

# Kairos na mreži



# Impressum

## NAKLADNIK

Srednja škola Ivana Lucića – Trogir

**RAVNATELJICA:** Vjekoslava Radić, prof.

**ADRESA:** Put Muline 2B, 21220 Trogir

**OIB:** 26186444070

**Telefon:** 021/884-891

**E-mail:** ured@ss-ilucica-trogir.skole.hr

## Mrežna stranica:

<https://ss-ilucica-trogir.skole.hr>

## Autorice radionica:

Daniela Radan, mag. educ. philol. croat. et paed.  
Manuela Ujević Vukić, mag. psych.

## Recezentica radionica:

mr. sc. Perislava Bešić-Smlatić, dipl. pedagog

## Autori tekstova:

Daniela Radan, mag. educ. philol. croat. et paed.  
Manuela Ujević Vukić, mag. psych.  
Ivana Sikirica, dr. med., spec. šk. med.  
Marko Doljanin, struč. spec. krim.  
Ante Bilić, gradonačelnik Grada Trogira

## Suradnici na projektu:

Virgil Jureškin, mag. bibl., prof.  
Ana Princivali Ugrina, prof.  
Jelena Coce Tomić, prof.  
Ana Jerković, prof. psihologije

## Dizajn logotipa projekta:

Magdalena Kudelik, mag. educ. art

**Fotografije:** Joško Herceg

**Grafički dizajn brošure:** Printagram d.o.o.

**Tisak:** Dalmacija papir

**Lektura i korektura:** Daniela Radan

## Napomena:

Ova brošura nastala je u sklopu međuškolskog preventivnog projekta Kairos na mreži, sufinanciranog sredstvima Ministarstva znanosti, obrazovanja i mladih u šk. god. 2025./2026.

## Svibanj, 2026.

**Partneri projekta:** Grad Trogir, OŠ Majstora Radovana, OŠ Petar Berislavić, Policijska postaja Trogir, CNZD – Centar za sigurniji internet, Nastavni zavod za javno zdravstvo SDŽ  
**Sponzori:** NOVA EUROSPECTRA d.o.o. Šibenik, NARDUM d.o.o., MEGATRON.ART, Gradski radio Trogir



# Zajedno za sigurnije odrastanje

**Ako kao društvo posvetimo više vremena slušanju djece, praćenju njihovih briga i učenju o svijetu u kojem odrastaju, možemo na vrijeme spriječiti negativne utjecaje i stvoriti okruženje u kojem će se svako dijete osjećati sigurno – i izvan mreže, i na njoj.**

Djeca su najvrjednije što imamo, a njihova sigurnost odgovornost je svih nas, od roditelja, odgojno-obrazovnih djelatnika, institucija pa do cijele zajednice. Iako Trogir kao mala sredina i dalje njeguje osjećaj bliskosti i sigurnosti u kojem djeca odrastaju, svjesni smo da suvremeni izazovi ne poznaju granice naših ulica i trgova. Internet je otvorio prostor novih mogućnosti za učenje, razvoj i kreativnost, ali nažalost i prostor u kojem djeca mogu postati ranjiva, često izvan neposrednog nadzora roditelja i odraslih. Iako mi kao roditelji volimo vjerovati da nam neki signal našeg djeteta neće promaknuti, stvarnost nas uči da to nažalost nije tako.

O ovom problemu ne govorim samo kao gradonačelnik, nego i kao roditelj dvoje djece. Kao i svaki roditelj, dijelim zabrinutost zbog svijeta u kojem naša djeca provode sve više vremena. Internet je svijet koji ne možemo u potpunosti kontrolirati. Upravo zato prevencija, edukacija i otvoren razgovor postaju ključni alati kojima možemo zaštititi djecu i pomoći im

da digitalni prostor koriste sigurno i odgovorno te da ne postanu žrtve onih koji nemaju dobre namjere. Projekt *Kairos na mreži* važan je korak u tom smjeru. To je pohvalna inicijativa koja okuplja škole, policiju, zdravstveni sustav, Centar za sigurniji internet i lokalnu zajednicu. Samo zajedničkim djelovanjem možemo pravovremeno prepoznati probleme, osnažiti djecu i pružiti podršku roditeljima i nastavnicima. Prevencija počinje razumijevanjem, a sigurnost djece počinje našom pažnjom. Ako kao društvo posvetimo više vremena slušanju djece, praćenju njihovih briga i učenju o svijetu u kojem odrastaju, možemo na vrijeme spriječiti negativne utjecaje i stvoriti okruženje u kojem će se svako dijete osjećati sigurno – i izvan mreže, i na njoj. Jer briga o djeci nije samo zadatak jedne institucije. To je naša zajednička odgovornost i naša najvažnija zadaća.

**Ante Bilić,**  
gradonačelnik Grada Trogira





# Preventivni projekt *Kairos na mreži*

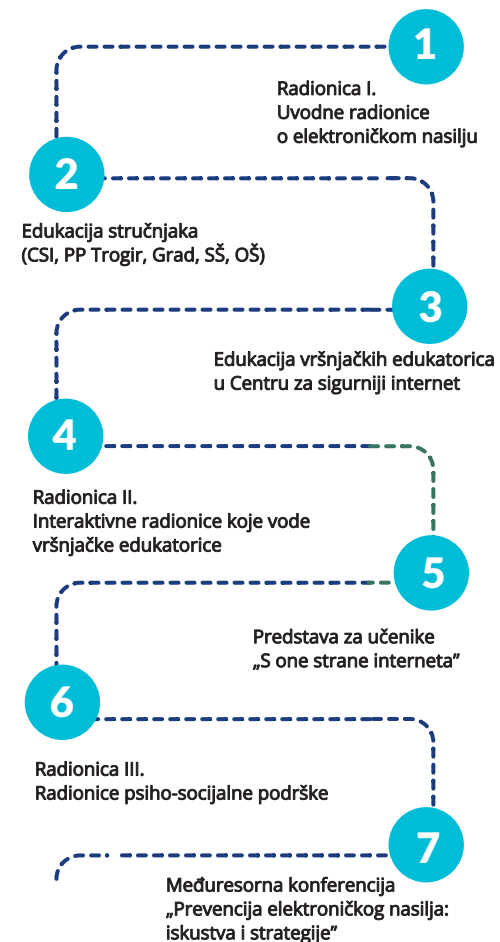
Projekt *Kairos na mreži* provodi se s ciljem prevencije i suzbijanja elektroničkog nasilja među djecom i mladima. Tijekom školske godine 2025./2026. učenici osmih razreda trogirskih osnovnih škola te prvih i trećih razreda Srednje škole Ivana Lucića – Trogir uključeni su u niz edukativnih i interaktivnih aktivnosti, radionica i diskusija, kojima se povećala svijest o oblicima i posljedicama elektroničkog nasilja te su razvijane vještine prepoznavanja, sprječavanja i odgovornog reagiranja.

U okviru projekta učenici trećih razreda srednje škole pripremljeni su za ulogu vršnjačkih edukatora, dok su radionice za mlađe učenike provedene pod njihovim vodstvom i uz podršku stručnih suradnika. Simulacijama stvarnih situacija, igrama uloga i diskusijama stvoren je siguran prostor u kojem su učenici prepoznavali nasilje, razumjeli utjecaj digitalne anonimnosti i razvijali konkretne strategije ponašanja.

Tijekom provedbe projekta kreirani su i objavljeni edukativni digitalni sadržaji, uključujući kratke videozapise, koji su korišteni za širenje preventivnih poruka i motiviranje mladih za odgovorno korištenje interneta. Paralelno su provedene aktivnosti usmjerene na izgradnju pozitivne online kulture, podizanje svijesti o digitalnoj sigurnosti te razvijanje kritičkog pristupa vlastitim navikama na društvenim mrežama.

