

Vršnjačko elektroničko nasilje cyberbullying

#Cyberbullying_out!



LET

Udruga za unapređenje kvalitete življenja
Life Quality Improvement Organisation

FLIGHT

- Izdavač Udruga za unapređenje kvalitete življenja LET,
Zagreb, 2021
- Urednica Iva Jovović
- Autorice Antonija Farčić, Iva Jovović, Lana Mladić i Kristina Majstorić
Korišteni su radovi djece koja su bila uključena u projekt
#Cyberbullying_out: Nela Mladić
- Grafički dizajn AD Grafika d.o.o.
- Tisak LDK d.o.o.

Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost udruge LET.



Publikacija je izrađena uz financijsku potporu
Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike

Predgovor

Računalo kod kuće ima 95% djece, a 85% njih ima i pristup internetu – podaci su istraživanja koje je provela Poliklinika za zaštitu djece grada Zagreba.

U prikupljenim podacima najviše zabrinjava to da se gotovo polovina ispitane djece koristi internetom bez nadzora i prisutnosti odraslih.

Internet možemo definirati kao mrežu računala, čija je svrha slanje i primanje podataka u različitim formama i oblicima njenim korisnicima širom zemaljske kugle. To je zapravo velika mreža koja međusobno spaja one druge, manje mreže. Danas su sve moderne tehnologije povezane na internet.

Međutim, dok ovaj digitalni svijet za jedne predstavlja igralište, za druge je ono baš poput bojnog polja.

Tehnologija svake godine napreduje i time je sve više ljudi opsjednuto mobitelima, raznim aplikacijama, društvenim mrežama... Tehnološki napredak najviše utječe na djecu. Njima su mobiteli i društvene mreže način izražavanja, bijeg od stvarnosti i napornih roditelja, mjesto gdje se osjećaju samopouzdaniji i slobodniji nego u stvarnosti, mogu reći što god požele, slušati glazbu gdje god i kad god to požele. Zbog toga mnoga djeca postaju nasilna i teroriziraju druge putem Interneta i društvenih mreža, a druga djeca postaju žrtve virtualnog zlostavljanja svojih vršnjaka.

Ova publikacija sastoji se od pregleda što je vršnjačko elektroničko nasilje (*cyberbullying*), radova djece na tu temu, kao i savjeta kako razgovarati s djecom te prepoznati nasilje.

Internet je danas mjesto za zabavu, ali i mjesto kojega se neki boje. Jedni se zabavljaju maltretirajući druge putem društvenih mreža, a drugi se boje koristiti te iste društve mreže kako ih se ne bi maltretiralo kao njihove prijatelje ili kako više ne bi prolazili kroz isti pakao glasina i uvreda. U virtualnom svijetu moramo se, kao i u stvarnom svijetu, ponašati uljudno i pristojno jer tako nitko od nas neće vrijeđati ili biti povrijeđen.

I zbog toga #cyberbullying_out !!!

Iva Jovović, dipl.soc.rad.





Cyberbullying – što je to i kako ga prepoznati?

Adolescencija je razdoblje odrastanja i sazrijevanja djeteta. Razdoblje u kojem se dijete mijenja fizički, ali prvenstveno kognitivno i psihosocijalno. Psihičke promjene kod adolescenata su jako osjetljive te su veliki izazov za roditelje, okolinu ali i adolescenta kao pojedinca. I najmanja poteškoća u adolescenciji može stvoriti veliki problem. U današnjem svijetu internet je dostupan svima, djeca se odmalena uče njime služiti, stoga je većina već u adolescentnoj fazi dobro upućena u sve društvene mreže, stranice i aplikacije koje se nude na internetu. Istraživanje Poliklinike za zaštitu djece i mladih grada Zagreba (2019.) ukazalo je da je gotovo svaki četvrti adolescent otvorio prvi profil na društvenoj mreži s 12 godina, a oko 30% adolescenata otvorilo je prvi profil na društvenoj mreži s 10 ili manje godina. Internet je mjesto za komunikaciju i širenje informacija na kojem djeca mogu pronaći razne sadržaje koji imaju pozitivne učinke na adolescente – ali mogu sadržavati i neprimjerene etičke sadržaje. Neprimjereni etički sadržaji podrazumijevaju narušavanje privatnosti i sigurnosti te potiču na neetična ponašanja. Pri spominjanju neprimjerenih sadržaja, u kontekstu ovog teksta govorit će se o nasilju, specificirano o elektroničkom nasilju to jest **cyberbullyingu**. Adolescencija je razdoblje u kojem najčešće dolazi do vršnjačkog nasilja, a dolaskom novih tehnologija to nasilje se moderniziralo i prilagodilo te proširilo na internet. Termin *cyberbullying* označava prijelaz tradicionalnog nasilja na internet. Stručnjaci (Li, 2007; Aboujaoude i sur., 2015) ovu vrstu nasilja smatraju starim problemom u novom ruhu.

