi video koji ismijava drugog učenika?"*
- **Učiti kroz platforme koje svakodnevno koriste**
- Kako prijaviti neprimjeren sadržaj na Instagramu?
- Kako prepoznati manipulaciju ili lažne informacije na Snapchatu?
- **Raditi na digitalnom identitetu**
- Razvijati svijest o tome što objavljujem, tko to vidi i kako te objave oblikuju moj online ugled.
- Učiti kako odgovorno upravljati svojim digitalnim tragom i prepoznati razliku između privatnog i javnog prostora na internetu.
- Graditi pozitivan, autentičan i siguran digitalni identitet.

2.7. Broj prijatelja na društvenim mrežama – percepcija i razumijevanje djece



7. Na društvenim mrežama imam (navedi broj) prijatelja.

25 odgovora



Kategorije odgovora podijeljene su radi jasnoće na:

1. Neodređeni odgovori (subjektivni /nebrojeni- ukupno 12):

- "Nisam siguran" – 2 djece
- "Dvoje" – 2 djece
- "Jedno dijete" – 1
- "Jedno - 2 prijatelja" – 1
- "Jedno - 10" – 1
- "Jedno tri, plus jedno pet" – 1
- "Jedno iz razreda, 4 iz drugog" – 1
- "6.c ima 2" – 1
- "Jedno na Instagramu puno, i na TikToku i Facebooku malo" – 1
- "Jedno – previše" – 1

2. Konkretni brojevi (ukupno 13 učenika):

- 15 stranih + 8 iz škole -1
- 18 - 1
- 21- 1



- 30 -1
- 69 - 2
- 34 -1
- 50 - 1
- 70 -1
- 100 -1
- 500 (Instagram) 1250 (TikTok) -1
- 1820 -1
- 2373945847 (očito pretjerivanje ili šala) -1

3. Najčešći odgovori (8%):

- 50 prijatelja
- 15 stranih + 8 iz škole
- „Nisam siguran”

„Na pitanje *“Koliko imaš prijatelja na društvenim mrežama?”* djeca su dala vrlo raznolike odgovore – od konkretnih brojeva (npr. 10, 50, 70) do neodređenih izraza („nisam siguran”, „previše”) i nespecifičnih ili zbunjujućih izjava („iz razreda”, „237394...”, „ne razumijem”). Odgovori sudionika na pitanje o broju online prijatelja tako pokazuju veliku fragmentiranost.

Pojedini ispitanici navode **vrlo visoke brojeve prijatelja** (1000, 1250, 1820), što može ukazivati na prisutnost na više mreža i moguće neadekvatno upravljanje privatnošću. Drugi pak navode **vrlo male brojeve** (1–10), što može značiti ograničenu prisutnost ili veću pažnju pri prihvaćanju kontakata.

Većina odgovora pojavljuje se ipak samo jednom (4 %), što ukazuje na nesigurnost djece u broj ili prirodu svojih online kontakata. Rezultati ukazuju i na **različite razine razumijevanja i digitalne pismenosti**. Neki sudionici su **nesigurni ili zbunjeni**. "Nisam siguran", "Ne razumijem", "Ne znam" – može značiti da dijete **ne koristi društvene mreže** ili ih koristi jako malo. Također, možda **ne zna točno što znači "prijatelj" na društvenim mrežama** – nije sigurno je li to netko koga poznaje uživo ili bilo tko koga je prihvatilo. Moguće je i da ne znaju broj prijatelja ili tko im sve može vidjeti profil, što može predstavljati sigurnosni rizik. U odgovorima se pojavljuje i humor ili ironija ("previše", ekstremno veliki broj), što može ukazivati na nesigurnost ili pokušaj prikrivanja stvarnog broja. Neki imaju puno kontakata, ali to **ne znači da su to pravi prijatelji**.

Nastavno, svako dijete koristi društvene mreže na svoj način – neki se lakše povezuju, neki su oprezniji, a neki odgovaraju kroz šalu. A

! Zašto je to važno?



Razumijevanje dječjih online prijateljstava pomaže nam:

- **procijeniti razinu njihove digitalne sigurnosti,**
- **prepoznati potencijalne rizike** od kontakta s nepoznatim osobama,
- **osmišljavati edukativne programe** koji djeci pomažu razlikovati stvarne odnose od površnih ili rizičnih online veza.

Kroz **razgovor o digitalnoj sigurnosti, kritičko promišljanje i razvoj socijalnih vještina u online okruženju**, možemo djeci pomoći da se sigurnije i odgovornije snalaze na društvenim mrežama.

! Ključne smjernice:

- **Razgovarati s djecom** o tome što objavljuju i s kim se povezuju.
- **Objasniti pojmove jednostavnim jezikom** – tko je „prijatelj“, tko može vidjeti profil i kako zaštititi privatnost.
- **Jačati socijalne i komunikacijske vještine** u digitalnom okruženju.
- **Potaknuti kritičko razmišljanje** o sadržaju koji vide i dijele.

✦ Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

😊 Za djecu djecu (11–17 godina):

1. **Radionice o razumijevanju pojma „online prijatelj“:**
 - Razlikovanje **stvarnih prijatelja** od **virtualnih kontakata**.
 - Grupni rad: razvrstavanje primjera „prijatelja“ u kategorije – *poznajem uživo / poznajem samo online / ne poznajem osobno*.
 - Diskusija: *Što znači imati prijatelja na društvenoj mreži?*
2. **Digitalna pismenost i sigurnost profila:**
 - Tko sve može vidjeti tvoj profil?
 - Kako postaviti privatnost?
 - Što znači *sljediti* nekoga i što znači *prihvatiti zahtjev za prijateljstvo*?
 - Vježbe kroz simulacije: *“Je li sigurno prihvatiti ovu osobu?”*
3. **Kritičko razmišljanje o brojkama i imidžu:**
 - Zašto netko ima 1000 prijatelja, a netko 10?
 - Rasprava: *“Je li broj online prijatelja pokazatelj koliko smo voljeni/prihvaćeni?”*
 - Aktivnost: Izrada „moje mreže podrške“ – tko su moji stvarni podržavatelji (online i offline).
4. **Prepoznavanje rizičnih ponašanja i kontakata:**
 - Kako prepoznati sumnjive poruke ili osobe?
 - Kome se obratiti ako se osjećam neugodno?



- Uloga „prijatelja” u grooming strategijama – edukacija kroz strip, video ili kratku priču.
5. **Humor i ironija kao obrambeni mehanizmi:**
 - Razgovor: *Zašto se ponekad šalimo kad ne znamo odgovor?*
 - Vježba: "Što bih rekao da me netko pita koliko imam prijatelja online – a što stvarno mislim?"
 6. **Emocionalni aspekt online prijateljstva:**
 - Kako se osjećam kad imam puno prijatelja online, ali se osjećam usamljeno?
 - Krugovi povjerenja: tko su ljudi kojima mogu vjerovati?
 7. **Razvoj socijalnih i komunikacijskih vještina:**
 - Učenje kako graditi kvalitetne odnose online.
 - Simulacije poruka: *"Kako odbiti nepoznatu osobu na mreži – pristojno, ali odlučno?"*



Dodatne preporuke:

- Koristiti **vizualne i interaktivne metode** (npr. kvizovi, kartice, digitalni stripovi).
- **Uključiti iskustva djece** – kroz anonimne primjere, stvarne situacije i njihove izjave.
- Naglasak na **refleksiji i samoprocjeni** – *Kako ja koristim društvene mreže?*
- Razviti **materijale za roditelje i nastavnike** koji će im pomoći u prepoznavanju potencijalnih rizika.