Projekt je zaokružen predstavom *S one strane interneta* u produkciji Malog teatra, prema knjizi Lane Roje Miličević, te konferencijom *Prevenција elektroničkog nasilja: iskustva i*

## Aktivnosti



strategije, s ciljem jačanja međuresorne suradnje i razvoja konkretnih preventivnih modela u zaštiti djece i mladih. Tijekom provedbe kontinuirano su prikupljeni podaci koji će se koristiti za unapređenje i prilagodbu sadržaja u budućim preventivnim aktivnostima.

Rezultati istraživanja i proces provedbe projekta predstavljeni su na trima znanstvenim konferencijama: u prosincu 2025. na ENTER konferenciji u Splitu, u veljači 2026. na KOKOSS konferenciji u Šibeniku te u svibnju 2026. na stemKA konferenciji u Karlovcu. Na konferencijama su istaknuti ciljevi projekta, metodologija, ključni nalazi, međuinstitucionalna suradnja i primjena rezultata u odgojno-obrazovnoj praksi. Pokazano je da mladi mogu biti aktivni sudionici u oblikovanju sigurnijeg i podržavajućeg virtualnog okruženja.

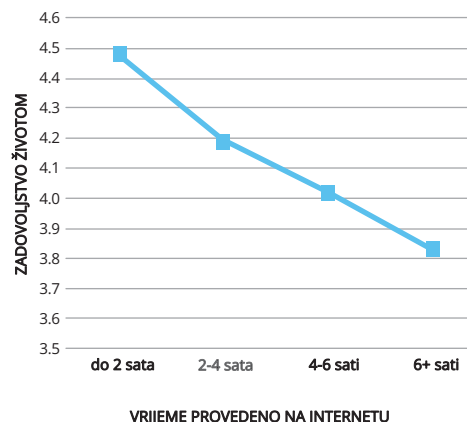
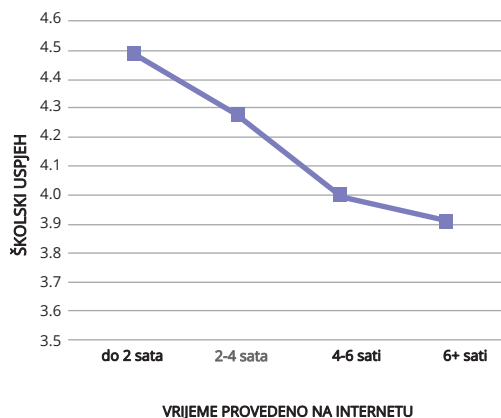
## Rezultati istraživanja

Prije početka provedbe projekta provedeno je istraživanje među učenicima Srednje škole Ivana Lucića – Trogir s ciljem prikupljanja podataka o digitalnim navikama, iskustvima i stavovima učenika o elektroničkom nasilju. Istraživanje je provedeno u svibnju 2025. putem online upitnika, a obuhvaćeni su učenici prvih, drugih i trećih razreda, uključujući opću i jezičnu gimnaziju te program referent/ica za poslovnu ekonomiju; ukupno 192 učenika (63 učenika i 129 učenica).

Rezultati istraživanja pokazali su da je digitalna tehnologija duboko integrirana u svakodnevni život učenika. Utvrđeno je da većina učenika provodi između četiri i šest sati dnevno na internetu, dok značajan broj učenika provodi i više od šest sati online. Dominantne društvene mreže su Tik-



**Rezultati istraživanja pokazali su da je digitalna tehnologija duboko integrirana u svakodnevni život učenika. Utvrđeno je da većina učenika provodi između četiri i šest sati dnevno na internetu, dok značajan broj učenika provodi i više od šest sati online.**



Tok, Snapchat i Instagram. Utvrđena je i povezanost između vremena provedenog online, školskog uspjeha i subjektivnog osjećaja zadovoljstva životom – učenici koji provode više vremena online pokazali su niži školski uspjeh i nižu razinu zadovoljstva životom.

Stavovi učenika prema elektroničkom nasilju pokazali su određenu dvosmislenost. Iako su različiti oblici i posljedice elektroničkog nasilja prepoznati, dio učenika ih je trivijalizirao. Istaknuta je potreba za većim uključivanjem odraslih i bržim reagiranjem na neprimjerene sadržaje na digitalnim platformama. Utvrđeno je da oko 60 % učenika svakodnevno svjedoči elektroničkom nasilju, dok približno 15 % učenika svakodnevno doživljava neki oblik nasilja, najčešće uvredljive poruke, ismijavanje i širenje glasina putem društvenih mreža.

Rodne razlike također su uočene – djevojke su u većoj mjeri prepoznale ozbiljnost elektroničkog nasilja, češće prijavljuju iskustva nasilja i češće doživljavaju socijalno i verbalno nasilje. Istaknuta je njihova veća potreba za podrškom i aktivnijim uključivanjem odraslih, dok su mladići u većoj mjeri umanjivali ozbiljnost ovog oblika nasilja. Dobiveni rezultati poslužili su kao temelj za oblikovanje projektnih aktivnosti usmjerenih na razvoj digitalne pismenosti, jačanje socio-emocionalnih kompetencija te osnaživanje učenika za odgovorno i sigurno ponašanje u online okruženju.



## Elektroničko nasilje i međuresorna suradnja u zaštiti djece i mladih

“

**Projektom *Kairos na mreži* policija, škole i partneri zajednički doprinose stvaranju digitalno sigurnije zajednice, osnažuju djecu i mlade da budu svjesni svojih postupaka u virtualnom svijetu te ih pripremaju za odgovorno i sigurno korištenje digitalnih tehnologija.**

**E**lektroničko nasilje ili *cyberbullying* sve je prisutniji oblik nasilja među djecom i mladima. Ono uključuje vrijeđanje, prijetnje, širenje neprimjerenih sadržaja ili lažnih informacija putem interneta i društvenih mreža. Posljedice takvog ponašanja mogu biti ozbiljne. Ovisno o težini i okolnostima slučaja, ponašanje može biti kvalificirano kao prekršaj ili kazneno djelo, što može rezultirati službenim upozorenjima, odgojnim mjerama ili pokretanjem kaznenog postupka. U slučajevima kada je riječ o maloljetnicima, postupanje je usmjereno i na njihovu zaštitu i odgoj, uz obvezno uključivanje roditelja i nadležnih stručnih službi. Osim pravnih posljedica, takve situa-

cije mogu utjecati i na osobni razvoj, daljnji odgojno-obrazovni put te njihovu društvenu odgovornost i ponašanje u zajednici, stoga se posebna pažnja posvećuje zaštiti te ranjive skupine, vodeći računa o njihovoj privatnosti i dobrobiti tijekom cijelog postupka.

Policiji nije cilj djelovati samo kao tijelo koje sankcionira, već i kao partner zajednici – s ciljem pravodobnog prepoznavanja rizika i sprječavanja nasilja prije nego što eskalira, stoga se kontinuirano radi i na prevenciji elektroničkog nasilja, u suradnji sa školama i lokalnom zajednicom. Suradnja svih dionika stvara sustav u kojemu djeca i mladi nisu sami

u suočavanju s nasiljem, već imaju pristup podršci, savjetovanju i zaštiti u skladu sa svojim pravima.