Elektroničko nasilje podrazumijeva zlonamjerno i uporno upotrebljavanje komunikacijskih tehnologija sa svrhom da se nekome naštetiti. (Balsey, 2012., prema Bilić i sur. 2012.) Elektroničko nasilje ili cyberbullying najčešće se vrši nad adolescentima od trinaest do devetnaest godina, dakle učenicima sedmih i osmih razreda osnovne škole te učenicima srednjih škola. Uz naziv cyberbullying, postoji više naziva za ovakve radnje s istim sadržajem; virtualno zlostavljanje, nasilje preko interneta ili mobitela, zlostavljanje preko interneta ili mobitela i elektronički bullying. Ova vrsta vršnjačkog nasilja događa se na internetu, preciznije putem elektroničkih medija: elektroničke pošte, SMS poruka, društvenih mreža, foruma i slično (Batori i sur., 2020.).

Vršnjačko nasilje podrazumijeva namjerno negativno postupanje, nanošenje

štete drugom djetetu, obilježje prisutnosti neravnoteže snaga između djeteta koje čini i onog koje doživljava takvo ponašanje (Olweus, 1998, prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.). Osim spomenutih profila djece, dakle nasilnik i žrtva, postoje i promatrači i reaktivne žrtve. Promatrač je osoba koje ne sudjeluje u nasilju, već je statična i ne poduzima ništa ni u korist žrtve ni u korist nasilnika. Reaktivne žrtve su djeca koje trpe nasilje ali i čine nasilje nad drugom djecom. Svi ovi profili postoje i u elektroničkom nasilju. Ishodi svih vrsta nasilja su isti, no postoje različiti oblici nasilja i načini nanošenja. Kad je u pitanju cyberbullying najčešći oblik nasilja jest vrijeđanje (vulgarni rječnik, uvrede i prijetnje upućene žrtvi), uznemiravanje koje podrazumijeva konstantno slanje uvredljivih i provokativnih poruka s ciljem ponižavanja žrtve. Jedan od čestih oblika nasilja je lažno predstavljanje „catfish“ u kojem nasilnik stvara lažni profil ili hakira ili neovlašteno koristi tuđe online računalo. Nadalje, javno razotkrivanje također spada pod elektroničko nasilje jer podrazumijeva nedozvoljeno priopćavanje i poniženje žrtve. Također i obmanjivanje, to jest prijekivanje u kojima se navodi osobu da otkrije svoje tajne koje se kasnije objavljuju, isključivanje iz online grupa i uhođenje te konstantni pokušaji uspostave kontakta sa žrtvom. (Baum, 2007.; Willard, 2007. prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.). Osvrćući se na turbulentnost i revolt mladih adolescenata sve više je populariziran trend „flaminga“ i „happy slappinga“. *Flaming* označava grubo online sukobljavanje slanjem vulgarnih i uvredljivih poruka (Strabić i Tokić Milaković, 2016.). *Happy Slapping* je termin koji nema veze sa srećom, označava snimanje ili fotografiranje žrtve koje ne zna da će biti napadnuta. Snimljeni materijali šire se putem interneta i društvenih mreža. (Chan i sur., 2012.). Happy Slapping je ujedinjenje tradicionalnog nasilja „licem u lice“ i elektroničkog nasilja.

Mnogi autori pri definiranju Cyberbullyinga koriste termine preuzete iz tradicionalnog nasilja (Mehari i sur., 2014., prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.) Konsenzus o odnosu tradicionalnog i elektroničkog nasilja još uvijek nije u potpunosti postignut. Tradicionalno nasilje najčešće se događa u školama. Žrtva u školi može biti izložena nasilju, najčešće fizičkom, ali kad dođe kući osjeća se sigurno. Također, bitna značajka tradicionalnog nasilja, za razliku od elektroničkog, jest taj da se jasno znaju počinitelj i promatrači. S druge strane, kod elektroničkog nasilja javlja se čak i veći problem, budući da dijete nema mjesto gdje se može osjećati sigurno. Internet je dostupan svima, što omogućuje i nasilniku i žrtvi interakciju u bilo kojem trenutku i mjestu. Upravo činjenica da

se ova vrsta nasilja događa u virtualnom a ne u fizičkom svijetu, uočavanje i prevencija veći su izazov.

Strano istraživanje (Calvete i sur.) provedeno 2010. godine u kojem je sudjelovalo 1431 ispitanika (726 djevojaka i 682 mladića, između 12 i 17 godina) ukazalo je na to da je 44,1% ispitanika počinio neki oblik elektroničkog nasilja, te su 47,8% nasilnika mladići. Istraživanje je provedeno i na hrvatskoj mladeži 2016. godine (Vajmelka i sur., 2017.), te su rezultati ukazali na postojanje cyberbullyinga u 50,7 slučajeva (uzorak 352 učenika u 9 različitih škola). Zaključak je bio: cyberbullying je prisutan na internetu i među mladima. Svako nasilje ostavlja posljedice, naročito ovakvo nasilje koje pomiče granice privatnosti i sigurnosti.“

Važno je naglasiti da cyberbullying predstavlja posebnu opasnost s obzirom na to da ima doseg koliko i tehnologija koju počinitelj i žrtva koriste. Neprestana uključenost velikog broja ljudi na komunikacijske uređaje otežava kontroliranje, a time i prevenciju zlostavljačkih ponašanja putem interneta.“ (Morgan, 2013. prema Jeleč, 2020.; 461).