Za učitelje, stručnjake pomagačkih profesija i roditelje

- **Kako razgovarati s djecom o online prijateljstvima**, koje alate koristiti za provjeru postavki privatnosti, kako prepoznati znakove preopterećenosti ili zlostavljanja.
- **Pojašnjenje pitanja u budućim anketama:**
Pitanje može biti zbunjujuće ako nije jasno što se misli pod "prijatelj" – treba razjasniti misli li se na npr. "Facebook prijatelje", "pratitelje na Instagramu", "prijatelje u igrama" i slično.
- **Radionica o digitalnoj pismenosti i upravljanju kontaktima:** Objasniti razliku između „prijatelja“ na mreži i stvarnih prijateljstava. Razvijati kritički pristup: *Tko su ti ljudi? Poznajem li ih osobno?*
- **Povećati osviještenost o privatnosti:** - Djeca s velikim brojem online prijatelja mogu biti izložena rizicima (npr. neželjenim porukama, online predatorima)./Uvesti aktivnosti kroz koje učenici uče kako postaviti privatnost na mrežama (npr. Instagram, TikTok, Facebook).
- **Poticati samorefleksiju kroz diskusiju:** (Koliko online prijatelja stvarno komunicira s tobom? Što znači imati „previše“ prijatelja?)
- **Preporuka da redovito razgovaraju s djecom** o tome tko su im prijatelji na društvenim mrežama.
- **Poticati otvoren odnos** u kojem se dijete može povjeriti ako osjeti nelagodu online.
- **Razvijati kritičko razmišljanje**
– tko su ti ljudi online, poznaješ li ih?



- **Poticati otvoren razgovor**
– dijete treba znati da može reći “ne znam” ili “ne osjećam se sigurno”.
- **Pohvaliti iskrenost**
– bolje reći istinu nego dati izmišljeni broj.

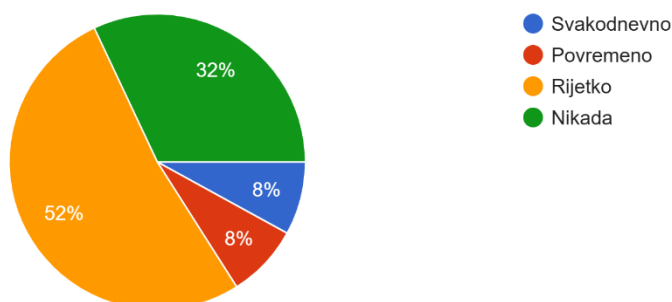
Razgovarati s djecom o tome koga imaju na društvenim mrežama.

1. **U radionici objasniti što su društvene mreže** – i tko su "prijatelji" online.
2. **Pomoći djeci da nauče gledati broj prijatelja** (npr. na Instagramu, TikToku).
3. **Poticati djecu da postavljaju pitanja** kad nešto ne razumiju.
4. **Pohvaliti iskrenost** – jer reći "ne znam" je bolje nego izmisliti broj.
5. **Učiti djecu kako postaviti privatnost** na Instagramu, TikToku i drugim mrežama.
6. **Radionice** u školi na temu: *Tko su moji online prijatelji i kako biti siguran na mreži.*

2.8. Učestalost komuniciranja s nepoznatim osobama putem društvenih mreža mrežama

Samo 8 % djece svakodnevno komunicira s nepoznatim osobama, što je mali, ali značajan udio s obzirom na moguće rizike (grooming, manipulacija, lažne identitete). **Još 8 % to čini povremeno**, što znači da ukupno **16 % djece barem povremeno ulazi u online kontakte s nepoznatima**.

8. Komunicirao/la sam s nepoznatom osobom putem društvenih mreža.
25 odgovora



Većina djece (52 %) komunicira rijetko, što može značiti da se kontakt događa pasivno ili iz znatiželje, ali nije redovit. **Trećina (32 %) kaže da nikad ne komunicira s nepoznatima**, što je pozitivan pokazatelj, iako uvijek treba provjeriti što djeca podrazumijevaju pod „nepoznate osobe“.



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Radionica o online komunikaciji:**
 - Razlika između poznatih i „polupoznatih“ osoba – kad netko zna tvoj nadimak ili ime s Instagrama, ali ga nikad nisi upoznao/la uživo.
 - Što učiniti kad te kontaktira nepoznata osoba? Kako reagirati?
- **Upoznavanje s pojmom groominga i manipulacije:**
 - Prikaz tipičnih strategija kojima se odrasli predstavljaju kao vršnjaci.
 - Vježbe prepoznavanja sumnjivih poruka.
- **Sigurnosne postavke i privatnost profila:**
 - Kako podesiti profil da bude „zatvoren“ za nepoznate osobe.
 - Što znači dijeliti lokaciju, slike, emocije s nekim koga ne poznaješ?
- **Diskusija:**
 - Zašto neka djeca ipak komuniciraju s nepoznatima? Što ih potiče – dosada, znatiželja, potraga za podrškom?

Za djecu (11–17 godina):

1. **Radionica: “Tko su nepoznate osobe na internetu?”**
 - Vježba: *Prepoznaj nepoznatu osobu* – prikaz različitih profila (npr. lažni profil vršnjaka, influencer, osoba bez slike...).
 - Diskusija: *Što za tebe znači ‘nepoznata osoba’?*
2. **Scenariji i simulacije: “Što bi učinio/la da ti se javi netko koga ne poznaješ?”**
 - Rad u paru ili grupi – analiziranje situacija i odlučivanje o sigurnim reakcijama.
 - Učenje “*zlatnog pravila*”: *ne dijelim osobne podatke – ni iz znatiželje, ni iz pristojnosti.*
3. **Grooming i manipulacija – prepoznaj rane znakove**
 - Strip/animacija s prikazom grooming strategija.
 - Kratki video slučaj + rasprava: *Zašto netko skriva pravi identitet?*
4. **Vježba “5 pitanja prije nego odgovoriš”**
 - Kroz kartice ili poster: tko, zašto, što želi, kako se osjećam, komu se mogu obratiti?
5. **Sigurna komunikacija**
 - Kako koristiti opcije blokiranja, prijave profila, i tko su sigurni odrasli u njihovom okruženju.
6. **Emocionalna sigurnost i digitalna hrabrost**
 - Razvijanje samopouzdanja za reći “ne”, prijaviti sumnjiv sadržaj i obratiti se odraslama.
 - Igrifikacija: “*Heroj online sigurnosti*” – učenici osvajaju bodove za sigurna ponašanja u simulacijama.

Za učitelje, stručnjake pomagačkih profesija i roditelje:



1. **Informativna radionica: “Kako djeca koriste društvene mreže i s kim komuniciraju?”**
 - Pregled najčešćih platformi, funkcija chata i mogućnosti skrivanja identiteta.
 - Upoznavanje s groomingom i načinima manipulacije djece.
2. **Kako prepoznati znakove da dijete komunicira s nepoznatima?**
 - Promjene u ponašanju, tajnovitost, emocionalne reakcije nakon korištenja interneta.
3. **Povjerenje i otvoreni razgovor s djecom**
 - Kako postavljati pitanja bez osude (npr. “*Je li ti se ikad javila osoba koju ne poznaješ?*”).
 - Kako reagirati ako dijete kaže da komunicira s nepoznatima.
4. **Praktični savjeti za roditeljski nadzor i podršku:**
 - Korištenje postavki privatnosti i kontrole sadržaja.
 - Postavljanje kućnih pravila za sigurno korištenje interneta.
5. **Vježba s roditeljima/učiteljima/ stručnjake pomagačkih profesija “Zamijenimo uloge”**
 - Roditelj glumi dijete, a dijete glumi roditelja – kako bi bolje razumjeli perspektivu druge strane.
6. **Dvosmjerni vodič: “Dogovor o sigurnoj upotrebi interneta”**
 - Izrada zajedničkog plana – *kada, kako i s kim se koristi internet.*
 - Poticanje povjerenja i odgovornosti, umjesto nadzora iz straha.

Ključne poruke za sve skupine:

- Nepoznate osobe online mogu biti opasne, bez obzira na to kako izgledaju ili što govore.
- Djeca trebaju znati da **nije sramota** prijaviti neugodan kontakt.
- Roditelji i djeca trebaju **zajedno graditi sigurnost**, kroz razumijevanje, komunikaciju i konkretne alate.