Projektom *Kairos na mreži* policija, škole i partneri zajednički doprinose stvaranju digitalno sigurnije zajednice, osnažuju djecu i mlade da budu svjesni svojih postupaka u virtualnom svijetu te ih pripremaju za odgovorno i sigurno korištenje digitalnih tehnologija. Prevencija, edukacija i međuresorna suradnja jamče da se prava djece poštuju, a elektroničko nasilje pravodobno prepoznaje i učinkovito suzbija.

**Marko Doljanin, struč. spec. krim.**



# Kairos na mreži: #BezNasiljaOnline

## Cilj radionice:

Razviti svijest učenika o oblicima elektroničkog nasilja, njegovim posljedicama te poticati razvoj odgovornog i sigurnog ponašanja u online okruženju.

## Ključno pitanje:

Kako prepoznati i zaustaviti elektroničko nasilje – što ja mogu učiniti?

**Ciljana skupina:** 14 – 16 godina

## Ishodi učenja:

- ✓ Učenik prepoznaje oblike elektroničkog nasilja (uvrede, lažne profile, dijeljenje sadržaja bez pristanka, isključivanje iz grupa).
- ✓ Učenik analizira posljedice elektroničkog nasilja za žrtvu, počinitelja i promatrače.
- ✓ Učenik uočava ulogu anonimnosti i stalne dostupnosti digitalnih platformi u širenju nasilja.
- ✓ Učenik primjenjuje odgovarajuće strategije reagiranja u situacijama elektroničkog nasilja (blokiranje, prijava, traženje pomoći).

## Vrednovanje za učenje

rješava mini-kviz ili digitalnu anketu za provjeru prepoznavanja oblika elektroničkog nasilja

analizira scenarije u grupi (prepoznavanje problema i predlaganje rješenja)

prezentira rješenja (plakat, kratka scena ili digitalni alat) uz povratnu informaciju učitelja




## Vrednovanje kao učenje

reflektira u paru i razredu o naučenome i osobnim stavovima prema elektroničkom nasilju

piše završne poruke sebi (što sam naučio/la i kako ću se ubuduće ponašati u online okruženju)

procjenjuje putem evaluacijske skale (1-5) vlastito razumijevanje sadržaja i vlastiti doprinos

- **Sadržajna evaluacija:** prati se kroz odgovore u anketi i rješenja u studijama slučaja.
- **Procesna evaluacija:** prati se kroz kratku refleksiju na kraju (učenici na skali od 1 do 5 ocjenjuju svoje iskustvo na radionici).

Etape	Opis nastavnih aktivnosti	Ishodi	Metode i oblici rada	Sredstva i pomagala
<b>Uvodni dio</b> 5' (Digitalna) anketa 	<p>Učenci anonimno sudjeluju u (digitalnoj) anketi odgovarajući na pitanja vezana uz korištenje društvenih mreža, digitalni identitet i online ponašanje.</p> <p>Rezultati se prikazuju u stvarnom vremenu putem projektora, što omogućuje zajedničku analizu i diskusiju o digitalnim navikama i percepciji sebe online.</p> <p>Aktivnost doprinosi većoj angažiranosti učenika, podiže raspoloženje i osigurava sigurnu i inkluzivnu atmosferu.</p> <p>* u nedostatku digitalnih alata, anketa se može provoditi dizanjem ruku</p>	<p>Učenik identificira vlastite navike korištenja društvenih mreža.</p>	<p>Interaktivna anketa</p>	<p>Mentimeter</p>
<b>Aktivnost 1</b> 20' Prepoznaj e-nasilje (rad u skupinama sa scenarijima) 	<p>Učenci se podijele u manje skupine ili parove.</p> <p>Svaka skupina dobiva karticu sa scenarijem (opis situacije vezane uz neprimjerno ponašanje na internetu).</p> <p>Zadatak učenika jest pročitati scenarij, raspraviti i odgovoriti na unaprijed zadana pitanja u radnom listu.</p> <p>Nakon rada u skupinama, predstavnici iznose zaključke pred razredom.</p> <p>Zajednički se naglašava što čini e-nasilje, koje su posljedice za žrtvu i počinitelja te kako se može reagirati i prevenirati takve situacije.</p>	<p>Učenik razlikuje primjere elektroničkog nasilja od drugih oblika online ponašanja, prepoznaje moguće uloge u situaciji (žrtva, počinitelj, promatrač), razvija empatiju prema žrtvama, prepoznaje posljedice nasilja, primjenjuje odgovarajuće strategije reagiranja i sprječavanja e-nasilja te uočava odgovornost svakog pojedinca u stvaranju sigurnog digitalnog okruženja.</p>	<p>Usporedba, vođena rasprava</p> <p>Grupni rad</p>	<p>Aktivnost 1</p> <p>Kartice s vođenim pitanjima za učenike</p>
<b>Aktivnost 2</b> 15' Prezentacija: „Elektroničko nasilje i zakonski okvir“ 	<p>Stručni suradnik uz pomoć slikokaza vodi učenike kroz pregled zakonskog okvira vezanog uz elektroničko nasilje. Učenci se upoznaju s pojmovima uvrede, klevete i povrede privatnosti te razlikuju kaznenu i odgojnu odgovornost ovisno o dobi počinitelja. Tijekom prezentacije učenici uspoređuju razliku između „običnog“ vršnjačkog nasilja i nasilja na internetu te raspravljaju o primjerima. Na kraju stručni suradnik ističe da pravila vrijede jednako u stvarnom i digitalnom svijetu te da posljedice postoje za svaku dobnu skupinu.</p> <p>Završno, stručni suradnik podsjeća učenike na scenarije koje su ranije analizirali. U grupama odgovaraju na pitanje: <i>Što bih učinio/la u toj situaciji znajući da postoje zakoni i posljedice?</i> Odgovori se zapisuju na radni list. Nekoliko dobrovoljaca čita svoje odgovore, a stručni suradnik povezuje izrečeno sa zakonskim okvirom iz prezentacije.</p>	<p>Učenik prepoznaje osnovne pojmove (uvreda, kleveta, povreda privatnosti), razlikuje pravne posljedice elektroničkog nasilja za različite dobne skupine, uočava da se zakoni primjenjuju i na internetu te razvija svijest o osobnoj odgovornosti u digitalnom prostoru.</p> <p>Učenik povezuje svakodnevne online situacije sa zakonskim posljedicama, razmišlja o mogućnostima reagiranja (prijava, traženje podrške, obavještanje odraslih), razvija svijest o postojanju institucija koje ih štite i uči da odgovornost na internetu ima stvarne, pravne posljedice.</p>	<p>Predavanje, vođena rasprava</p> <p>Frontalni rad, grupni rad</p>	<p>Prezentacija (prilog), projektor/računalo, ploča za bilješke</p>
<b>Završna aktivnost</b> 5' Jedna poruka sebi 	<p>Učenci (digitalno) zapisuju jednu rečenicu koja započinje sa „Želim da moj online svijet bude...“</p> <p>Konačno, učenici na skali od 1 do 5 ocjenjuju svoje iskustvo na radionici.</p>	<p>Učenik formuliра osobni stav o poželjnom online okruženju.</p> <p>Učenik izražava svoj doživljaj radionice i daje povratnu informaciju o radionici.</p>	<p>Rad u cijelom razredu (zajedničko dijeljenje)</p>	<p>Mentimeter</p>

# Aktivnost 1

Ovaj zadatak namijenjen je radu učenika u skupini te se odnosi na sigurnost i ponašanje na internetu. Učenici trebaju pročitati opis jedne situacije koja prikazuje neprimjereno ponašanje na društvenim mrežama, a zatim zajedno razgovarati o toj situaciji i odgovoriti na nekoliko pitanja.

