



Roditeljski kompas u svijetu medija:

Savjeti za digitalno doba
– dezinformacije i
dobno prikladni sadržaji za djecu

VODIČ ZA RODITELJE

U današnjem digitalnom svijetu, djeci i mladima, kao i odraslima, svakodnevno je dostupan uistinu veliki broj medijskih sadržaja. Zbog utjecaja koje mediji mogu imati na djecu i mlade, osobito na djecu, koja danas vrlo rano počinju koristiti različite medije, vrlo je važna medijska pismenost.

Medijska pismenost uključuje sposobnost analize, vrednovanja, pristupa i stvaranja medijskih poruka u raznim oblicima. Osposobljava nas da kritički razmišljamo o medijima i medijskim sadržajima te njome možemo spriječiti loš utjecaj medijskih sadržaja na nas. Medijska pismenost nam zapravo omogućuje prepoznavanje lažnih vijesti, manipulacija medija, te odabir kvalitetnih medijskih sadržaja i provjerenih informacija. Važno je da roditelji uče svoju djecu medijskoj pismenosti kako bi im pomogli da izvuku najkvalitetnije sadržaje te izbjegnu sve potencijalne opasnosti.

Savjeti za roditelje u digitalnome svijetu

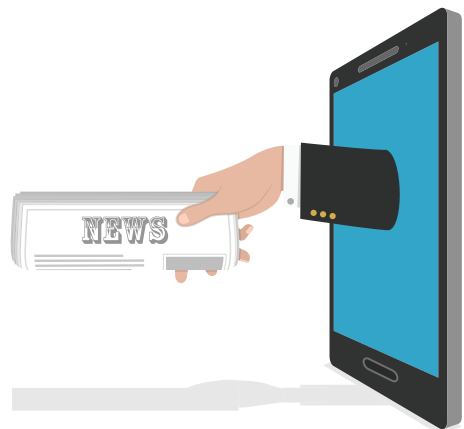
- **Zajedno proučavajte medijske sadržaje sa svojom djecom:** Dobro je da se roditelji uključe u zajedničko proučavanje medijskih sadržaja sa svojom djecom, i to od rane dobi djece. Na taj način imate priliku potaknuti otvorene razgovore o samim sadržajima, ali i porukama koje oni šalju. Potpitanjima možete potaknuti kritičko razmišljanje kod djece te im pomoći da razumiju tehnike kojima se mediji koriste. Naučite ih koliko je važno preispitivati vjerodostojnost izvora, provjeravanje činjenica, te evaluiranje različitih stajališta.
- **Promičite odgovorno ponašanje na internetu:** Poučite djecu koliko je važna privatnost i poštivanje drugih na internetu. Razgovarajte s njima o mogućim posljedicama njihovih postupaka, rizicima dijeljenja osobnih podataka i važnosti bontona. Ekran ljudima često daje nekakav osjećaj anonimnosti, te na internetu znaju biti hrabriji, pa i okrutniji. Važno je da svaki roditelj svoju djecu uči o tome kako na internetu ne bi trebali činiti nešto što ne bi učinili u stvarnome svijetu. Posebnu pozornost posvetite elektroničkom

nasilju. Možete djecu pitati pitanja o tome kako bi se oni osjećali da na njih netko vrši različite oblike elektroničkog nasilja kako biste razvijali njihovu empatiju, te im pokušati osvijestiti koliko ozbiljne posljedice elektroničkog nasilja mogu biti na same žrtve.

- **Radite na odnosu povjerenja sa svojom djecom:** Zanimajte se za online svijet svoje djece, razgovarajte s njima o tome kakve sadržaje gledaju jer to može biti odlična prilika da komentirate ukoliko naiđu na nešto neprimjereno. Važno je da im date do znanja kako vam se uvijek mogu obratiti u slučaju da dožive nešto neprimjereno.

Informacijski poremećaj = lažne vijesti na internetu

Jedan od velikih izazova na internetu je vjerovanje u lažne vijesti, osobito na društvenim mrežama, gdje se informacije šire brzinom svjetlosti. Pojam informacijski poremećaj je prvi put upotrijebljen 2017. godine u izvješću Vijeća Europe o problematici lažnih vijesti, a od tada se preporučuje da se pojam „informacijski poremećaj“ koristi umjesto pojma „lažne vijesti“. Ključno je da djeca od rane dobi razviju kritičko razmišljanje o važnosti provjeravanja informacija.