2.9. Učestalost objavljivanja svojih fotografija na društvenim mrežama

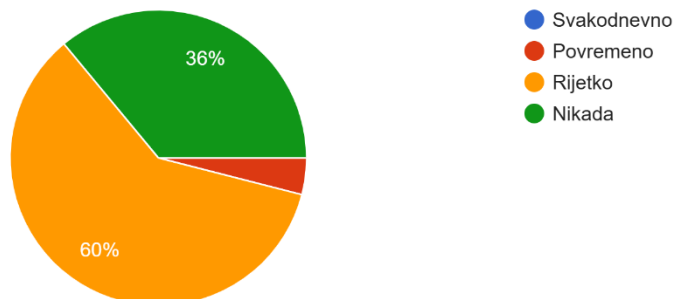
Nitko od ispitanika ne objavljuje slike svakodnevno, što je zanimljivo s obzirom na to koliko su djeca prisutna na društvenim mrežama poput TikToka i Instagrama. **Najveći broj djece (60 %) slike objavljuje rijetko**, što može upućivati na oprez, nesigurnost, manjak interesa ili više pasivno korištenje mreža (gledanje sadržaja drugih).

36 % ih objavljuje povremeno, što bi moglo značiti objave u posebnim prilikama (rođendani, izlasci, selfieji...). **Oprez ili niska učestalost objavljivanja** može biti i rezultat svijesti o privatnosti, straha od osude ili neugodnih komentara.



9. Objavio/la sam svoju sliku na društvenim mrežama.

25 odgovora



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Radionica: „Tko vidi tvoje objave?“**
 - Što sve netko može zaključiti iz tvojih objava?
 - Tko ima pravo spremati, proslijediti ili komentirati tvoju sliku?
- **Diskusija o digitalnom identitetu:**
 - Što želim pokazati o sebi online?
 - Kako me drugi vide na temelju onoga što objavljujem (ili ne objavljujem)?
- **Kritičko promišljanje o društvenim mrežama:**
 - Što sve stoji iza „uređenih“ slika na mrežama?
 - Tlak da izgledaš savršeno vs. autentičnost.
- **Povezivanje s temom online sigurnosti:**
 - Kako netko može zloupotrijebiti objavlvenu sliku?
 - Zašto je važno postaviti privatnost profila?

Za djecu (11–17 godina):

1. Radionica: „Tko vidi tvoje objave?“

- Interaktivna igra: *Pogodi publiku* – prikaz raznih postavki privatnosti (javni, prijatelji, prijatelji prijatelja...) i rasprava o tome tko sve zaista vidi objavu.
- Primjeri iz stvarnog života (npr. *„Prijatelj je screenshotao i poslao dalje“*).

2. Vježba: „Što sve netko može zaključiti iz tvoje slike?“

- Analiza stvarnih (anonimiziranih) slika: što se može saznati o osobi (mjesto, navike, imovinsko stanje, emocije...).
- Razgovor: *„Što ne bih želio/željela da drugi znaju o meni?“*

3. Diskusija: „Kako me drugi vide na temelju objava (ili tišine)?“

- Rad u grupama: crtanje *digitalne maske* – što prikazujem vs. što zapravo jesam.



- Rasprava o *tišini* – neobjavljivanje kao izbor, strah ili znak neinteresa.

4. Radionica o digitalnom identitetu: “Tko sam ja online?”

- Vježba: napiši 3 riječi koje želiš da te opisuju na mreži.
- Usporedba s postojećim objavama – odgovaraju li toj slici?

5. Tlaka društvenih mreža: savršen izgled vs. autentičnost

- Analiza prije/poslije slika influencera.
- Diskusija: *Je li bolje biti „cool“ ili svoj/a?*

6. Online sigurnost: “Što sve netko može napraviti s tvojom slikom?”

- Kratka priča ili video slučaj: manipulacija slikama (npr. lažni profil, širenje bez pristanka).
- Kako reagirati ako se slika zloupotrijebi?
- Postavljanje pravila: *kada dijelim, s kim i što.*



Za roditelje:

1. Radionica: „Moje dijete i objavljivanje na društvenim mrežama”

- Prikaz statistike (kao ova tvoja) – koliko djece objavljuje rijetko, povremeno, nikako.
- Rasprava o razlozima za (ne)objavljivanje: oprez, nesigurnost, privatnost.

2. Vježba: “Kako bi reagirao/la da tvoje dijete objavi ovu sliku?”

- Analiza primjera: prikladnost, kontekst, emocije.
- Rasprava o generacijskim razlikama u poimanju “privatnog” i “javnog”.

3. Digitalni identitet djece – što možemo učiniti kao roditelji?

- Kako razgovarati s djetetom o slici koju želi objaviti – bez zabrana, s razumijevanjem.
- Uloga roditelja kao modela – kako mi sami koristimo društvene mreže?

4. Sigurnost objava – konkretni alati:

- Kako pomoći djeci postaviti postavke privatnosti.
- Razlika između “brisanja slike” i “brisanja posljedica”.




Ključne poruke za obje skupine:

- **Neobjavljivanje je također aktivan izbor.**
- Objavljene slike postaju dio našeg **digitalnog identiteta**, koji netko drugi može tumačiti ili zloupotrijebiti.
- **Privatnost, autentičnost i sigurnost** su povezani i jednako važni.
- **Otvoren razgovor** bez osude gradi povjerenje i sigurnost kod djece.



Radionica za učitelje i stručnjake pomagačkih profesija

„Digitalni identitet učenika: uloga škole i stručnjaka pomagačkih profesija“



1. Uvod: Koliko djeca objavljuju online?

-  **Statistički uvod:** prikaz postotaka učenika koji:
 - redovito objavljuju slike
 - povremeno objavljuju
 - nikada ne objavljuju
- Diskusija: što te brojke znače za nas u školskom kontekstu?


2. Razumijevanje motiva učenika

-  Grupna rasprava:
 - Zašto djeca objavljuju ili ne objavljuju?
 - Uloga vršnjačkog pritiska, samopouzdanja, identiteta.
 -  Aktivnost: analizirajte 3 primjera objava – koje bi izazvale zabrinutost, koje ne?



3. Kako podržati digitalnu pismenost u školi?

-  Ključne teme:
 - Razlika između privatnog i javnog prostora online
 - Učenje kroz razgovor, ne kroz zabrane
 - Razvoj kritičkog razmišljanja kod djece o objavljivanju
-  Vježba: kreirajte mini-lekciju za učenike na temu „Kako prepoznati rizičnu objavu?“


4. Učitelj kao model ponašanja

-  Refleksija: Kakve poruke učenici dobivaju iz našeg ponašanja na internetu?
- Diskusija: treba li učitelj imati otvorene profile? Što učenici mogu vidjeti?

5. Praktični alati i strategije

-  Kako objasniti postavke privatnosti učenicima?
-  Razlika između „brisanja slike“ i „brisanja digitalnog traga“.



-  Radionica: „Checklista“ za učenike prije objave – što bi trebali razmisliti?

Završna poruka:

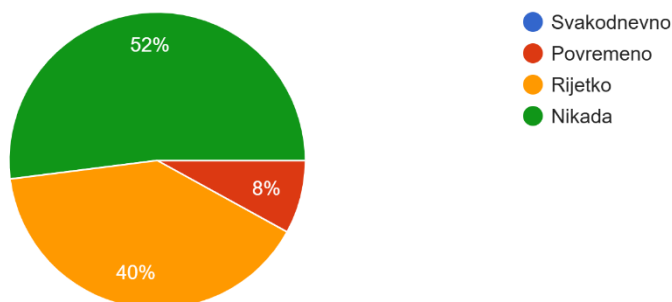
- Digitalna pismenost i identitet su odgovornost svih – roditelja, učitelja i zajednice.
- Povjerenje, autentičnost i otvoren razgovor su temelj sigurnosti djece online.
- Prevencija i edukacija bolje su od zabrana i kontrole.

2.10. Učestalost objavljivanja fotografija svojih prijatelja na društvenim mrežama

Većina djece (52%) **nikada ne objavljuje slike svojih prijatelja**, a dodatnih 40% to čini **vrlo rijetko**. Samo **manjina (8%)** povremeno objavljuje takve slike, dok **nitko to ne čini svakodnevno**.

Ovi podaci ukazuju na visoku razinu opreza ili svijesti među djecom u vezi s privatnošću i dijeljenjem tuđih fotografija na internetu. To može biti rezultat edukacije, roditeljskog nadzora ili vršnjačkih normi. U kontekstu radionica o sigurnosti na internetu, ovaj rezultat je ohrabrujući pokazatelj – no i dalje vrijedi dodatno osnaživati djecu u promišljanju prije objave sadržaja koji uključuje druge osobe.