Od učenika se traži da prepoznaju tko je u određenoj situaciji žrtva, a tko osoba koja čini nasilje ili šalje uvredljive poruke. Također trebaju razmisliti o osjećajima osobe koja prima takve poruke, odnosno kako bi se oni osjećali da su na njezinom mjestu. Zadatak potiče učenike da predlože što bi žrtva mogla učiniti – na primjer kome se obratiti za pomoć, kako se zaštititi i kako reagirati na takve poruke.

Učenici trebaju razmisliti i o ulozi promatrača (svjedoka), odnosno što bi oni učinili kada bi vidjeli da netko drugi prima uvredljive poruke na internetu. Osim toga, trebaju pokušati objasniti zašto se neki ljudi ponašaju nasilno ili vrijeđaju druge na internetu te koje posljedice takvo ponašanje može imati i za žrtvu, i za osobu koja šalje uvredljive poruke.

Cilj je zadatka razvijati empatiju i odgovorno ponašanje na internetu, prepoznati elektroničko nasilje te potaknuti učenike da razmišljaju o sigurnim načinima reagiranja u takvim situacijama.

## PRIMJERI SCENARIJA

### SCENARIJ 1

#### UVREDLJIVE PORUKE

Ana je primijetila da joj svaki dan dolaze poruke s lažnog profila na Instagramu. U porukama je vrijeđaju („Ružna si“; „Nitko te ne voli“) i šalju joj emotikone koji je ismijavaju. Iako ne zna tko je iza profila, sve se više boji otvoriti aplikaciju.

### SCENARIJ 4

#### DIJELJENJE FOTOGRAFIJE

Na školskom izletu Luka je snimio kolegicu iz razreda dok jede sendvič i odmah to stavio na svoju Instagram priču: „Pogledajte našu malu proždrljivicu 🤪“. Snimku je vidio cijeli razred. Bilo joj je neugodno i počela je izbjegavati društvo.

### SCENARIJ 2

#### ISKLUČIVANJE IZ GRUPE

Marko je preko WhatsAppa izbačen iz zajedničke razredne grupe bez ikakvog objašnjenja. Kasnije je saznao da grupa i dalje postoji, ali da se u njoj često šale na njegov račun i šalju fotografije s ismijavajućim natpisima.

### SCENARIJ 5

#### PRIJETNJE

Filip je dobio nekoliko poruka na Snapchatu od nepoznatog korisnika koji mu je napisao: „Ako još jednom komentiraš u grupi, vidjet ćeš što će ti se dogoditi“. U porukama je bilo i nasilnih emotikona. Filip se boji ići u školu.

### SCENARIJ 3

#### LAŽNI PROFIL

Netko je otvorio TikTok profil koristeći Ivanino ime i njezinu profilnu fotografiju. Na tom profilu objavljuju se smiješni videozapisi u kojima se izruguju s Ivanom i označavaju njezine prijatelje. Ivanini prijatelji joj šalju poveznice, a ona se osjeća bespomoćno jer ne zna kako to prijaviti.

### SCENARIJ 6

#### ISMIJAVANJE IZGLEDA

Učenici iz razreda snimili su kratki TikTok video u kojemu se rugaju kolegi iz razreda zbog njegove odjeće. U videu koriste filtere da ga prikažu kao „klauna“. Video se brzo proširio i drugi učenici u školi počeli su ga zadirkovati.

#### NAPOMENA

Na mrežnim stranicama Srednje škole Ivana Lucića – Trogir, u rubrici „Kairos na mreži“, dostupni su dodatni materijali i radni listovi namijenjeni provođenju ove radionice, kao i prezentacija: „Elektroničko nasilje i zakonski okvir“.



# Filteri i stvarnost: Tko sam ja online?

Priprema za izvođenje radionice vršnjačkih edukatora

## Cilj radionice:

Razviti svijest učenika o vlastitom digitalnom identitetu, razlikama između stvarnog i online ja te odgovornom oblikovanju osobne prisutnosti na internetu.

## Ključno pitanje:

Tko sam ja online – i koliko to odražava mene u stvarnosti?

**Ciljana skupina:** 14 – 16 godina

## Ishodi učenja:

- ✓ Učenik prepoznaje vlastite navike korištenja društvenih mreža i kritički ih sagledava.
- ✓ Učenik uspoređuje svoj stvarni i online identitet uočavanjem sličnosti i razlika.
- ✓ Učenik analizira rizike digitalnog identiteta (cyberbullying, gubitak privatnosti, pritisak izgleda, lažni profili).
- ✓ Učenik odabire i primjenjuje strategije za odgovorno, sigurno i etično ponašanje u digitalnom okruženju.

## Vrednovanje za učenje

uspoređuje stvarni i online profil te analizira sličnosti i razlike kako bi uočio/ uočila utjecaj digitalnog identiteta

analizira studije slučaja i predlaže odgovornija, sigurnija i etičnija rješenja u digitalnom okruženju

obrazlaže odabir strategija za odgovorno ponašanje u konkretnim situacijama

procjenjuje vlastito ponašanje u digitalnom okruženju i predlaže poboljšanja




## Vrednovanje kao učenje

reflektira u paru o vlastitom ponašanju u digitalnom okruženju

sudjeluje u zajedničkoj raspravi u razredu i razmjenjuje mišljenja o odgovornom i sigurnom online ponašanju

oblikuje osobnu završnu poruku i/ili vlastita pravila za odgovorno, sigurno i etično ponašanje na internetu

- **Sadržajna evaluacija:** prati se kroz odgovore učenika; kroz raspravu i zaključke do kojih dolaze pri usporedbi profila, analizu napisanih osobnih pravila i refleksiju učenika.
- **Procesna evaluacija:** prati se kroz kratku završnu refleksiju učenika putem evaluacijskog listića.