Kako obraniti djecu od informacijskog poremećaja, odnosno vjerovanja u lažne vijesti?

- **Kada uočite dezinformacije na internetu, razgovarajte o tome s djecom:** Objasnite djeci na temelju čega ste vi primijetili da je nešto dezinformacija te zajedno istražite izvor i namjeru autora.
- **Potičite djecu da prijavljuju dezinformacije na internetu:** Najbolji način za sprečavanje negativnih utjecaja dezinformacija na sve ljude je upravo prijava istih! Na taj način štitimo sebe, ali i druge od rizika od vjerovanja u lažne vijesti.
- **Savjetujte djeci da razmisle o tome je li naslov mamac za klikove:** Naslovi su često senzacionalistički i često se modificiraju kako bi dobili više klikova. Oni ponekad čak niti ne odgovaraju samom sadržaju određenog članka.
- **Savjetujte djeci da razmisle tko je autor neke vijesti:** Važno je provjeriti autora, je li on uopće naveden, te ga istražiti. Djeci možete predložiti da pogledaju neke prethodne radove/članke određenog autora, te da istraže više informacija o njemu.
- **Savjetujte djeci da provjere datum:** Dobro je provjeriti kada je napisan određeni sadržaj, te je li on uistinu aktualan. Ponekad autori za stari članak znaju staviti novi datum, a postoje i situacije u kojima se starom članku mijenja naslov te se on objavljuje s novim datumom.
- **Savjetujte djeci da provjere medij koji je objavio određenu vijest:** Neka provjere tko je prenio vijest te je li navedeni medij vjerodostojan.
- **Savjetujte djeci da provjere izvore:** Važno je provjeriti odakle dolaze informacije određene vijesti, te jesu li ti izvori vjerodostojni.
- **Savjetujte djeci da razmisle o autorovoj namjeri:** Možete zajedno s djecom raspraviti o tome je li određeni sadržaj reklama, mišljenje ili je cilj autora da zabavi čitatelje/gledatelje/slušatelje.
- **Savjetujte djeci da razmisle o svojim predrasudama:** Često smo svi skloni sami dati prednost određenim informacijama, ovisno o tome tko što kaže ili napiše, a naša iskustva također mogu

utjecati na to hoćemo li povjerovati određenoj lažnoj vijesti.

- **Savjetujte djeci da obrate pozornost na sljedeće znakove za uzbunu:** Uređene slike, pravopisne pogreške i puno velikih slova i uskličnika.

Savjetujte djeci i da zastanu prije nego što oni sami odluče podijeliti određenu informaciju, da razmisle je li nešto što su pročitali zaista istina, te da dijele jedino informacije za koje su sigurni da su točne. Kada gledaju ili čitaju određene sadržaje, savjetujte im da ih dodatno istraže i provjere, da kritički razmišljaju o njima te da ne vjeruju svemu što pročitaju ili vide na internetu.

Možete potaknuti djecu i da ona sama postanu kreatori sadržaja koji nemaju dobru namjeru – kako bi bolje shvatili kako funkcionira širenje lažnih vijesti na internetu. Ponekad se zna dogoditi i da budemo u tzv. filter mjehuriću, odnosno da stalno vidamo vijesti slične onima koje smo vidjeli ranije, a one mogu biti lažne. Važno je ponekad istraživati i sadržaje koji se razlikuju od naših stajališta kako bismo mogli kritički razmišljati i stvoriti neko svoje mišljenje, a ne da nam mediji formiraju neko nametnuto mišljenje.



Važnost odabira kvalitetnih medijskih sadržaja za djecu

Odabir kvalitetnih sadržaja koje djeca gledaju na televiziji, u videoigrama ili na internetu općenito od iznimne je važnosti za njihov razvoj i njihovu dobrobit. Roditelji su ključni u filtriranju sadržaja koje djeca konzumiraju, jer se time može smanjiti vjerovanje u dezinformacije, te se mogu izbjeći nasilni i neprimjereni sadržaji koji mogu negativno utjecati na njihovo ponašanje i mentalno zdravlje. Kvalitetan sadržaj potiče učenje, kreativnost i razvija kritičko mišljenje, dok istovremeno pruža pozitivne moralne vrijednosti. Birajući edukativne emisije i sadržaje prilagođene dobi djece, roditelji pomažu svojoj djeci da izgrade zdrave medijske navike i stvore temelj za odgovorno korištenje medija u budućnosti.