Izloženost cyberbullyingu nosi rizik dugotrajnih i intenzivno negativnih posljedica za svaku osobu – a naročito za mlade, koji rizike ne sagledavaju uvijek kritički, a često ih nisu ni svjesni. (Vejmelka, 2017.). Žrtve su često povezivane s prediktorom niskog samopouzdanja, lošijeg odnosa s roditeljima, nedostatak podrške obitelji i prijatelja. S druge strane profilu nasilnika pridonose problemi u ponašanju, niži stupanj samokontrole, emocionalne kompetencije, izostanak obiteljske povezanosti i nadzora, strogo discipliniranje i kažnjavanje. Posljedice viktimizacije povezuje se s niskim samopoštovanjem, strahom, frustracijom, depresijom i anksioznošću. Krajnji mogući i najnepogodniji ishod je suicid. Žrtve imaju rizik razvoja suicidalnog razmišljanja i pokušaja suicida (Hinduja i Patchin, 2010.; Mirsky i Omar, 2015; Perren, Dooley, Shaw i Cross, 2010; Sourander i sur., 2010. prema Vejmekla i sur. 2017.). Posljedice elektroničkog nasilja na mentalno zdravlje djece i mladih nisu prisutne samo kod žrtava već i kod počinitelja, kod kojih se najčešće manifestiraju u obliku poremećaja u ponašanju (Hinduja i Patchin, 2010. prema Vejmekla i sur. 2017.).

Prema Bilić i sur. (2012.) cyberbullying je opasniji od tradicionalnog vršnjačkog nasilja. Budući da se odvija online, teže ga je uočiti, samim time i prevenirati. Da bi se dijete zaštitilo i nasilje preveniralo moguće je djelovati kroz tri dimen-

zije: na individualnoj razini, u obiteljskom okruženju te školskom i vršnjačkom okruženju. Na individualnoj razini poželjno je raditi na samopouzdanju djeteta, visokoj razina prosocijalnog ponašanja, razvitku vještina komunikacije. Nadalje, konstruktivno rješavanje sukoba i niži doživljaj socijalne izoliranosti pomažu mladima izloženim nasilju vršnjaka u suočavanju s agresivnim postupcima (Sapouna i Wolke, 2013. prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.). Obiteljska razina djetetu treba pružati sigurnost, potporu i zaštitu. Obitelj predstavlja osnaženje za individu, koja se pomoću snažne povezanosti članova obitelji i otvorene komunikacije o problemima povezuje, te postoji veću vjerojatnost da će dijete sklono agresivnom ponašanju pravovremeno promijeniti svoja ponašanja (Duggins i sur., 2016. prema Strabić i Tokić Milaković). Treća dimenzija jest školsko i vršnjačko okruženje. Nadzor učitelja, profesora i suradnika u školi doprinosi zaštiti učenika, a prema Dugginsu i suradnicima (2016., prema Strabić i Milaković) doživljaj pripadnosti školi i okruženju može imati dobar utjecaj tako što djeca nauče konstruktivno rješavati sukobe. (Puzić i sur., 2011., prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.) Stručne osobe u školi trebali bi najbolje prepoznati promjene na djeci, s obzirom na vrijeme koje provode s njima. Istraživanja su ukazala da djeca koja su sklona nasilničkim obrascima u virtualnom okruženju postižu slabije rezultate u školi (Kowalski i Limber, 2013. prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.), a također se pokazalo da je za djecu s višim postignućima manja vjerojatnost da će vršiti elektroničko nasilje, ali i da će rjeđe biti izložena elektroničkom nasilju (Twyman i sur., 2010. prema Strabić i Tokić Milaković, 2016.).

Roditeljska briga, i sam nadzor djece nekad nije dovoljan, zato se država i državni programi moraju truditi educirati djecu, nastavnike i društvo o ovoj tematici. Dakako, nedostaje znanja o sigurnom korištenju interneta, ponekad i sami roditelji nisu svjesni opasnosti na internetu, a nedostaje i aktivnosti koje bi budile svijest o cyberbullyingu. UNICEF i Hrabri telefon su 2008. godine pokrenuli projekt „Prekini lanac“ s ciljem prevencija elektroničkog nasilja. Osim ovog postoje i programi „Klikni za sigurnost“ (2018.), „DeleteCyberbullying“ (2016.), „Hrabri čuvar“ (2017.) te „Surfajmo zajedno“ (2019.) Programi koji se provode svakako postižu pomak u prevenciji, no mladi svakako trebaju čuti i iskustva žrtava. Javne tribine koje bi predvodili mladi koji su bili žrtve elektroničkog nasilja, trebali bi poticali na prijavljivanje zaustavljanje ovog nasilja. Također, motivacija mladih na izradu projektnih zadataka unutar preventivnog

programa za cyberbullying svakako bi pripomoglo njegovom zaustavljanju jer bi poticalo mlade osobe da promišljaju o tome.