10. Objavio/la sam sliku svojih prijatelja na društvenim mrežama.
25 odgovora



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Naglasiti važnost poštivanja privatnosti drugih**
Potaknuti djecu da uvijek traže dopuštenje prije objave slika prijatelja ili drugih osoba, naglašavajući kako je to pokazatelj poštovanja i povjerenja.
- **Razvijati svijest o posljedicama objave tuđih fotografija**
Objasniti moguće negativne posljedice nepromišljenog dijeljenja, kao što su



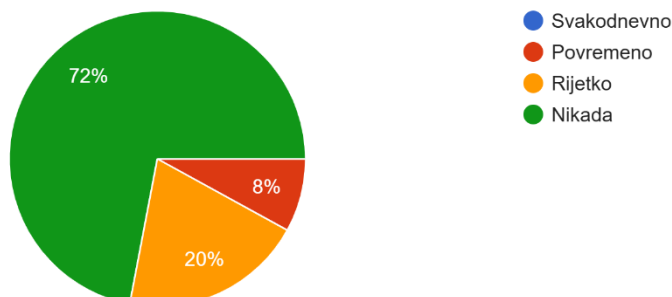
narušavanje privatnosti, potencijalno zlostavljanje ili neželjena eksponiranost na internetu.

- **Poticanje odgovornog ponašanja i samoregulacije**
Podučavati djecu da razmisle o tome tko može vidjeti slike i kako bi se osobe na slikama mogle osjećati, te da procijene je li objava zaista potrebna.
- **Uključiti roditelje i vršnjake u edukaciju**
Osigurati da i roditelji te vršnjačke skupine razumiju važnost privatnosti i potiču djecu na odgovorno dijeljenje sadržaja.
- **Korištenje interaktivnih metoda i konkretnih primjera**
Kroz radionice koristiti igre, scenarije i razgovore o stvarnim situacijama kako bi djeca bolje razumjela i internalizirala ove poruke.
- **Redovito podsjećati i osvježavati znanja**
Uvesti redovite teme o privatnosti i sigurnosti na internetu u školske programe i radionice, jer su tehnologije i navike stalno u promjeni.

2.11. Učestalost davanja svoje lozinke prijateljima/svojim osobama

Velika većina djece (72 %) nikada ne dijeli svoju lozinku, što je vrlo pozitivan pokazatelj svijesti o digitalnoj sigurnosti. Dodatnih 20 % to čini vrlo rijetko, što može značiti u iznimnim slučajevima (npr. kad prijatelj koristi isti uređaj). Samo 8 % povremeno dijeli lozinku, što može predstavljati potencijalni sigurnosni rizik – čak i ako je to iz povjerenja prema bliskoj osobi. Nitko to ne radi svakodnevno, što ukazuje da nije riječ o navici ili rutini.

11. Poslao/la sam svoju lozinku prijatelju/bliskoj osobi.
25 odgovora



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

1. Naglasiti važnost čuvanja lozinki:



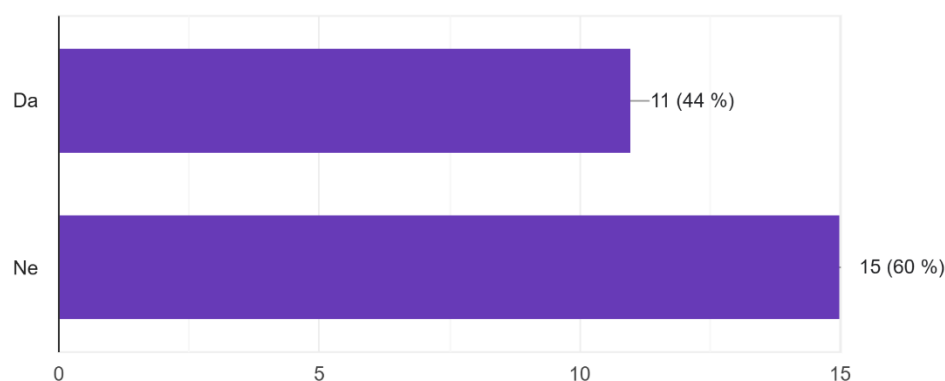
- Lozinka je poput osobnog ključa – ne dijeli se, čak ni s najboljim prijateljem.
 - Primjeri što se sve može dogoditi kad netko drugi dobije pristup (slanje poruka, mijenjanje profila, objavljivanje bez pristanka...).
2. **Radionica: „Sigurna lozinka = siguran identitet“**
 - Kako stvoriti jaku lozinku?
 - Što znači dvofaktorska autentifikacija i kako je uključiti?
 3. **Diskusija: „Zašto netko dijeli lozinku?“**
 - Je li to znak povjerenja, pritiska ili neinformiranosti?
 - Kada dijeljenje lozinke može dovesti do problema u prijateljstvu?
 4. **Radni listić: Provjeri svoje navike**
 - Kratki kviz: „Jesam li siguran/na online?“ koji uključuje i pitanja o lozinkama, privatnosti i sigurnosti.

2.12. Učestalost dijeljenja slika i/ili komentiranja drugih vršnjaka/inja u zatvorenim grupama na Instagramu, Snapchatu i/ili WhatsApp-u

Analizom odgovora uočen je **preveliki broj odgovora, odnosno jedno dijete je zaokružilo odgovore Da i Ne što ukazuje na nesigurnost, možda i na osjećaj krivnje ili nerazumijevanje konteksta.**

12. Dijelio/la sam slike ili komentirao/la druge vršnjake/inje u zatvorenom grupama na Instagramu, Snapchatu i/ili WhatsApp-u ?

25 odgovora



40 % djece priznaje da su dijelili slike ili komentirali vršnjake u zatvorenim grupama, što je važno jer takvo ponašanje može uključivati i elemente online zadirivanja, ogovaranja ili čak zlostavljanja, iako djeca to ne doživljavaju uvijek tako. 56 % kaže da to ne radi, no nije poznato jesu li svjesni što se sve računa pod „komentiranje“ ili „dijeljenje“ u tom kontekstu – moguće je da se odnosi samo na negativne komentare.



Oko **polovine djece** je uključeno u digitalne razgovore koji se tiču drugih vršnjaka – to ne znači nužno da je riječ o zlostavljanju, ali može predstavljati **rizično ponašanje** (npr. širenje tračeva, meme-ova, fotki bez pristanka).

Zatvorene grupe često stvaraju dojam sigurnosti, ali upravo u njima može doći do širenja štetnog sadržaja jer djeca imaju dojam da „nitko ne vidi“.

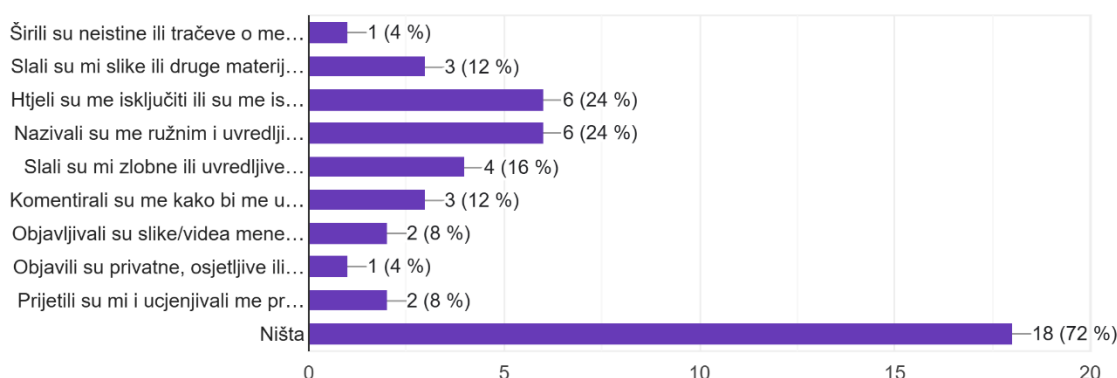
Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Radionica: „Što znači poštovati druge i online?“**
 - Rad na granici između šale i povrede: kada je humor prestao biti zabavan?
 - Primjeri iz stvarnog života: komentari bez loše namjere koji su ipak izazvali negativne posljedice.
- **Tema privatnosti i pristanka:**
 - Tko ima pravo dijeliti čiju sliku?
 - Što ako se slike dijele bez pristanka?
- **Razumijevanje grupne dinamike:**
 - Zašto u grupama kažemo nešto što ne bismo rekli uživo?
 - Kako reagirati ako vidimo da netko vrijeđa drugog?
- **Pitanje za refleksiju:**
 - „Bih li bio/la u redu da se o meni dijeli slika ili komentar u toj grupi?“

2.13. Učestalost pojavljivanja online vršnjačkog zlostavljanja

13. Što ti se od navedenog dogodilo?