Etape	Opis nastavnih aktivnosti	Ishodi	Metode i oblici rada	Sredstva i pomagala
<b>Uvodni dio</b> 15' Moja dva profila 	<p>Učenici izrađuju dva prikaza sebe – „Stvarni ja“ i „Online ja“. Na papir crtaju ili zapisuju osobine, navike, interese i slabosti koje ih predstavljaju u stvarnom životu te ono što dijele, skrivaju ili žele pokazati u digitalnom okruženju.</p> <p>Nakon samostalnog rada, učenici u paru uspoređuju profile i razgovaraju o sličnostima i razlikama između svojih identiteta.</p> <p>Pitanja za raspravu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Koje sličnosti postoje između mog stvarnog i mog online profila?</i></li> <li>• <i>Po čemu su moja dva profila slična, a po čemu različita?</i></li> <li>• <i>Koje su najveće razlike?</i></li> <li>• <i>Zašto neke osobine ili navike ne prikazujem online?</i></li> <li>• <i>Kako se osjećam kad moj online identitet izgleda drukčije od stvarnog?</i></li> <li>• <i>Uljepšavam li svoj život na mrežama? Zašto?</i></li> <li>• <i>Može li moj online profil stvoriti krivu sliku o meni?</i></li> <li>• <i>Što bih promijenio/la u svom ponašanju na internetu?</i></li> <li>• <i>Postoji li „lažni život“ na društvenim mrežama?</i></li> <li>• <i>Štvara li online identitet pritisak biti savršen?</i></li> <li>• <i>Što bih želio promijeniti u svom online ponašanju da bude bliže stvarnom meni?</i></li> </ul>	<p>Učenik razlikuje stvarni i digitalni identitet, kritički procjenjuje informacije koje dijeli online, prepoznaje rizike idealiziranog online predstavljanja, razvija odgovorno ponašanje na društvenim mrežama.</p>	<p>Crtanje/pisanje, usporedba, vođena rasprava</p> <p>Individualni rad, rad u paru</p>	<p>Aktivnost 1</p> <p>Kartice s vođenim pitanjima za vršnjačke edukatore</p>
<b>Središnja aktivnost</b> 25' Tko je ova osoba? 	<p>Učenici promatraju izmišljene profile s lažnim fotografijama i opisima te na temelju njih nagađaju tko je osoba, čime se bavi i kakva je na temelju vođenih pitanja. Nakon izlaganja svake grupe, voditelj otkriva stvarne podatke o osobi, što često pokazuje kontrast s prvim dojmovima.</p>	<p>Učenik prepoznaje da fotografije i kratki opisi na društvenim mrežama prikazuju samo dio stvarnog identiteta osobe, razumije kako površni digitalni podaci mogu dovesti do pogrešnih zaključaka i stvaranja krive slike o drugima, kritički promišlja o informacijama koje prima putem društvenih mreža, uočava razliku između „stvarnog“ ja i online predstavljanja, uočava vlastite predrasude i stereotipe pri procjeni drugih ljudi, razvija odgovorniji i empatičniji pristup u digitalnoj komunikaciji.</p>	<p>Promatranje, kritička analiza</p> <p>Grupni rad</p>	<p>Aktivnost 2</p> <p>Pripremljeni profili - fotografije i kratki (lažni) opisi osoba</p> <p>Kartice s vođenim pitanjima za vršnjačke edukatore</p>
<b>Završna aktivnost</b> 5' Moja odgovorna online pravila 	<p>Na kraju sata učenici samostalno oblikuju tri osobna pravila za vlastito ponašanje na internetu. Pravila trebaju proizlaziti iz usporedbe „stvarnog“ i „online“ identiteta te iz rasprave o rizicima površnog prosuđivanja ljudi.</p> <p><i>Sada kada ste usporedili svoj stvarni i online identitet, želim da na trenutak razmislite o svemu što smo danas radili. Vidjeli smo da profil na društvenim mrežama pokazuje samo mali dio osobe i da na temelju nekoliko fotografija ili kratkih opisa lako možemo stvoriti pogrešan dojam o nekome.</i></p> <p><i>Zato je važno da svatko od nas preuzme odgovornost za način na koji se predstavlja i kako se odnosi prema drugima na internetu. Pred vama je zadatak da oblikujete tri osobna pravila za svoje online ponašanje. Ta pravila trebaju biti vaša – iskrena i primjenjiva u svakodnevnom životu.</i></p> <p><i>Razmislite:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Što ne želite dijeliti o sebi?</i></li> <li>• <i>Kako želite komunicirati s drugima?</i></li> <li>• <i>Kako možete spriječiti da nekoga povrijedite ili pogrešno procijenite?</i></li> </ul> <p><i>Nema točnih i netočnih odgovora. Nakon što napišete pravila, možete ih podijeliti s razredom kako bismo zajedno oblikovali nekoliko zajedničkih smjernica za sigurno i odgovorno ponašanje na mrežama.</i></p> <p>Rješavanje evaluacijskog listića.</p>	<p>Učenik oblikuje osobna pravila odgovornog ponašanja u digitalnom okruženju, primjenjuje spoznaje o razlici stvarnog i online identiteta u vlastitom djelovanju, procjenjuje koje informacije o sebi i drugima nije sigurno dijeliti na internetu.</p> <p>Učenik izražava svoj doživljaj radionice i daje povratnu informaciju o radionici.</p>	<p>Rad u cijelom razredu (zajedničko dijeljenje)</p>	<p>Aktivnost 3</p> <p>Evaluacijski listić</p>



## Aktivnost 1 / MOJA DVA PROFILA

Ova aktivnost potiče učenike na razmišljanje o vlastitom identitetu u stvarnom životu i o načinu na koji se predstavljaju na internetu. Cilj je da učenici osvijeste razliku između svoje stvarne osobnosti i svoje online slike te da promišljaju o digitalnom identitetu, komunikaciji i sigurnosti na internetu.

U radnom listu učenici uspoređuju dva dijela: „Stvarni ja“ i „Online ja“.

U prvom dijelu razmišljaju o sebi u stvarnom životu – kako bi se opisali, koje su njihove vrline i mane, kako provode slobodno vrijeme, kakvi su im odnosi s prijateljima i obitelji te koje su njihove vrijednosti i granice. Ovaj dio pomaže učenicima da bolje upoznaju sebe i osvijeste što im je važno u životu.

U drugom dijelu, „Online ja“, učenici razmišljaju o svom digitalnom identitetu – koje platforme koriste, kako se predstavljaju, kakav sadržaj objavljuju i koju verziju sebe pokazuju drugima na internetu. Također promišljaju o načinu komunikacije na internetu, primjerice jesu li hrabriji iza ekrana i pišu li ponekad nešto što uživo ne bi rekli. Poseban dio odnosi se na sigurnost na internetu, učenici razmišljaju o tome koje osobne podatke ne dijele i koga prihvaćaju za pratitelje ili prijatelje na društvenim mrežama.

Cilj je aktivnosti razviti svijest o digitalnom identitetu, odgovornom ponašanju na internetu, sigurnosti na mreži te uskladiti online ponašanje sa stvarnim vrijednostima i osobnošću. Aktivnost također potiče samopromišljanje, iskrenost i odgovorno korištenje društvenih mreža.

• **Napomena:** Na mrežnim stranicama Srednje škole Ivana Lucića – Trogir, u rubrici „Kairos na mreži“, dostupni su dodatni materijali i radni listovi namijenjeni provođenju ove radionice.



## Aktivnost 2 / TKO JE OVA OSOBA?

Ova aktivnost bavi se temom digitalnog identiteta, predrasuda i razlike između slike koju ljudi prikazuju na društvenim mrežama i njihove stvarne životne situacije. Učenici kroz rad u skupini analiziraju profile nekoliko izmišljenih osoba s društvenih mreža te na temelju objava, fotografija i opisa stvaraju prvi dojam o tim osobama.

U prvom dijelu aktivnosti učenici vide samo profil osobe (fotografije, opise, stil objava, interese) i na temelju toga odgovaraju na pitanja. Razmišljaju kakav dojam osoba ostavlja, kakav život vodi, čime se bavi, kakva je kao osoba i kakvi su joj odnosi s drugima. Tako učenici postaju svjesni koliko brzo donosimo zaključke o drugima na temelju vrlo malo informacija, posebno na društvenim mrežama.

Nakon rasprave, učenici dobivaju dodatne informacije o stvarnom životu te osobe. Tada saznaju da je stvarnost često potpuno drugačija od slike koju osoba prikazuje na internetu – iza luksuza može stajati siromaštvo, iza samopouzdanja nesigurnost, iza veselih fotografija teškoće mentalnog zdravlja, iza „neozbiljnog“ profila velika odgovornost, a iza provokativnog ponašanja potreba za zaštitom i prihvaćanjem.

Nakon toga učenici ponovno raspravljaju i odgovaraju na pitanja poput: koliko često sudimo drugima na temelju jedne slike, kako bi se te osobe osjećale kada bi znale što smo o njima pretpostavili i koliko su naši vlastiti profili uređeni ili prikazuju samo jedan dio stvarnosti.

Cilj je aktivnosti razviti kritičko razmišljanje, empatiju i svijest o tome da društvene mreže često ne prikazuju stvarni život, nego uređenu verziju stvarnosti. Aktivnost potiče učenike da razmisle o vlastitom digitalnom identitetu, o tome kako predstavljaju sebe na internetu i koliko brzo stvaramo predrasude o drugima na temelju njihovih profila.