Zabrana televizije ili igranja video igara nije rješenje. Zabranom bi vrlo vjerojatno došlo do sukoba između djece i roditelja. Djeca uvijek mogu pronaći alternativno rješenje i pogledati televiziju ili odigrati video igru kod prijatelja. Umjesto zabrane, važno je naučiti djecu kako da zdravo koriste medijske sadržaje.

Razgovarajte s djecom o sadržajima koje gledaju na televiziji ili u videoigrama. Važno je izbjegavati moraliziranja, omalovažavanje ili prijetnje. Na taj način dijete može steći dojam da ga podcjenjujete i da ga ne razumijete. Možete pitati dijete zašto mu se sviđaju određeni sadržaji te mu objasniti zašto je nešto neprimjereno. Redovni razgovori o tome što vaša djeca gledaju ili rade online pokazuju da ste aktivno uključeni, a to im može pružiti osjećaj da vam se mogu obratiti u slučaju nevolje.

Provedite istraživanje kako biste pronašli određene platforme ili aplikacije koje nude sadržaje prilagođene dobi vaše djece, te potražite pouzdane izvore i edukativne sadržaje koji su namijenjene njihovoj dobi. Možete pogledati i recenzije ili ocjene određenih sadržaja.

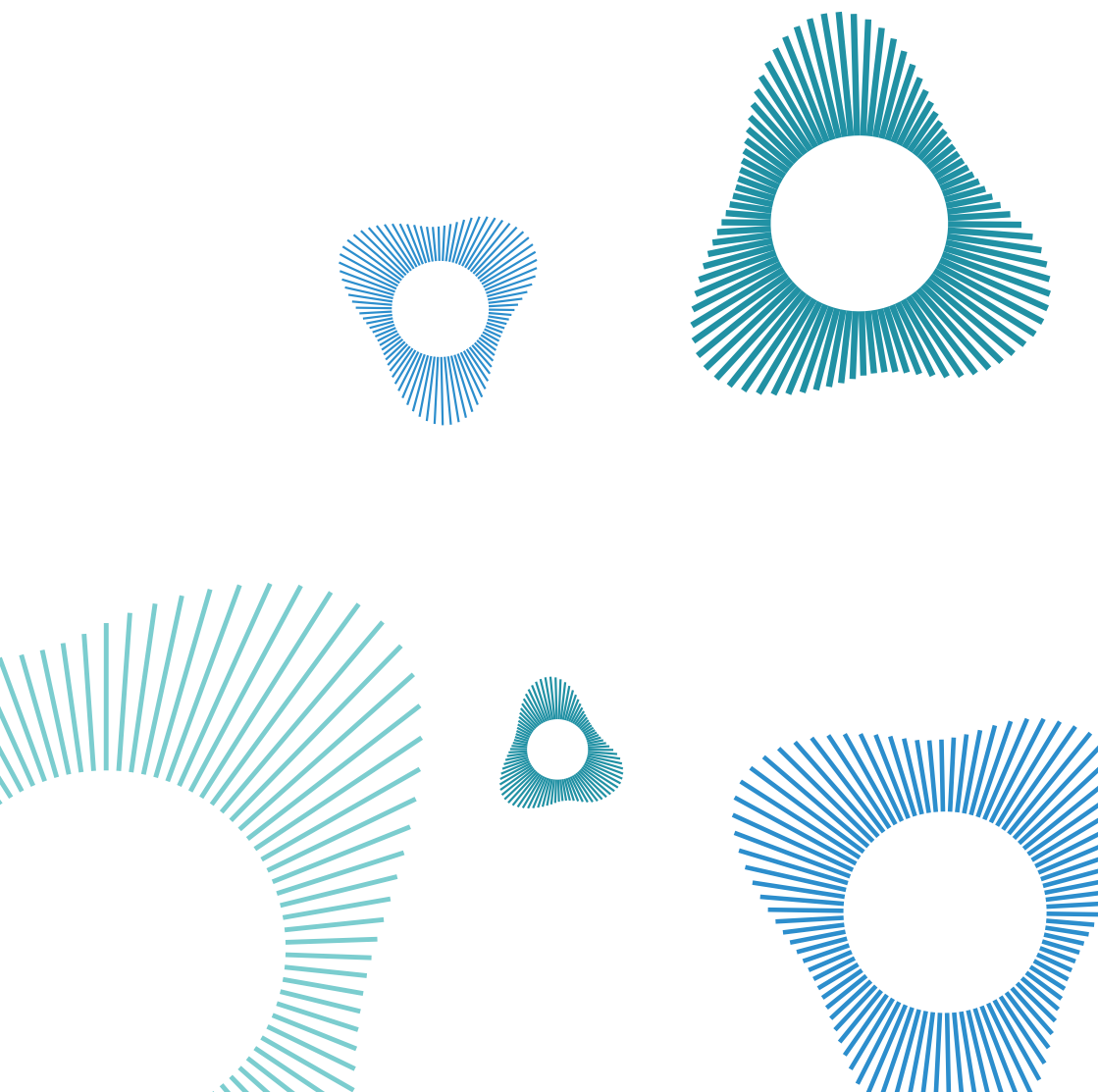
Postavite roditeljski nadzor. Preporuka Centra za sigurniji je Family Link koji nudi sljedeće mogućnosti:

- Pregledavanje lokacija na kojima dijete ima prijavljene i aktivne Android uređaje.
- Pomoć djetetu oko odabira vrsta aktivnosti koje se mogu spremati na njegov račun te odrediti na koji se način te aktivnosti mogu koristiti kako bi se djetetov doživljaj prilagodio.
- Postavljanje ograničenja vremena upotrebe.
- Mijenjanje postavki pristupa i sadržaja i ostalih postavki za YouTube doživljaje.
- Davanje odobrenja za preuzimanja i kupnje putem Google Pay-a ili ograničavanje vidljivosti sadržaja na temelju dobi.
- Upravljanje postavkama, na primjer postavkama sigurnog pretraživanja kod Google pretraživanja te pregledavanje djetetovih dopuštenja za aplikacije, na primjer pristup fotoaparatu i kontaktima.

Kod video igara preporučujemo korištenje PEGI oznaka. Iz razloga što neke videoigre mogu imati negativan utjecaj na igrače, vrlo je važno da na video igrama budu prikazane dobne ocjene koje jasno označavaju minimalnu prikladnu dob na temelju sadržaja video igara – a PEGI oznake pružaju upravo to. Paneuropski sustav klasifikacije igara (PEGI) prema dobi roditeljima pomaže donositi informirane odluke o kupnji video igara za svoju djecu. PEGI oznaka u obzir ne uzima razinu težine video igre ili ponašanje ostalih igrača u igri, nego dobnu prikladnost sadržaja video igre. Na primjer, PEGI 3 ne znači nužno da je video igra lagana i da ju mogu igrati djeca od 3 godine, nego da je ona sadržajno dobno prikladna za navedenu dob. Uz same ocjene, PEGI pruža i deskriptore sadržaja. Oni prikazuju sličice koje upozoravaju na prisutnost određenih sadržaja. Na primjer, sličica na kojoj piše FEAR (STRAH) upućuje na to da igra sadržava zvukove ili slike koje bi mogle uplašiti malu djecu, odnosno da sadržava uznemirujuće slike, umjerene ili intenzivne te dugotrajne sekvencije horora kod onih igara sa višim PEGI ocjenama.

Obiteljski ugovor

Centar za sigurniji internet izradio je primjer Obiteljskog ugovora, koji je odličan način za postavljanje jasnih granica i očekivanja od djece u online svijetu. Djeci je uvijek zanimljivo što se ovog ugovora treba pridržavati i ostali ukućani, pa tako i njihovi roditelji. On donosi prijedloge za raspravu između roditelja i djece o aktivnostima djece na internetu, te o nekim mogućim štetnim utjecajima interneta, kao i prijedloge o pravilima za sigurno korištenje interneta.



Obiteljski ugovor

Obiteljski ugovor je odličan način za započeti razgovor u obitelji o sigurnom i odgovornom korištenju interneta i način za postaviti jasna očekivanja i granice. Kupovina prvih ekrana koje će dijete koristiti (npr. mobitela) može biti odličan trenutak za definirati ova pravila! Koristite ovaj predložak kako biste imali svoj pisani ugovor.