25 odgovora



Najveći broj ispitanika (72 %) navodi da im se ništa od navedenog nije dogodilo, što može ukazivati na to da većina učenika u ovom uzorku nije imala iskustva s online vršnjačkim zlostavljanjem ili ne prepoznaje svoja iskustva kao zlostavljanje.

Najčešće prijavljeni oblici zlostavljanja (po 24 %, tj. 6 ispitanika) su:



- *Htjeli su me isključiti ili su me isključili iz grupe ili aktivnosti*
- *Nazivali su me ružnim i uvredljivim imenima*

Slijedeće najčešće ponašanje je *slanje zlobnih ili uvredljivih poruka* (16 %, tj. 4 ispitanika).

Ostali oblici zlostavljanja prijavljeni su u manjoj mjeri:

- *Slali slike ili druge materijale bez dozvole* (12 %)
- *Komentirali kako me ne uvažavaju ili ponižavaju* (12 %)
- *Objavljivali moje slike/video bez dozvole* (8 %)
- *Prijetili mi i ucjenjivali me* (8 %)
- *Širili neistine ili tračeve* (4 %)
- *Objavljivali moje privatne/osjetljive podatke* (4 %)

Iako većina učenika izjavljuje da nisu doživjeli zlostavljanje, **više od četvrtine (28 %, odnosno 7 učenika)** prijavljuje **neki oblik online nasilja**, što je značajan udio u kontekstu prevencije i intervencije.

Isključenje i vrijeđanje su najzastupljeniji oblici zlostavljanja, što ukazuje na potrebu za jačanjem osjećaja pripadnosti i poticanje kulture uvažavanja i poštovanja među učenicima. Neki oblici nasilja, iako manje učestali, imaju **veći potencijal za ozbiljne posljedice** (npr. prijetnje, ucjene, objava privatnih podataka), što također zahtijeva pažnju.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Radionice i edukacije** koje potiču prepoznavanje suptilnih oblika nasilja (npr. isključenje, uvrede).
- **Osnajivanje djece** da prijavljuju incidente i znaju kome se mogu obratiti.
- **Suradnja s roditeljima i učiteljima** u stvaranju sigurnog online i offline okruženja.

2.14. Izvori podrške: kome se djeca povjeravaju

Najveći broj ispitanika obratio se **prijateljima i roditeljima** (po 9 učenika, tj. **36 %**), što ukazuje na to da djeca najčešće traže podršku u svom neposrednom okruženju. 8 učenika (**32 %**) izjavilo je da **nisu doživjeli neugodno iskustvo na internetu**.

3 učenika (12 %) obratila su se:

- djevojci/dečku
- nikome (nisu se nikome povjerali)
- ili su naveli “ostalo” (nedefinirano kome).

Samo 1 učenik (4 %) obratio se:

- baki/djedu

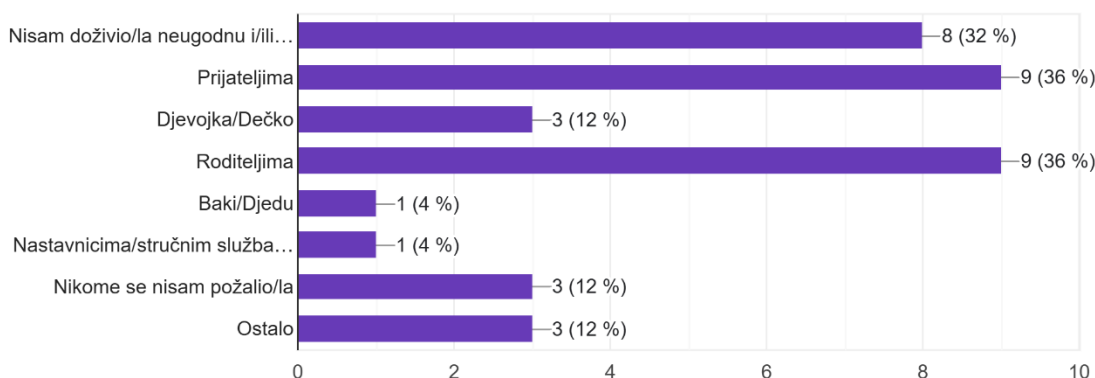


- nastavnicima ili stručnim službama.

Povjerenje u vršnjake i roditelje kao izvore podrške je snažno, što je pozitivno, ali i ograničeno ako vršnjaci nisu dovoljno informirani kako pomoći. **Vrlo mali broj učenika obraća se nastavnicima i stručnim službama**, što može ukazivati na manjak povjerenja, osjećaj srama, ili uvjerenje da im neće pomoći. **12 % učenika nije se nikome povjerilo**, što je zabrinjavajuće i sugerira potrebu za stvaranjem sigurnog prostora za razgovor.

15. Kada si doživio/la nešto što te uznemirilo na internetu, kome si se obratio za pomoć (savjet, požalio/la se i sl.)

25 odgovora



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Oснаživanje uloge nastavnika i stručnih službi:**
 - Učenike treba potaknuti da se mogu obratiti i školskim djelatnicima.
 - Moguće je organizirati radionice s primjerima situacija u kojima je škola uspješno pomogla.
- **Rad s roditeljima:**
 - Roditelje treba educirati kako reagirati smireno, podržavajuće i bez osuđivanja kada im se dijete obrati za pomoć.
 - Potaknuti otvorenu komunikaciju o digitalnom ponašanju i sigurnosti.
- **Radionice s vršnjacima:**
 - Naučiti ih kako reagirati ako im se netko požali (slušanje bez osuđivanja, prijedlog da potraže odraslu pomoć).
 - Simulirati konkretne situacije kroz dramske metode.
- **Posebna pažnja djeci koja se nikome ne povjeravaju:**
 - Uvođenje anonimnih kutija za prijavu problema ili online alata za pomoć.
 - Razgovor o emocijama i normaliziranje traženja podrške.
- **Uključivanje baka i djedova (intergeneracijska podrška):**



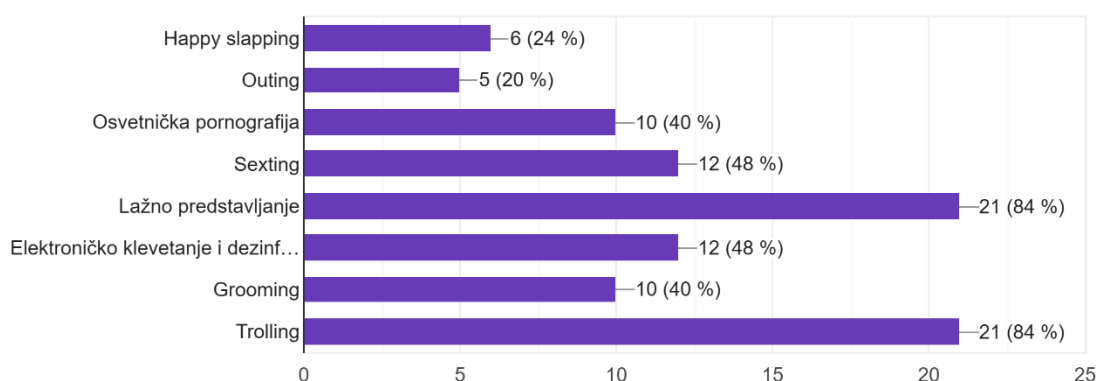
- Ako su aktivni u životima djece, mogu biti vrijedna emocionalna podrška, ali ih treba informirati o online svijetu.

2.15. Poznavanje pojmova

Pojam	Prepoznatost (%)
Lažno predstavljanje	84 %
Trolling	84 %
Sexting	48 %
Elektroničko klevetanje i dezinformiranje	48 %
Grooming	40 %
Happy slapping	24 %
Outing	20 %

15. Čuo/la za i znam što znače sljedeći izrazi.