• **Napomena:** Na mrežnim stranicama Srednje škole Ivana Lucića – Trogir, u rubrici „Kairos na mreži“, dostupni su dodatni materijali i radni listovi namijenjeni provođenju ove radionice.

## PRIMJERI PROFILA

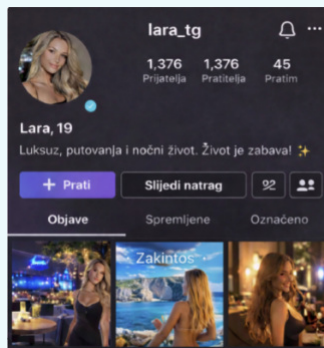
### LARA, 19

PROFIL  
Ime: Lara, 19

- „Voli luksuz, putovanja i noćni život. Život je zabava!“
- Lokacije: skupi restorani, plaže, klubovi
- Pozirane fotografije, puno filtera, brendirana odjeća

#### ? PITANJA ZA GRUPU

- Kakav prvi dojam Lara ostavlja na temelju profila?
- Kojim se riječima najčešće opisuje njezin stil života?
- Što mislite - čime se bavi (škola, posao, nešto treće)?
- Odakle joj, prema vašem mišljenju, novac za ovakav stil života?
- Kako zamišljate njezin svakodnevni život izvan društvenih mreža?



#### LARA

Lara živi s majkom i mlađim bratom. Majka radi u trgovini, a Lara povremeno čuva djecu. Fotografije s putovanja su s jednog jedinog ljetovanja prije dvije godine, a objavljuje ih postupno. Odjeća je posuđena od prijateljica ili kupljena u second-hand dućanu. Noćni izlasci su rijetki – većinu večeri provodi kod kuće, učeći ili pomažući bratu s domaćom zadaćom. Profil joj služi kao bijeg od stvarnosti i način da se osjeća „vrjednije“.

- Koliko često sudimo drugima na temelju jedne fotografije?
- Kako bi se ove osobe osjećale da znaju što smo o njima pretpostavili?
- Koliko su naši vlastiti profili „uređeni“?

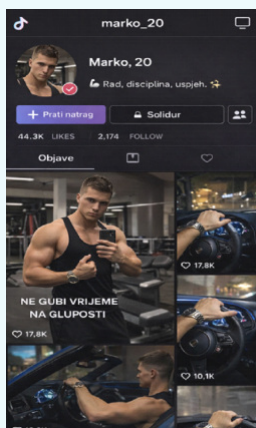
### MARKO, 20

PROFIL  
Ime: Marko, 20

- „Rad, disciplina, uspjeh.“
- Objave iz teretane, skupi satovi, auto
- Fotografije bez osmijeha, „alfa“ stav

#### ? PITANJA ZA GRUPU

- Kakav prvi dojam Marko ostavlja na temelju profila?
- Kako biste opisali njegov stav i osobnost?
- Što mislite - čime se bavi i kako provodi većinu vremena?
- Što mislite, zašto naglašava rad, disciplinu i uspjeh?
- Kakav odnos, prema vašem mišljenju, ima prema drugima?



#### MARKO

Marko se godinama bori s nesigurnošću i osjećajem manje vrijednosti. Bio je često ismijavan u osnovnoj školi zbog izgleda. Teretana mu je postala način nošenja s tjeskobom. Auto i sat su očevi. Iako djeluje hladno i samouvjeren, izbjegava bliske odnose jer se boji odbacivanja. Profil gradi sliku kakav želi biti, a ne kako se osjeća.

- Koliko često sudimo drugima na temelju jedne fotografije?
- Kako bi se ove osobe osjećale da znaju što smo o njima pretpostavili?
- Koliko su naši vlastiti profili „uređeni“?

### EMA, 18

PROFIL  
Ime: Ema, 18

- „Pozitivna energija, ljubav prema sebi.“
- Kave s prijateljicama, citati o sreći
- Uvijek nasmijana, pastelni filteri

#### ? PITANJA ZA GRUPU

- Kakav prvi dojam Ema ostavlja?
- Kako biste opisali njezino raspoloženje i energiju?
- Kakav život, prema profilu, vodi?
- Mislite li da je uvijek ovako vesela? Zašto da / zašto ne?
- Kakav odnos ima s prijateljima?



#### EMA

Ema se već godinu dana liječi od anksioznosti. Ima napadaje panike i često se osjeća iscrpljeno. Profil održava jer ne želi zabrinjavati druge i jer osjeća pritisak da mora biti „dobro“. Nasmijane fotografije često su snimljene u rijetkim trenucima kada se osjeća stabilnije. Iza profila stoji osoba koja se trudi preživjeti dan po dan.

- Koliko često sudimo drugima na temelju jedne fotografije?
- Kako bi se ove osobe osjećale da znaju što smo o njima pretpostavili?
- Koliko su naši vlastiti profili „uređeni“?

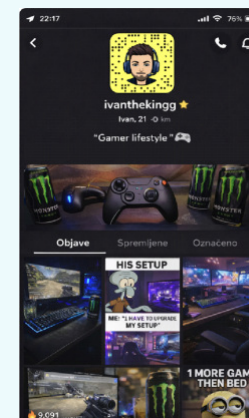
### IVAN, 21

PROFIL  
Ime: Ivan, 21

- „Gamer lifestyle.“
- Skupa oprema, noćne objave
- Screenovi igara, memeovi, energetska pića

#### ? PITANJA ZA GRUPU

- Kakav prvi dojam Ivan ostavlja na temelju profila?
- Kako biste opisali njegove interese i način života?
- Koliko vremena, prema vašem mišljenju, provodi online?
- Kako zamišljate njegov svakodnevni život izvan društvenih mreža?
- Mislite li da je odgovoran ili neozbiljan? Zašto?



#### IVAN

Ivan radi noćne smjene u skladištu kako bi pomogao obitelji. Igra igrice navečer jer tada jedino ima vrijeme za sebe. Skupa oprema kupljena je na rate. U školi je tih i povučen, ali odgovoran. Profil koristi kako bi pobjegao od umora i pritiska odgovornosti koju nosi prerano.

- Koliko često sudimo drugima na temelju jedne fotografije?
- Kako bi se ove osobe osjećale da znaju što smo o njima pretpostavili?
- Koliko su naši vlastiti profili „uređeni“?

## PRIMJERI PROFILA

NIKA, 19

### PROFIL

Ime: Nika, 19

- „Drama free, samo realno.“
- Selfiji, provokativne poze
- Kratki, oštri opisi

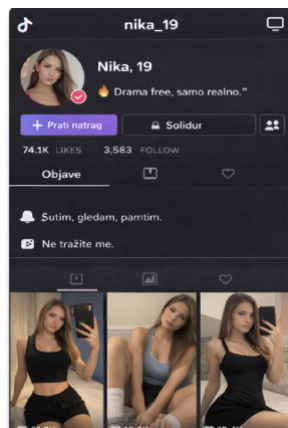
### PITANJA ZA GRUPU

- Kakav prvi dojam Nika ostavlja?
- Kako biste opisali njezin stav i komunikaciju?
- Što mislite, kakva je u odnosima s drugima?
- Zašto koristi kratke i oštre opise?
- Kakvu poruku šalje svojim objavama?

### NIKA

Nika je odrasla u nestabilnom obiteljskom okruženju. Naučila je da mora „očvrstnuti“ kako bi se zaštitila. Provokativne objave njezin su štiti – način da kontrolira kako je drugi vide prije nego što je mogu povrijediti. U stvarnosti je osjetljiva, ali rijetko to pokazuje.

- Koliko često sudimo drugima na temelju jedne fotografije?
- Kako bi se ove osobe osjećale da znaju što smo o njima pretpostavili?
- Koliko su naši vlastiti profili „uređeni“?