Udruga Let također se aktivno bavi tematikom elektroničkog nasilja od 2019. godine. Provode se programi prevencije elektroničkog nasilja, organiziraju se savjetovanja za djecu i roditelje, edukacije za stručnjake koji rade s djecom, kampanje na društvenim mrežama, a u tijeku je i provedba istraživanja o cyberbullyingu na nacionalnoj razini.



Radovi djece na temu cyberbullyinga

Zašto tinejdžeri postaju cyber nasilnici? U nastavku pročitajte što o tome misli jedna tinejdžerica.

U današnje doba svaki pubertetlija ima svoj smartphone, tablet, kompjutor i u novom desetljeću, kako tehnologija napreduje, pojavit će se mnogi novi gadgeti koje će svaki tinejdžer morati imati. Neki imaju sve te gadžete radi zabave, neki ih niti ne koriste – ali ih imaju da budu u trendu, a neki kako bi koristili Internet i putem društvenih mreža maltretirali druge. Statistika pokazuje kako u zadnjih 20-ak godina, otkad je tehnologija jako napredovala, ima sve više žrtava cyberbullyinga, među njima najviše mladih. Mnogi se pitaju što to navodi mlade da maltretiraju svoje vršnjake. Neki napadači nemaju razloga za maltretiranje žrtve već to rade iz čiste zabave, neki pak to rade iz osвете, a neki zato jer žele pokazati da su snažni i da drže sve konce u rukama. Takva skupina je najopasnija, najokrutnija prema svojim žrtvama. Oni često imaju probleme kod kuće, gdje su zlostavljani ili zapostavljeni i smatraju se manje važnima, nebitnima, nevidljivima. Iz tog razloga pronalaze među svojim vršnjacima u školi one koji su „nevidljivi“, „nevažni“, „slabi štreberčići“ koje lako mogu zastrašiti i prikazati se kao snažni individualci. Oni se kod kuće osjećaju žrtvama, i stoga pronalaze one u kojima prepoznaju sebe – i žele postati autoritet, neko važan koga se svi boje. U pubertetu tinejdžeri su vođeni vlastitim osjećajima koji se konstantno mijenjaju i kada se osjećaju nevažnima to izaziva ljutnju koja eskalira u maltretiranje slabijih. U filmovima vidamo takve situacije i sve dok film ne dođe do raspleta kada saznajemo nasilnikovu priču nam postaje jasno zašto to čini. U stvarnosti mnogo je toga drugačije.

Mnoge žrtve koje su otvoreno progovorile o svojem iskustvu sa cyberbullyingom bile su žrtve skupine koja to radi iz osвете. Žrtve su bile oni „štreberi“ koji su uvijek imali najbolje ocijene, uzorno vladanje i bili su miljenici profesora. Uvijek bi se uspjeli izvući od odgovaranja i profesori ih nikada nisu ukorili. To je u napadačima izazvalo ljubomoru i želju za osvetom – a koji je najlakši način da napadnu nekoga bez da budu otkriveni? Odgovor je, naravno – društvene mreže. Tamo su sigurni jer su anonimni i nitko ih ne može zaustaviti jer su iza ekrana najsnažniji. U sigurnosti svoje sobe maltretiraju svoje žrtve kako bi ih slomili. Ta skupina osvetnika i njihova ljubomora žele da njihova žrtva pati ono-

liko koliko oni pate u školi jer nisu najbolji nego su osrednji i nebitni, profesori ih jedva zamjećuju i žele pokazati kako su i oni vrijedni nečije pažnje. Ponovo, i ovu skupinu vode njihovi osjećaji, i ova skupina želi se pokazati važnima i snažnima što nas dovodi do glavnih razloga zašto pubertetlije čine to što čine.

Možemo zaključiti kako su tinejdžeri vrlo osjetljiva grupa. Oni su vođeni osjećajima, želi se prikazati važnima i vidljivima. Kao profesionalci za gadžete i novu tehnologiju, kada njihovi osjećaji postanu teret kojeg moraju nekako izbaciti iz sebe, ulogiraju se na neku društvenu mrežu i svoj bijes, svoje emocije iskaližu na nekom drugom. To su najekstremniji slučajevi. Naravno, oni manje ekstremni tinejdžeri svoje osjećaje iskaližu na svojim najbližima i dolazi do svađa. Nagomilani negativni osjećaji i nova tehnologija vode do vršnjačkog cyber nasilja, čime dobivamo odgovor na naše pitanje – zašto tinejdžeri postaju cyber nasilnici?