25 odgovora



Visoka prepoznatost poznatijih pojmova (trolling, lažno predstavljanje). Ovi pojmovi često su prisutni u svakodnevnom jeziku i popularnoj kulturi, što objašnjava zašto su najprepoznatiji. No, iako ih učenici znaju imenovati, to ne znači da u potpunosti razumiju njihove posljedice i oblike.



Umjerena prepoznatost ozbiljnih pojmova (sexting, klevetanje, grooming). Oko polovice učenika zna što znače termini vezani uz seksualizirano ponašanje i štetne sadržaje, što je zabrinjavajuće jer ti oblici mogu imati ozbiljne emocionalne, socijalne i pravne posljedice. Grooming (namamljivanje djece od strane odraslih putem interneta) prepoznaje samo 40 % učenika – to je **naročito alarmantno**, jer se radi o ponašanju s potencijalno vrlo ozbiljnim posljedicama.

Vrlo niska prepoznatost specifičnih pojmova (outing, happy slapping). Happy slapping (snimanje fizičkog napada radi zabave) i outing (javna objava tuđih osobnih informacija bez pristanka, npr. seksualne orijentacije) su najmanje poznati pojmovi. Njihova neprisutnost u medijima i edukativnim sadržajima vjerojatno pridonosi toj niskoj razini svijesti.

Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:

- **Uvrstiti edukaciju o manje poznatim, ali ozbiljnim pojmovima u radionice:**
 - Posebno fokusirati na pojmove poput *grooming*, *outing*, *sexting* i *happy slapping* kroz konkretne primjere i vizualne materijale (npr. scenariji, stripovi, videi).
- **Radionice: “Znaš li što zapravo znače?”**
 - Kviz ili igra asocijacija za prepoznavanje pojmova i razumijevanje konteksta.
 - Razdvojiti pojam, primjer iz života i posljedicu.
- **Uključiti roditelje i stručne suradnike:**
 - Organizirati edukacije i informativne letke kako bi i odrasli prepoznali znakove problema poput grooming-a i sexting-a te znali kako reagirati.
- **Koristiti iskustvene metode:**
 - Učenici bolje usvajaju informacije kroz rasprave, igranje uloga i analizu situacija (“što bi ti učinio/la da...”).
- **Uspostaviti „rječnik sigurnog interneta“ u školi ili udruzi:**
 - Vizualni plakat ili digitalna brošura s definicijama i primjerima svih ovih pojmova, uz broj telefona ili kontakt osobe za pomoć.

2.16. Što bi pomoglo? Prijedlozi djece i mladih

Afirmativni odgovori (većina):

- Traženje pomoći (roditelji, psiholozi, učitelji, odrasli osobe od povjerenja).
- Razgovor kao prvi korak u rješavanju problema.
- Povlačenje s interneta na kratko / ignoriranje nasilnika.
- Ne dijeljenje intimnih sadržaja.

Neutralni/nesigurni odgovori:

- „Ne znam“, „Nezzz“, „...“, plačljiv emoji – ukazuje na emocionalnu nesigurnost ili nedostatak znanja/strategija suočavanja.



Negativni ili zabrinjavajući odgovori:

- Komentari poput „Ne jer su razmažena“ – mogu ukazivati na nerazumijevanje empatije, umanjivanje tuđih problema ili pasivno promatranje nasilja.
- Nedostatak jasnih strategija kod nekih učenika može biti rezultat izostanka sustavne edukacije o ovoj temi.

2.17. Poruka za mlade -prijedlozi djece i mladih

- Većina poruka je **empatična, ohrabrujuća i poticajna**: pozivi na oprez, samopouzdanje, obraćanje za pomoć, promišljeno ponašanje.
- Uočava se razumijevanje važnosti **sigurnosti, privatnosti i ne dijeljenja osjetljivih informacija**.
- Neki odgovori su šaljivi ili neozbiljni („Gen beta“, „Hej mali“), što ukazuje na potrebu diferenciranog pristupa – dio učenika ne percipira rizike ozbiljno.

2.18. Poruka za odrasle - prijedlozi djece i mladih

- Pozivi na **više razgovora i razumijevanja**: učenici žele da ih se ne osuđuje, već da im se vjeruje i pruži podrška.
- Kritički komentari prema roditeljima i odgojiteljima („Nemojte imat djecu ako ih ne znate odgojiti“) ukazuju na moguće negativne iskustva s nerazumijevanjem i nedostatkom empatije.
- Većina odgovora izražava **potrebu za toplinom, slušanjem i zaštitom**.



Preporuke za daljnji rad i oblikovanje radionica:



Za rad s djecom i mladima:

Radionice usmjerene na razvijanje emocionalne pismenosti:

- Kako prepoznati i izraziti neugodne emocije?
- Kome se obratiti kad si uznemiren?
- Uloga podrške, prijateljstva i odraslih osoba u kriznim situacijama.
- **Simulacije razgovora**:
 - Vježbati kroz igru uloga: kako reći odrasloj osobi da ti se nešto neugodno dogodilo online.
- **Aktivnosti na temu digitalne sigurnosti**:
 - Kvizovi i zadaci koji pomažu razumjeti rizike i zaštitne mjere na društvenim mrežama.
 - Informiranje o posljedicama dijeljenja intimnog sadržaja.
- **Razbijanje mitova i normalizacija traženja pomoći**:
 - Raditi na uklanjanju srama, osjećaja slabosti ili krivnje koji prate žrtve nasilja.
 - Poruke poput „nije tvoja krivnja“, „imaš pravo na pomoć“.



 **Za roditelje, učitelje i stručnjake pomagačkih profesija:**

- **Edukacija roditelja o online rizicima i komunikaciji s djecom:**
 - Kako reagirati kad dijete prijavi problem? (ne osuđivati, ne kriviti, slušati)
 - Kako preventivno razgovarati s djecom o internetu?
- **Stvaranje sigurnog prostora za razgovor:**
 - Djeca žele odrasle koji ih ne omalovažavaju ili ismijavaju, već im vjeruju i podržavaju ih.
- **Uključivanje odraslih u radionice ili večeri razgovora:**
 - Zajedničke aktivnosti roditelja i djece vezane uz digitalnu sigurnost i odnose.
- **Vidljivost i dostupnost školskih psihologa/socijalnih pedagoga:**
 - Učenici ne znaju tko im sve može pomoći – treba im to jasno i stalno

 **Za roditelje, učitelje i stručnjake pomagačkih profesija:**

1. **Edukacija roditelja o online rizicima i komunikaciji s djecom:**
 - Kako reagirati kad dijete prijavi problem? (ne osuđivati, ne kriviti, slušati)
 - Kako preventivno razgovarati s djecom o internetu?
2. **Stvaranje sigurnog prostora za razgovor:**
 - Djeca žele odrasle koji ih ne omalovažavaju ili ismijavaju, već im vjeruju i podržavaju ih.
3. **Uključivanje odraslih u radionice ili večeri razgovora:**
 - Zajedničke aktivnosti roditelja i djece vezane uz digitalnu sigurnost i odnose.
4. **Vidljivost i dostupnost školskih psihologa/socijalnih pedagoga:**
 - Učenici ne znaju tko im sve može pomoći – treba im to jasno i stalno komunicirati.

3. SAŽETAK RAZGOVORA S DJECOM - TEME, PROBLEMI I PRIJEDLOZI

Najčešće korištene društvene mreže:

- Djeca najčešće koriste **TikTok** i **Snapchat**.
- **WhatsApp** gotovo nitko ne koristi – percipira se kao mreža "za odrasle".