# Nisi sam/a online – podrška u digitalnom svijetu

## Cilj radionice:

Jačati socio-emocionalne vještine učenika u situacijama elektroničkog nasilja te potaknuti razvoj empatije, vršnjačke podrške i odgovornog ponašanja u digitalnom prostoru.

## Ključno pitanje:

Što možemo učiniti da internet bude sigurnije mjesto za nas i naše prijatelje?

**Ciljana skupina:** 14 – 16 godina

## Ishodi učenja:

- ✓ Učenik prepoznaje da riječi i ponašanje na internetu mogu imati snažan emocionalni utjecaj na druge osobe.
- ✓ Učenik objašnjava kako elektroničko nasilje može utjecati na osjećaje i samopouzdanje osobe koja ga doživljava.
- ✓ Učenik uočava važnost vršnjačke podrške i reagiranja u situacijama elektroničkog nasilja.
- ✓ Učenik navodi načine traženja pomoći i strategije zaštite u digitalnom okruženju (razgovor s odraslima, blokiranje, prijava sadržaja).

## Vrednovanje za učenje

sudjeluje u razgovoru i refleksiji nakon aktivnosti „Korak naprijed ako...“

sudjeluje u grupnom radu u aktivnosti „Što pomaže kada je teško online?“ te izrađuje mapu podrške

promišlja o utjecaju riječi u aktivnosti „Riječi koje ostavljaju trag“

## Vrednovanje kao učenje

sudjeluje u razgovoru u paru i razredu o emocijama povezanim s elektroničkim nasiljem





izražava stavove i razvija empatiju prema osobama koje doživljavaju nasilje

provodi završnu refleksiju nakon aktivnosti „Zgužvani papir“

• **Sadržajna evaluacija:** prati se kroz sudjelovanje učenika u raspravi, odgovore tijekom refleksije te ideje koje učenici predlažu u aktivnosti „Mapa podrške“, čime se procjenjuje razumijevanje utjecaja elektroničkog nasilja i mogućih načina reagiranja.

• **Procesna evaluacija:** provodi se kroz kratku završnu refleksiju (evaluacijski listić).



Etape	Opis nastavnih aktivnosti	Ishodi	Metode i oblici rada	Sredstva i pomagala
<b>Uvodni dio</b> 7-8' Korak naprijed ako... 	Učenici stoje u krugu ili redu. Voditelj čita izjave. Ako se učenik može poistovjetiti s izjavom, napravi korak naprijed. Primjeri izjava: <i>Korak naprijed ako si ikada vidio ružan komentar na internetu.</i> <i>Korak naprijed ako si vidio da se netko online ismijava drugoj osobi.</i> <i>Korak naprijed ako si nekad želio reagirati, ali nisi znao kako.</i> <i>Korak naprijed ako misliš da riječi na internetu mogu nekoga jako povrijediti.</i> Kratka refleksija: <i>Što primjećujete? Zašto ponekad ne reagiramo kada vidimo nepravdu online? Što vas sprječava da reagirate kada vidite ružne komentare ili e-nasilje? Koje posljedice bi neprihvatljive riječi mogle imati na osobu koja ih prima? Kako biste se vi osjećali da netko reagira ili ne reagira na vašu online situaciju? Na koji način anonimnost ili udaljenost u online prostoru mijenja našu spremnost da reagiramo?</i>	Učenik identificira vlastita iskustva i opažanja vezana uz neprimjerenu komunikaciju na internetu, prepoznaje emocionalni utjecaj riječi i ponašanja u online komunikaciji, uočava prisutnost elektroničkog nasilja u svakodnevnom digitalnom okruženju.	Metoda razgovora	Prostor učionice ili dvorane koji omogućuje kretanje učenika  Pripremljene izjave za aktivnost „Korak naprijed ako...”
<b>Aktivnost 1</b> 20' Što pomaže kada je teško online? 	Učenici se dijele u male grupe (3–4 učenika). Zadatak svake grupe jest napisati što može pomoći osobi koja se osjeća povrijeđeno zbog onoga što joj se dogodilo na internetu. Primjeri ideja koje učenici mogu navesti: razgovor s prijateljem, podrška razreda, razgovor s roditeljima, razgovor s nastavnikom ili stručnim suradnikom, blokiranje osobe, prijavljivanje sadržaja, odmor od društvenih mreža, aktivnosti koje pomažu da se osjećamo bolje (sport, glazba, šetnja). Grupe ukratko predstavljaju svoje ideje, a voditelj ih zapisuje na ploču i formira „mapu podrške”.	Učenik prepoznaje načine pružanja podrške osobi koja doživljava elektroničko nasilje, navodi strategije suočavanja i traženja pomoći u situacijama neprimjerene komunikacije na internetu, uočava važnost vršnjačke i odrasle podrške u rješavanju problema u digitalnom okruženju.	Metoda razgovora, suradničkog učenja  Grupni rad	Ploča ili flipchart, papiri ili post-it papirići, flomasteri/olovke  Prostor za zapisivanje i izradu „Mape podrške”
<b>Aktivnost 2</b> 8-10' Riječi koje ostavljaju trag 	Voditelj napiše na ploču ili prikaže projektorom dvije rečenice koje bi se mogle pojaviti u online okruženju (chat, komentari, društvene mreže): „Nitko te ne želi u ovoj grupi.” „Drago mi je što si u našoj grupi.” Učenici razgovaraju u paru: <i>Kako bi se osoba osjećala kada bi pročitala prvu rečenicu online? Kako bi se osjećala kada bi pročitala drugu rečenicu?</i> Nakon toga slijedi kratka rasprava u razredu: <i>Zašto riječi koje pišemo online mogu snažno utjecati na emocije? Zašto ljudi ponekad napišu nešto online što uživo ne bi rekli?</i> <i>Zašto riječi online ponekad bole više nego riječi izgovorene uživo?</i> <i>Koja je vaša osobna odgovornost kada vidite da netko doživljava negativne komentare online?</i>	Učenik prepoznaje kako online komentari i poruke mogu utjecati na emocije i ponašanje drugih, razvija empatiju prema osobama koje doživljavaju negativne komentare online.	Metoda vođenog razgovora  Rad u paru	Pripremljene rečenice  Prostor koji omogućuje razmjenu mišljenja u paru
<b>Završna aktivnost</b> 4-5' Zgužvani papir 	Voditelj pokaže učenicima list papira i kaže: <i>Zamislite da ovaj papir predstavlja osobu koja dobiva ružne poruke na internetu.</i> Učenici zatim izgovaraju neke ružne komentare kakve ljudi ponekad napišu online. Dok to govore, voditelj gužva papir. Zatim kaže: <i>Sada pokušajmo popraviti situaciju. Recite jednu lijepu ili podržavajuću poruku.</i> Učenici govore pozitivne poruke, a voditelj pokušava izravnati papir. Papir se može izravnati, ali ostaju nabori. Zaključak: <i>I kada pokušamo popraviti stvari, riječi koje su izrečene ili napisane često ostave trag. Zato je važno razmisliti prije nego što nešto napišemo ili podijelimo na internetu.</i> Ispunjavanje evaluacijskog listića.	Učenik prepoznaje emocionalni utjecaj negativnih poruka na internetu i vlastitu odgovornost u komunikaciji u digitalnom prostoru.  Učenik izražava svoj doživljaj radionice i daje povratnu informaciju o radionici.	Rad u cijelom razredu (zajedničko dijeljenje)	Papir  Evaluacijski listić

• **Napomena:** Na mrežnim stranicama Srednje škole Ivana Lucića – Trogir, u rubrici „Kairos na mreži”, dostupni su dodatni materijali i radni listovi namijenjeni provođenju ove radionice.