Mnogi tinejdžeri otvoreno su progovorili o svojim iskustvima sa virtualnim nasiljem. Neki su bili prijatelji nasilnika ili žrtve, neki su sami bili žrtve, a drugi počinitelji. Jedna mlada Njemica javno je ispričala kako je maltretirala novopridošlu curu iz svoga razreda. Imala je samo 13 kada ju je vidjela kao prijatnju njenom socijalnom statusu. Bojala se da će joj ona oduzeti sve prijatelje i nju spustiti niže na socijalnoj ljestvici. Kap koja je prelila čašu bio je drugačiji izgovor djevojke, koja je došla iz drugog kraja države. Njime je jako izivcirala mladu Njemicu i natjerala ju da učini ono što joj je najviše naškodilo. Prema priči, na roditeljskom se sastanku od majke žrtve saznalo da je djevojku prijetećim SMS porukama zlostavljala kolegica iz razreda. Mlada napadačica nije imala pojma koliko je povrijedila svoju žrtvu te je bila suspendirana na mjesec dana iz škole. Kod kuće je imala još veću kaznu – što ju je naučilo da nikada više ne učini slično. Jedna djevojka za istu je njemačku web stranicu napisala svoja iskustva kao napadača. Od malena je maltretirala druge putem društvenih mreža. Na *Instagramu* je gledala različite fotografije i, ako joj se one nisu svidjele, iskreno, ali bezobrazno je izjavila svoje mišljenje. Ispričala je kako joj je bilo lakše vrijeđati druge skrivajući se iza lažnog imena. U školi bi joj profesori prigovorili ili ju kaznili, a na društvenim mrežama se osjećala sigurno da joj nitko ne može ništa. Sa 16 počela je i po ostalim društvenim mrežama vrijeđati ostale korisnike, a ponekad i svoje poznanike jer su joj išli na živce, bili su dosadni i naporni ili je jednostavno bila ljubomorna na njih. Počela je širiti glasine o

drugima, pogotovo o svojem bivšem dečku. On, dok su bili zajedno, nije imao pojma za njenu drugu stranu osobnosti, no kada su prekinuli i sam je osjetio kako je to biti maltretiran. Na njenoj listi ljudi koje želi povrijediti našla se i djevojka iz paralelnog razreda koja je uvijek imala najskuplju odjeću te je tako o njoj proširila glasinu na društvenim mrežama kako zbog svojeg financijskog stanja dobiva bolje ocjene od ostatka učenika. Sve je prestalo kada se zaposlila kao blagajnica u jednom dućanu i jedan od kupaca bio je žrtva njenog terora. Bilo joj je neugodno da ju ne prepozna i kaže njenom šefu za sve stvari koje je rekla o drugima na Internetu. Polako je došla pameti i shvatila što je učinila te se smirila i prestala vrijeđati druge na društvenim mrežama – na kojima je izbrisala sve svoje korisničke račune i okrenula novu stranicu u životu. Još i danas se boji kako ona sama ne bi postala žrtva nekoga kao što je ona sama bila, a još veći strah zadaje joj mogućnost da njezina obitelj sazna što je sve činila.

S druge strane, kao žrtva virtualnog zlostavljanja oglasila se jedna mlada studentica kojoj je školovanje bilo noćna mora. Prve 3 godine osnovne škole bile su poput sna, no sredinom četvrte godine dobila je priliku da zbog svojih vještina i znanja preskoči razred. Kao nova i najmlađa učenica u razredu, osjećala se izostavljenom. To je privuklo pažnju mnogih iz njenog novog razreda. Kada je na prvom ispitu, riješivši test bez greške, dobila najvišu ocjenu, ostali učenici počeli su je gledati kao prijetnju te je tako postala njihova meta u fizičkom i u virtualnom svijetu. Bila je fizički zlostavljana zbog incidenta na satu biologije. U knjizi se nalazila slika devetogodišnjakinje potpuno nage jer se učilo o dijelovima tijela, a pošto je jedina imala 9 godina i bila je nova u razredu, svaki puta kad im se prohtjelo ostatak razreda bi u udarao. Učitelji nisu ništa primijetili i nitko znao da joj treba pomoć. Osim toga, bila je zlostavljana i na društvenim mrežama. Ružnih i bezobraznih komentara o njoj bilo je svugdje. Ispod svake slike koja je bila podrugljiva i namijenjena njoj, u komentarima su se nalazile uvrede. Prozivali su je svakakvim imenima. Osjećala se usamljenom i bespomoćnom. Cijelu srednju školu propatila je čekajući dan kada će se sve promijeniti. Položivši maturu i upisavši željeni fakultet, mlada se djevojka počela nadati kako je napokon došao njen trenutak i da će se na fakultetu sve promijeniti.

Osobno se i meni dogodilo slično, ali maje ekstremno. U 5. razredu počele su se koristiti društvene mreže poput *Vibera* i *WhatsApp*. Tada je kod nas bio u modi *Viber* i imali smo razrednu da si možemo slati zadaće i neke obavijesti.