Identificirani problemi u online okruženju:

- **Najčešći oblici nasilja:**
 - Vrijedanje, ružne poruke, svađe
 - Dijeljenje neprimjerenih videa
 - Grupno isključivanje i zlostavljanje u grupnim chatovima
 - Trolling (namjerno provociranje i ismijavanje, često kroz video sadržaje)



- Dijeljenje seksualno sugestivnih ili neprimjerenih sadržaja
- **Zapažanja djece:**
 - Mnogi ne govore o vlastitim iskustvima, nego navode braću, sestru ili „poznanike“ (npr. Tena – doživjela teške posljedice zlostavljanja, Elinda zna žrtvu, ali ne otkriva ime)
 - Većina zlostavljanja doživljava se online, ali dio se i dalje događa **uživo**
 - Reakcije vršnjaka na objavljene videe često su negativne i okrutne

Što bi djeca željela promijeniti:

- **Ukinuti Family Link** (roditeljski nadzor) – vide ga kao oblik kontrole, ne zašтите
- **Automatsko prijavljivanje ružnih poruka** – žele tehnička rješenja, a ne da sve moraju sami prijaviti (da postoji automatska prijava poruka)
- **Zabranu mobitela za vrlo malu djecu** – smatraju da prerana izloženost stvara ovisnost (da male bebe nemaju mobitel jer postaju ovisne)

✦ Prijedlozi djece za aktivnosti i sadržaje:

1. **Načini obavješćavanja roditelja djece koja zlostavljaju druge** – žele sustav koji uključuje odrasle, ali ne kroz stroge kazne
2. **Format sadržaja:**
 - **Slikovni materijali**
 - **Kratke video priče iz stvarnog života**
 - **Iskustva poznatih osoba koje su bile žrtve**
 - Video sadržaji do **60 sekundi** za mlađe – duža razrada za starije
 - **Kombinacija: kratki video + rasprava**
3. **Alati:**
 - Brošure smatraju beskorisnima („Nitko ih ne gleda ni ne čita“)/ samo jedan dečko naveo da bi ih čito.
 - Poželjni interaktivni i personalizirani alati – primjer: **ChatGPT**, koji neki koriste po više sati dnevno (Anita priča po 7 sati dnevno)
 - Pozivaju se na “Panteru!”

Emocionalni aspekt:

- Djeca ne govore roditeljima jer se **boje osude** i reakcije (“roditelji nakon radionica postanu stroži umjesto da pomognu”)
- Jer se boje ne govore roditeljima dok “ne puknu” i tek kad „puknu“, odluče se nekome povjeriti – prisutan je osjećaj **nevidljivosti i nesigurnosti**
- Važna poruka: **reakcija odraslih može pogoršati situaciju ako nije empatična**

✦ Preporuke za daljnji rad i radionice



- **Naglasak na emocionalnu sigurnost i povjerenje:**
 - Razvijati pristupe koji djeci omogućuju anonimno prijavljivanje i traženje pomoći
 - Uključiti edukaciju roditelja o **empatičnom i nenasilnom pristupu**
- **Prilagodba formata:**
 - Koristiti **video i interaktivni sadržaj** (kratke forme, stvarne priče, poznate osobe)
 - Razviti **online alate i resurse** koji djeci stvarno znače nešto – chatbot, kvizovi, anonimne ispovjedi i savjeti
- **Radionice temeljene na iskustvu:**
 - Kombinirati stvarne priče, video analizu i diskusiju
 - Uključiti aktivnosti u kojima djeca **sama stvaraju poruke, videe ili upozorenja** za vršnjake
- **Odrasli kao podrška, a ne nadzor:**
 - S roditeljima raditi na **reakcijama** – kako da slušaju, a ne odmah zabranjuju. Objasniti važnost **kontinuiranog dijaloga**, a ne jednokratnih 4-zabrana

4. USPOREDBA ODGOVORA IZ STRUKTURIRANOG UPITNIKA I RAZGOVORA S DJECOM I MLADIMA

Analizom odgovora iz strukturiranog upitnika i razgovora s djecom u istraživanju "Sigurna mreža" uočene su razlike u sadržaju, tonu i dubini iskaza. Usporedba podataka jasno pokazuje da **djeca u strukturiranim upitnicima daju opreznije, površnije i često neodređene odgovore**, dok u razgovoru **pokazuju veću razinu iskrenosti, emocionalne uključenosti i složenije stavove** o svom online ponašanju. **Upitnici daju kvantitativnu sliku** – koliko djece koristi određene mreže, koliko ih objavljuje sadržaj, prepoznaje pojmove itd dok **razgovori otkrivaju kontekst i osjećaje** – nesigurnost, sram, zbunjenost, frustraciju, ali i konkretne ideje i potrebe. Djeca često znaju *što bi "trebala" odgovoriti* u upitnicima, ali **tek u razgovoru izraze stvarna iskustva, dileme i rizike**. To treba uzeti ozbiljno.

Zaključno, **bez otvorenog razgovora s djecom ne možemo u potpunosti razumjeti njihovu digitalnu stvarnost**. Upitnici su korisni, ali nedovoljni ako želimo djelovati preventivno, odgovorno i učinkovito a ove razlike ukazuju na važnost kombiniranja više metoda u radu s djecom.

Primjeri razlika



1. Razina iskrenosti i emocionalnog izražavanja

- **U upitnicima:** Odgovori su često kratki i neodređeni (npr. "ne znam", "ponekad", "nema problema"). Djeca biraju neutralne i "sigurne" opcije zbog straha od pogrešnog odgovora ili formalne atmosfere
- **U razgovorima:** Djeca otkrivaju više osobnih doživljaja, osjećaja i stavova. Otvorenije govore o strahovima, neugodnim situacijama, vlastitim greškama i emocijama.



→ Primjer: Dijete u upitniku navodi da mu internet "nije važan", ali u razgovoru priznaje da se bez interneta osjeća "prazno" i "izgubljeno".

2. Percepcija online rizika

- **U upitnicima:**
Djeca često negiraju ili umanjuju prisutnost nasilja, kontakta s nepoznatima i dijeljenja osjetljivog sadržaja. Moguće podcjenjuju što se sve računa kao rizično ponašanje.
- **U razgovorima:**
Više djece navodi primjere vršnjačkog vrijeđanja, širenja slika, osjećaja srama, ali često govore o tome kroz priče o "nekome drugome" (npr. "znam jednu curu kojoj su..."). Isto upućuje na **neposredno iskustvo**, ali i potrebu **emocionalne distance**.

3. Upotreba humora i neozbiljnosti

- **U upitnicima:** Pojavljuju se odgovori poput "2373945847 prijatelja" ili "previše", što može ukazivati na **nesigurnost, izbjegavanje teme ili ironiju**.
- **U razgovorima:**
Ista djeca kroz priču pokazuju da su zapravo zabrinuta ili zbunjena (npr. govore o prijateljstvu kao "nečemu što više ne znaš je l' stvarno ili samo online").

4. Razumijevanje pojmova

- **U upitnicima:** Djeca često potvrđuju da "znaju" pojmove poput trolling, sexting, grooming, ali to može biti rezultat **prepoznavanja riječi, a ne razumijevanja značenja**.
- **U razgovorima:** Kada se traže primjeri ili objašnjenja, vidi se da mnoga djeca **ne znaju razliku između pojmova, ili ih brkaju s drugim pojmovima**. : Pokazuje se da ne razumiju u potpunosti pojmove poput "grooming" ili "sexting", često ih brkaju.

5. Prijedlozi i potrebe

- **U upitnicima:** Prijedlozi su često općeniti ili tehnički: "blokiraj", "ignoriraj", "ne objavljuj". Neki odgovori su prazni, nejasni ili neutralni.
- **U razgovorima:** Djeca iznose **konkretne prijedloge**: žele kraće videoe, poznate osobe koje govore o problemima, automatske prijave nasilja, interaktivne alate poput chatbota. Također, izražavaju **emocionalne potrebe**: da ih roditelji ne osuđuju, da se ne osjećaju sami, da ih se pita za mišljenje

6. Povjerenje i podrška

- **U upitnicima:** Većina navodi da se povjerava roditeljima ili prijateljima.
- **U razgovorima:** Djeca otvoreno govore da **ne pričaju s roditeljima dok ne "puknu"**, da se **boje reakcije odraslih** i da im se nakon radionica **roditelji počnu više miješati**, što doživljavaju kao kontrolu, ne kao pomoć.



Preporuke

◆ 1. Kombinirati metode – brojke i razgovor

- U svakoj edukaciji koristiti **i strukturirane alate (upitnici, kvizovi) i neformalne oblike komunikacije** (radionice, rasprave, igre uloga, anonimne izjave).
- Uvesti **refleksivne vježbe** u kojima djeca mogu objasniti svoj odgovor – *"Zašto sam to odabrao/odabrala?"*

◆ 2. Stvarati sigurno i nenametljivo okruženje

- Djeca su iskrenija kada osjećaju **povjerenje i sigurnost** – bez osude i bez prisutnosti autoriteta koji im ulijevaju strah.
- **Grupni razgovori, parovi ili anonimni alati** potiču otvorenost.