# Adolescencija i digitalni rizici: iskustva liječnice školske medicine

Adolescencija je razdoblje između djetinjstva i odrasle dobi koje traje otprilike od 10. do 19. godine života. U razdoblju adolescencije događaju se intenzivne fizičke promjene, ali i ubrzani kognitivni razvoj tijekom kojega djeca sve jasnije sagledavaju svijet odraslih. Stvaraju svoje stavove, biraju društvo i partnere te svoj životni put. Donose odluke koje su ponekad odraz želje za doživljavanjem novih životnih iskustava, a pritom često zanemaruju ili ne prepoznaju opasnosti koje im prijete. Vrlo im je bitno mišljenje vršnjaka te pripadanje i prihvaćanje od strane grupe. Ta grupa vršnjaka ne nalazi se samo u školi, sportskom klubu ili na ulici nego i iza ekrana računala ili mobitela.

Većina djece dobiva mobitel do trećeg razreda osnovne škole, a u višim razredima gotovo ga svi imaju. Roditelji, uz najbolju volju, ne mogu znati koliko vremena dijete provodi gledajući u ekrane, koje stranice posjećuje, u kojim je društvenim grupama aktivno i čemu je sve izloženo. Naravno, računala i mobiteli nisu isključivo štetni; djeci su svakodnevno potrebni u učenju i izradi školskih zadataka, slušanju glazbe i stvaranju vlastitih kreativnih sadržaja, a s obzirom na to da roditeljima pružaju mogućnost komunikacije s djecom u svakom trenutku, ni roditelji nisu skloni u potpunosti zabraniti posjedovanje i korištenje mobitela svojoj djeci.

Adolescenti velik dio dana provode na internetu, ponajviše na društvenim

mrežama. Tamo susreću svoje vršnjake i upoznaju nove prijatelje, često zaboravljajući da virtualni svijet krije mnoge opasnosti, zbog čega nerijetko postaju žrtve elektroničkog nasilja. Različiti su oblici elektroničkog nasilja: to mogu biti prijetnje, isključivanje, uznemiravanje, praćenje, ruganje te dijeljenje povjerljivih podataka ili fotografija i sl. Skrivanje iza zaslona omogućuje nasilniku da nasilje bude bolnije i intenzivnije nego ono koje se provodi u stvarnom svijetu, a veliki broj korisnika koji tom nasilju svjedoče izaziva teže posljedice na žrtvu. Roditelji često ne znaju što se događa u životu njihove djece koja su žrtve nasilja, ali ni u životu onih koji provode nasilje. Adolescenti su u fazi života kada se odmiču od svojih roditelja, manje im se povjeravaju i smatraju da ih roditelji ne mogu razumjeti, pa im ne povjeravaju ni ono što im se događa na internetu. Roditelj je zadovoljan jer je dijete kod kuće, u sobi, „na sigurnom“, a dijete za to vrijeme može biti izloženo najbrutalnijem nasilju. Znakovi koje roditelj može uočiti kod djeteta koje je žrtva elektroničkog nasilja jesu stalno korištenje mobitela i računala, učestalo provjeravanje društvenih mreža, nervoza, zatvorenost, tuga i zabrinutost, koje se danas često pojavljuju i kod adolescenata koji nisu nužno žrtve nekog oblika nasilja. Roditelji su skloni banalizirati situacije koje im djeca opišu, ako se i uspiju otvoriti, te ih okarakterizirati kao „dječja posla“. Međutim, ono što djeca doživljavaju ostavlja na njihovoj psihi trajne i duboke tragove, odnosno posljedice za cijeli život.

U svakodnevnom radu s djecom u ambulanti školske medicine sve se češće susrećemo s problemima vezanima uz mentalno zdravlje djece, uključujući i nasilje na internetu. Djeca se često prvi put otvaraju u našim ambulan-

tama i prepričavaju situacije koje su im se dogodile, nakon čega uslijedi cijeli niz događaja, u koji se nerijetko uključuje i policija. Suradnja školskog liječnika i stručne službe škole svakodnevna je i neophodna za što brže i kvalitetnije otkrivanje problema s kojima se mladi susreću. Preventivni programi koji se provode nužni su, ali nažalost nedostatni, zbog velikog opsega drugog posla kojim se bavimo i koji je također vrlo važan. Te programe potrebno je provoditi na različite načine od predškolske dobi, educirajući djecu i roditelje, odnosno sve koji su uključeni u odgoj djeteta. Potrebna je rana suradnja roditelja i stručnjaka koji se bave djecom, jer iskustvo pokazuje da su i roditelji zatečeni brzinom kojom napreduje tehnologija i nisu u potpunosti svjesni svih rizika kojima izlažu dijete onog trenutka kad mu daju pristup internetu. U svakodnevnom radu susrećemo se s djecom koja izjavljuju da dnevno provode po 4-5 i više sati na računalima i mobitelima, a posebno nas zabrinjavaju izjave roditelja djece koja se tek upisuju u prvi razred osnovne škole, od kojih neka provode po tri sata dnevno „na ekranima“. Zbog toga smatramo da bi zakonskom regulativom bilo poželjno onemogućiti djeci korištenje računala i mobitela u ranoj dobi, a roditelje poučiti o načinima kontrole i roditeljske zaštite.

Svima koji sudjeluju u odgoju djeteta, a to nisu samo roditelji nego i škola, liječnik, sportski klub te vjerska zajednica, treba biti u interesu da djeca odrastaju u zdravom i sigurnom okruženju te izrastu u stabilne i sretne odrasle ljude.

**Ivana Sikirica, dr. med., spec. šk. med.**



Želim istaknuti važnost kontinuiranog djelovanja škole u području sigurnosti djece na internetu. Ne samo kao ravnateljica, već i kao nastavnica matematike i informatike, u svom radu prepoznavala sam sigurnost na internetu kao svakodnevi izazov s kojim se učenici susreću. Kroz nastavu sustavno sam radila na usvajanju ishoda vezanih uz sigurno korištenje tehnologije i odgovorno ponašanje na internetu te naglašavala važnost održavanja kibernetičke higijene. Danas, u ulozi ravnateljice, imam priliku podržavati i poticati projekte, osiguravajući uvjete za njihovu provedbu.

Posebno sam ponosna na projekt *Kairos na mreži* usmjeren na prevenciju elektroničkog nasilja i razvoj digitalne odgovornosti. Osim tematike, posebnu vrijednost ovom projektu daje koncept vršnjačke edukacije, koji se pokazao iznimno učinkovitim u prenošenju poruka među mladima. Učenici preuzimaju aktivnu ulogu – nisu samo primatelji znanja, već i prenositelji – educiraju jedni druge, razmjenjuju iskustva i zajedno grade sigurnije digitalno okruženje. Takav model potiče razvoj odgovornosti, empatije, i kritičkog promišljanja, što je iznimno važno u suočavanju s izazovima suvremenog digitalnog društva. Osažujući ih, stvaramo temelje za osviješteno i podržavajuće društvo u kojem će svako dijete imati priliku odrastati sigurno.

Vjekoslava Radić, prof.  
ravnateljica SŠ Ivana Lucića - Trogir



REPUBLIKA HRVATSKA  
Policajska uprava  
splitsko-dalmatinska



csi.hr  
Centar za sigurni internet



NASTAVNI ZAVOD  
ZA JAVNO ZDRAVSTVO  
SPLITSKO-DALMATINSKE ŽUPANE



leda  
Izvorska voda | Spring water  
NEGLAZIRANA - NON CARBONATED