Preko ljeta nisam koristila društvene mreže jer sam se htjela odmoriti od svega. Nabijali su mi do 300 poruka na dan, a meni se sve to nije dalo čitati. Kada sam došla kući sa ljetovanja, odlučila sam pročitati te poruke i primijetila sam da su sve o meni. Zvali su me pogrdnim nazivima poput „štreberica“, „glupača“, ali i pogrdnijim, neprimjerenim imenima. Primijetila sam da se među komentarima pojavilo i ime moje tadašnje najbolje prijateljice. Ona me je, dok sam ja bila kod nje na ljetovanju, dok mene nije bilo u blizini, također vrijeđala znajući da ne čitam poruke. Toga se dana, kada sam shvatila što sve moji razredni kolege misle o meni, na televiziji emitirao američki film *Cyberbully* kojeg sam pogledala zajedno s mamom. Pogledavši film shvatila sam kako ima i gorih situacija od moje te sam odlučila ignorirati njihova vrijeđanja. Time sam im dala do znanja da me to ne dira i polako se situacija primirila. U osmom razredu situacija je postala gora kada su me počeli vrijeđati zbog moga prezimena. Pošto smo učili na povijesti o Drugom svjetskom ratu i Domovinskom ratu, primijetili su kako je moje prezime isto prezimenu jednog od ratnih zločinaca te su me zbog toga konstantno vrijeđali. Profesor iz povijesti znao je za to, s obzirom na to da su me vrijeđali tijekom sata povijesti, no on je meni i mojoj mami konstantno govorio da on tu ne može ništa i da se nada da će ih ta faza proći. Na oproštajnoj zabavi na kraju osmog razreda profesor mi se još jednom ispričao za sve uvrede tijekom njegova sata i kako mu je žao što ništa nije mogao učiniti. S obzirom da sam se već suočila sa maltretiranjem svojih vršnjaka, nije me to puno diralo jer sam znala kako nikoga od njih neću više vidjeti jer sam namjeravala upisati gimnaziju za koju sam znala da nitko od njih neće upisati. Sada kada prolazim gradom jedva da ikoga od njih sretnem i u srednjoj mi je školi puno bolje. Saznala sam kako je još mnogo cura iz mojeg sadašnjeg razreda prošlo kroz sličan pakao u osnovnoj školi – i s tim saznanjem jednostavno sam nastavila sa svojim životom, nadajući se kako nikad više neću naći u takvoj situaciji.

Internet je danas mjesto za zabavu, ali i mjesto kojega se neki boje. Jedni se zabavljaju maltretirajući druge putem društvenih mreža, a drugi se boje koristiti društvenim mrežama kako ne bi bili maltretirani poput njihovih prijatelja ili kako više ne bi prolazili kroz isti pakao glasina i uvreda. U virtualnom svijetu moramo se ponašati uljudno i pristojno kao i u stvarnom svijetu, jer tako nitko od nas neće vrijeđati ili biti povrijeđen.

Internet je svakog dana sve popularniji i sve moderniji. Svakog dana pojavi se nešto novo – nova igrica, članak, aplikacija za instalirati, novi film ili pjesma. Mladi danas uopće ne komuniciraju uživo, već preko društvenih mreža poput *Facebooka*, *Instagrama*, *Twittera* ili *WhatsAppa*. Zbog toga postaju sve ovisniji o internetu, što ima mnoge negativne strane, ali ima i onih pozitivnih.

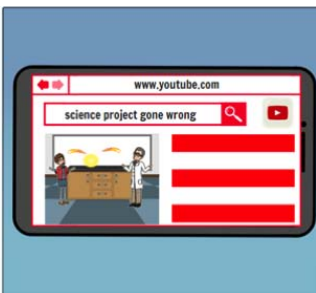
U školi nas često traže da znamo više nego što piše u knjigama, neke sitne detalje koje oni smatraju bitnima, a autori udžbenika ne. Kada im kažemo da tih detalja nema u knjizi, njihov odgovor gotovo je uvijek da potražimo na internetu. Tamo ćemo naći svakakve informacije – i one točne i netočne. No, internet nam je svima pomogao u pronalasku informacija za referate, završne radove, testove... Osim toga, internet je savršen način za upoznati nekoga ili komunicirati s nekim na velike daljine. Zbog toga ga mnogi mladi danas koriste. Svi koji su barem jednom sudjelovali u *Erasmus+* projektu znaju da, kako bi najlakše stupili u kontakt sa svojim partnerom iz druge države, trebaju koristiti društvene mreže. Osim toga, kada idemo na daleka putovanja, a želimo nekome pokazati ta čudesna mjesta koja smo posjetili, najlakše ćemo te slike podijeliti preko društvenih mreža, što je jednostavno, brzo i besplatno. Ako pak odemo na putovanje bez roditelja, s njima možemo besplatno razgovarati putem video poziva na npr. *WhatsAppu* te im pokazati kako naša hotelska soba ili taj grad izgleda. Dok traju dugi ljetni praznici, a svi su naši prijatelji otputovali na more dok smo mi ostali kod kuće, najlakše ćemo preko društvenih mreža stupiti s njima u kontakt. Danas je mladima zaista bitno da ostanu u kontaktu s prijateljima te zato koriste toliko puno internet, ali i kada im je dosadno tako će se najlakše zabaviti – prateći smiješne objave svojih omiljenih blogera ili youtubera, slušajući najnovije pjesme omiljenih izvođača i gledajući najave za najnovije filmove. Ali internet služi i za saznati kada će neki bus ili tramvaj stići do stanice, a kada se izgubimo uvijek ćemo koristeći *Google karte* naći put. Uostalom, ako smo se izgubili, da bi došli do odredišta uvijek možemo pozvati *Uber*...