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

Teme koje je korisno uklopiti u obiteljski ugovor

Za početak

- što volite raditi na internetu?
- Koje aplikacije, igrice i web stranice najviše koristite?
- Jeste li već odredili neka pravila u obitelji?

Vrijeme pred ekranima

- Kako se osjećamo kada smo previše pred ekranima?
- Kako znamo da nam upotreba ekrana ometa obiteljski život?
- Što možemo napraviti da si pomognemo da ne koristimo ekrane previše?

Dijeljenje sadržaja

- Što možemo provjeriti prije nego objavimo neki sadržaj online?
- Znamo li koristiti postavke privatnosti i što čini jaku lozinku?
- Kako možemo sigurno koristiti livestream i nestajuće sadržaje?

Online sadržaj

- Kako odlučujemo koje web stranice, aplikacije, igrice i uređaji su dobri za nas?
- Što možemo napraviti ako na internetu vidimo nešto što se ne čini kao pouzdan izvor informacija?
- Kako sami sebe možemo spriječiti da ne potrošimo slučajno puno novca na igricu ili aplikaciju?

Komuniciranje online

- S kim možemo razgovarati, dopisivati se i igrati online igre? Radi li se tu samo o obitelji, prijateljima ili nepoznatim osobama?
- Kako ostati siguran ako komuniciramo s ljudima koje poznajemo samo online?
- Kako možemo paziti na naše prijatelje kada smo online?

Ako nešto krene loše

- Što radimo ako se ne osjećamo ugodno ili se uzrujamo zbog nečega što smo vidjeli na internetu?
- Što radimo ako nas netko koga smo upoznali online pita da mu pošaljemo slike, želi da se čujemo na video poziv, da se sastanemo uživo ili podijelimo neke osobne informacije?
- Znamo li kako prijaviti neprimjerene sadržaje i blokirati neželjene kontakte na web stranica, aplikacijama i u igricama koje koristimo?

Za kraj

- Kako nam aplikacije roditeljske kontrole mogu pomoći?
 - Što se događa ako netko prekrši pravila definirana ugovorom?
 - Kada je potrebna revizija ugovora?
-

Obiteljski ugovor

Obiteljski ugovor je odličan način za započeti razgovor u obitelji o sigurnom i odgovornom korištenju interneta i način za postaviti jasna očekivanja i granice. Kupovina prvih ekrana koje će dijete koristiti (npr. mobitela) može biti odličan trenutak za definirati ova pravila! Koristite ovaj predložak kako biste imali svoj pisani ugovor.

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

Slažemo se da ćemo:

Npr. biti ljubazni i poštivati druge online.

Kako to radimo?

Npr. objavljujemo samo primjerene komentare.

Što se događa ako netko ne poštuje ugovor?

Koliko ugovor vrijedi i kada ga treba prilagoditi?

Top savjeti

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

Potpisi

Podrška Centra za sigurniji internet

Ukoliko vam zatreba savjet oko sigurnosti na internetu, pomoć ili podrška u slučaju da vaše dijete doživi nasilje na internetu ili ne zna kako se nositi s određenim neprimjerenim sadržajima koji su ga uznemirili, za vas su tu stručnjaci **Centra za sigurniji internet!**

Možete nas nazvati na našu **besplatnu Helpline liniju** za savjetovanje, **svakim radnim danom od 08:00 do 16:00 sati** na broj **0800 606 606**. Imamo mogućnost i savjetovanja uživo u našem uredu u Višnjevcu i Zagrebu, a na našoj web stranici csi.hr možete prijaviti neprimjerene sadržaje na internetu **putem Hotline obrasca** za prijavu ilegalnih sadržaja na internetu.

Zapamtite: Zabrana nije rješenje! Živimo u digitalnome svijetu i djeci ne trebamo braniti korištenje medijskih sadržaja, no važno je da se i mi odrasli svakodnevno educiramo o online svijetu kako bismo mogli prenijeti svoje znanje djeci te ih naučiti kako da zdravo, sigurno i kritički koriste sadržaje na internetu.

Mladi u moru medija



Centar za nestalu
i zlostavljaju djeću



VLADA REPUBLIKE HRVATSKE
Ured za udruge

HRVATSKA UDRUGA ZA
ODNOSE S JAVNOŠĆU