◆ 3. Poticati izražavanje emocija i iskustava

- Djeci treba pomoći da **povežu svoje online ponašanje s emocijama** (npr. kako se osjećam kad mi netko ostavi ružan komentar?).
- Korištenje metoda poput **digitalnog dnevnika, crteža emocija, radioničkih "krugova povjerenja"**.

◆ 4. Razgovarati o stvarnim situacijama

- Djeca bolje reagiraju na **konkretne primjere i priče iz stvarnog života**, nego na teorijske opise.
- Uključivati njihove izraze i jezik koji koriste online – to povećava autentičnost i angažman.

◆ 5. Edukacije prilagoditi emocionalnom razvoju, ne samo dobi

- Iako djeca možda imaju slične digitalne navike, **njihova zrelost, razumijevanje rizika i emocionalna otpornost jako variraju** – posebno kod 11–13 godina.
- Potrebna je **individualizirana i osjetljiva podrška**, a ne "jedna radionica za sve".

◆ 6. Uključiti djecu u izradu sadržaja

- Djeca koja sudjeluju u oblikovanju edukacije **više ju prihvaćaju**.
- Npr. izrada edukativnog videa s njihovim porukama, rad na sloganima, snimanje podcasta o online sigurnosti.

◆ 7. Raditi paralelno s roditeljima i učiteljima

- Odrasli često ne vide ono što djeca zaista misle – treba ih **edukativno pripremiti za razgovor** s djecom.



- Uključiti odrasle u zajedničke aktivnosti, **ali ne kao nadzornike, već kao partnere.**

Djeca su sposobna razmišljati duboko, kritički i suosjećajno o digitalnim temama – **ali samo ako im to dopustimo** kroz otvoren, topao i nenametljiv pristup. **Prava edukacija počinje kad prestanemo pitati “što si zaokružio?” i počnemo slušati što dijete stvarno ima za reći.**

5. ZAKLJUČAK I PREPORUKE

Na temelju objedinjene analize rezultata upitnika i razgovora s djecom i mladima u sklopu istraživanja “Sigurna mreža: Osnaživanje kompetencija roditelja, skrbnika i djece za sigurno ponašanje na internetu”

Provedeno istraživanje s 25 djece i mladih u dobi od 11 do 19 godina otkriva visok stupanj svakodnevne prisutnosti u digitalnom okruženju te kompleksan odnos djece prema internetu, društvenim mrežama i online interakcijama. Djeca pokazuju određenu razinu digitalne pismenosti, ali i brojne nejasnoće, netočna uvjerenja i emocionalnu nesigurnost u suočavanju s online rizicima.

ŠTO SMO SAZNALI/SAŽETAK REZULTATA:

- **TikTok i Snapchat** su najkorištenije platforme, dok se sadržaj najčešće konzumira pasivno.
- **Većina djece svakodnevno koristi internet**, ali ga rijetko povezuje s ozbiljnim rizicima.
- **Dio djece komunicira s nepoznatima**, ali ne uvijek prepoznaje opasnost.
- **Zabrinjavajuće niska razina znanja o grooming-u, sextingu i sličnim pojmovima.**
- **Online nasilje** (vrijeđanje, isključivanje, ogovaranje) prisutno je kod više od četvrtine sudionika.
- **Emocionalni aspekt online života** (usamljenost, strah, nesigurnost) često se zanemaruje, dok se većina djece povjerava vršnjacima, a rijetko odraslima.
- **Velik broj djece ne zna ili ne razumije koncept online "prijatelja"**, što ukazuje na potrebu za jačanjem osnovne digitalne pismenosti i emocionalnog razumijevanja odnosa u digitalnom svijetu.



PREPORUKA ZA PRAKSU



1. Kombinirati metode rada



- Ne oslanjati se isključivo na brojke – važno je slušati ton, kontekst i emocije iza odgovora.
- Koristiti kombinaciju kvantitativnih (upitnici, kvizovi) i kvalitativnih alata (razgovori, radionice, igre uloga).
- U radionice uključiti strukturirane razgovore, grupne rasprave, simulacije i anonimne izjave.
- Uvesti reflektivne vježbe (npr. "Zašto sam to odabrao/la?").
- Stvoriti sigurno okruženje kroz otvoreni dijalog bez prisile te kombinacijom grupnih aktivnosti i anonimnih alata koji potiču iskrenost.

◆ 2. Strukturirati radionice prema dobi te razini digitalne i emocionalne pismenosti

- **11–13 godina:** naglasak na razumijevanju privatnosti, razlikovanju “pravih” prijatelja i prepoznavanju rizičnih situacija. Zbog različite emocionalne zrelosti potreban je individualiziran pristup.
- **14–17 godina:** obraditi teme poput sextinga, manipulacije, digitalnog identiteta, odgovornosti i utjecaja online ponašanja.
- **17+ godina:** uvesti dodatne module s naglaskom na pravne aspekte, profesionalni digitalni trag i kompleksnije oblike online nasilja.

3. Teme obrađivati kroz stvarne primjere i aktivno uključivanje djece

- Upotrebljavati interaktivne metode: igre uloga, video analize, rasprave, simulacije, kvizovi, "scenariji iz stvarnog života".
- Iskoristiti TikTok, Snapchat i Instagram kao edukativne alate – ne ignorirati njihovu važnost u svakodnevici djece.
- Povezati online ponašanje s emocijama kroz aktivnosti poput digitalnog dnevnika, crtanja emocija i kruga povjerenja.
- Obradivati stvarne situacije - koristiti primjere iz života, jezik djece i popularne platforme (TikTok, Snapchat).

◆ 4. Uključiti djecu u izradu sadržaja

- Omogućiti djeci da kreiraju vlastite edukativne poruke, videe, postove i plakate.
- Participativni pristup jača njihovu uključenost, motivaciju i osjećaj odgovornosti.

◆ 5. Naglasiti emocionalnu sigurnost i osnaživanje djece

- Učiniti teme emocionalne pismenosti, samopouzdanja i podrške **konstantnim dijelom radionica.**

Potaknuti djecu da prepoznaju neugodne emocije, nauče se nositi s njima i obrate se

6. Uključiti roditelje i stručnjake



- Roditelji, učitelji i stručni suradnici trebaju biti aktivni sudionici programa.
- Organizirati radionice za odrasle o emocionalnoj podršci, internetskoj sigurnosti i prepoznavanju problema.
- Promicati pristup “slušaj prije nego reagiraš” – djeca najčešće ističu da ih obeshrabruju osuđujuće reakcije odraslih.

7. Unaprijediti komunikaciju i povjerenje

- Razvijati mehanizme **anonimnog prijavljivanja** problema.
- Uspostaviti **sustave podrške** u školama (npr. kutije povjerenja, digitalni alati za pomoć, vidljivost stručnih osoba).
- Promicati kulturu u kojoj je **traženje pomoći znak snage**, a ne slabosti.

8. Osigurati kontinuirane i sustavne edukacije

- Edukacije ne smiju biti jednokratne – **potrebna je kontinuirana obrada tema** vezanih uz digitalno ponašanje.
- Razviti "**školski rječnik internetske sigurnosti**" – jasan, vizualan alat za učenike, roditelje i nastavnike.

9. Prilagoditi sadržaj suvremenim komunikacijskim navikama djece

- Umjesto brošura koristiti: **kratke video sadržaje, infografike, chatbotove, digitalne kvizove, stripove.**
- Djeca su jasno rekla da ne čitaju papirnate materijale – potrebno im je ponuditi **digitalno i vizualno atraktivne formate.**
- Umjesto brošura koristiti kratke videoe, infografike, stripove, chatbotove i kvizove – formate bliske djeci.



ZAVRŠNA PORUKA

Djeca žele biti sigurna online, ali ne žele biti nadzirana niti osuđivana. Ključ uspjeha su iskren razgovor, emocionalna podrška i edukativni alati prilagođeni njihovom jeziku i svakodnevicu.

Digitalna pismenost nije samo tehnička vještina – ona uključuje prepoznavanje vlastitih emocija, rizika i potreba u digitalnom prostoru.