S druge strane – mnogo je rizika. Na Internetu sve je javno i ništa što je jednom objavljeno ne može zauvijek nestati. Mladi često objavljuju previše svojih osobnih podataka i dijele ih sa svima. Tako često postanu mete hakera i cyber nasilnika. Svi dijele gdje su, što rade, s kime su i kako se osjećaju, što hakeri i nasilnici iskorištavaju kako bi im naudili. Osim toga na Internetu ima svakakvih web stranica koje često mogu biti zaražene virusima. Na internetu se često po-

javljuju i neprikladni sadržaji, poput pornografije. Rizik je i prevelika ovisnost. Kada mladi bulje samo u monitore i mobitele i uopće ne komuniciraju sa svojom vršnjacima, isključuju se i često mogu biti ismijavani. Djeca ne shvaćaju kako im pretjerano korištenje interneta i društvenih mreža samo šteti. Često ih se naziva pogrdnim imenima poput „kompjuterski štreber“, izbacuju ih iz društva i vrijeđaju ih. Tako i sami mogu postati cyber nasilnici. Na internetu možemo koristiti lažna imena i slike kako bi se predstavljali kao netko tko nismo i na taj način igrati se s drugima i njihovim osjećajima. Internet je postao svačije igralište. Upoznavanje ljudi preko interneta postalo je jako moderno, no i to ima svoje rizike zbog upoznavanja nekoga tko nema baš čiste namjere.

Kako se takve stvari ne bi događale treba strogo paziti što se objavljuje. Nikada ne objavljujte ono što smatrate da ne bi svatko trebao znati, ne dijelite pinove svojih kreditnih kartica ili lozinke svojih profila na društvenim mrežama, zašтите svoje računalo antivirusnim programima. Kada upoznate nekoga preko interneta, nikada se nemojte ići sami naći s tom osobom. Uvijek povedite barem dvije osobe zbog sigurnosti. Prijavite cyber nasilje čim ga uočite i spriječite ga svojom dojavom, izbjegavajte stranice koje reklamiraju pornografiju jer su najčešće zaražene virusima koje antivirusni programi ne mogu zaustaviti i, najbitnije, pokušajte ograničiti vrijeme koje provodite na internetu kako ne bi postali ovisni i isključili svoje najbliže iz svojeg života. Oni su ti koji će vam uvijek pomoći riješiti probleme – bilo to na internetu ili u stvarnom životu.

Infografike koje su napravila djeca



Radi se o djevojčici koja je na satu kemije krivo napravila eksperiment, što je za posljedicu imalo manju eksploziju.

Jedan je njezin prijatelj to snimio i objavio na Youtube-u. Djevojčicu je profesor, koji je također na snimci, doveo ravnateljici da ju utješi.

Bez obzira na utjehu, djevojčica se još uvijek loše osjeća.



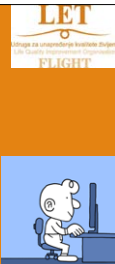
Igrajući se u parku djevojčica se ozlijedila. Netko ju je snimio i objavio snimku na Instagramu. Njezina najbolja prijateljica i njezina mama su uz nju da je utješe te se problem rješava u suradnji sa njihovom učiteljicom.



Dječak se odlučio kandidirati za predsjednika razreda. Tijekom debate i njegova izlaganja, umjesto njegove prezentacije prikazana je snimka. Na snimci je prikazan on kako pada na pod. Snimka je također objavljena i na internetu. Dječak ponižen traži pomoć koju mu pruža njegova majka te profesori njegove škole.

Prezentacija koju su napravila djeca

Projekt:
Cyberbullying out
#cyberbullying_out



Što je cyberbullying?

- Upotreba digitalnih tehnologija s lošom namjerom:
 - najčešće nekoga uvrijediti, ponižiti, prijetiti mu, uznemiravati ili zlostavljati...
- Može se događati na računalo, mobitelu i to putem poruka, fotografija i videa koje dijete dobiva od rjeđemu poznate ili nepoznate osobe.
- Različiti oblici cyberbullyinga:
 - društvene mreže, igricenje online, razgovor s osobama putem "chata"...



Kako zaustaviti internetsko nasilje?


- STOP STANI:** Odmah zaustavi komunikaciju s nasilnikom! Ne odgovaraj na poruke i ne vraćaj natrag istom mjerom!
- SAČUVAJ:** Snimi ili spremi nasilne poruke kako bi mogla pokazati odrasloj osobi. Nipošto ih nemoj brisati.
- SPRIJEČI:** Ukoliko možeš, blokiraj nasilnika i onemogući mu slanje daljnjih poruka odjavi se sa stranice na kojoj se događa zlostavljanje.
- RECI:** Potraži pomoć odrasle osobe u rješavanju problema.

Ako te netko zlostavlja...

- Ako te netko zlostavlja, nemoj šutjeti: reci roditeljima, profesorima ili kontaktiraj LET.
- LET možeš kontaktirati: let@udruga-let.hr ili na www.udruga-let.hr ili 01 5803 726
- Nemoj se bojati priznati da si žrtva. Problem postaje veći samo ako šutiš.
- Ukoliko znaš nekoga tko je žrtva, razgovaraj s tom osobom i ohrabri ju. Reci joj da si uz nju i da ćeš joj pomoći izaći iz toga. Budi podrška, razgovarajte zajedno s njezinim roditeljima
- Nemoj se bojati pomoći, pomaganje je dobro.

6 savjeta za sigurno korištenje interneta:

1. Čuvaj svoje osobne podatke – ime, prezime, adresu, broj mobitela, školu!
2. Pažljivo biraj prijatelje na internetu i čuvaj svoje lozinke!
3. Nemoj slati svoje fotografije ili video nepoznatim osobama na internetu!
4. Razmisli prije preuzimanje aplikacija, programa ili datoteka putem interneta!
5. Pazi da se ulogiraš na svojeg računana prije nego što odlažiš sa štaličkog ili javnog računala!
6. Obrati se odrasloj osobi kojoj vjeruješ ako te netko vrijeđa na internetu!



#cyberbullying_out

LET

<https://samohrani.com/wp-content/uploads/2019/08/Cyberbullying-prez.pdf>

Što može ukazivati na zloupotrebu interneta?

U nastavku prikazujemo najčešće znakove koji ukazuju na zluporabu interneta. Obratite pozornost pokazuje li dijete neke od njih.

- gubitak osjećaja za vrijeme
- kroničan umor i neispavanost uslijed poremećenog dnevnog ritma
- nezadovoljavanje osnovnih potreba poput spavanja i hrane
- gubitak tjelesne kondicije
- fizička oštećenja (slabljenje vida, deformacija lokomotornog sustava)
- žudnja za on-line aktivnostima
- narušavanje emocionalne ravnoteže
- gubitak osjećaja za realnost
- pojava ljutnje, napetosti, agresije i/ili depresije kada računalo nije dostupno
- smanjen uspjeh u školi
- obmana, laganje, pomanjkanje kontrole, povlačenje u sebe
- fizička društvena izolacija
- članstvo u grupama “sumnjive etičnosti”
- stvaranje vlastitog virtualnog svijeta.

Što obuhvaća elektroničko nasilje?

- slanje anonimnih poruka mržnje
- poticanje grupne mržnje
- širenje nasilnih i uvredljivih komentara o vršnjaku
- kreiranje internetskih stranica (blogova) koje sadrže priče, crteže, slike i šale na račun vršnjaka
- slanje tuđih fotografija te traženje ostalih da ih procjenjuju po određenim karakteristikama
- otkrivanje osobnih informacija o drugima
- „provaljivanje“ u tuđe e-mail adrese
- slanje zlobnih i neugodnih sadržaja drugima
- prijetnje smrću
- izlaganje dobi neprimjerenim sadržajima
- seksualno namamljivanje

Po čemu se elektroničko razlikuje od “tradicionalnog” vršnjačkog nasilja?

Elektroničko nasilje razlikuje se od „tradicionalnog“ vršnjačkog nasilja prema dostupnosti (prisutno je 24 sata na dan, svih 7 dana u tjednu), izloženosti (kod kuće i na mjestima koja su ranije bila sigurna za dijete), mnogobrojnijoj publici i svjedocima, anonimnosti koja olakšava kršenje socijalnih normi te kod žrtve pojačava osjećaj nesigurnosti i straha, radi čega posljedice takvog oblika nasilja ponekad mogu biti i ozbiljnije od onih prouzročenih međuvršnjačkim nasiljem u stvarnim situacijama. S obzirom da ne dolazi do fizičkog kontakta između žrtve i publike, djeca i mladi teže vide i razumiju štetu koju njihove riječi mogu nanijeti.

Kako roditelji mogu zaštititi djecu?

- Naučiti više o mobitelima, internetu, društvenim mrežama i osnovnim pojmovima koja se koriste u virtualnom svijetu
- Dogovoriti pravila o korištenju računala i upoznavanju internetskih prijatelja
- Razgovarati sa djecom i pokušati razumjeti na koje načine koriste internet i mobitele, za koje aktivnosti ih koriste
- Poučiti ih da ne prosljeđuju niti komentiraju sadržaje koji mogu nekoga povrijediti.
- Razgovarati o tome kad treba, a kad ne treba čuvati tajnu pred roditeljima i odraslima u koje imaju povjerenja (dobre i loše tajne kod mlađe djece)
- Osigurati osjećaj povjerenja i sigurnosti
- Informirati se i o programima koji filtriraju web stranice za koje ne želite da budu dostupne djetetu

Pravila ponašanja koja djecu štite na internetu

- Ne stavljati osobne informacije i fotografije na internet (chat, blogovi, osobne ili društvene web stranice)
- Nikome ne govoriti svoje lozinke, čak ni prijateljima
- Ako prime zlonamjernu ili prijeteću poruku, ne odgovarati nego pokazati odrasloj osobi u koju imaju povjerenja

- Ne otvarati e-mailove nepoznatih osoba ili od ranije poznatih zlostavljača
- Ne stavljati na internet ništa što ne želite da vide prijatelji iz razreda, čak ni u e-mailu
- Ne slati poruke u ljutnji. Razmisliti kako bismo se osjećali da sami primimo takvu poruku
- Pomoći djeci koju na ovaj način zlostavljaju – ne prikrivati nasilje nego odmah obavijestiti odrasle – roditelje, učitelje, stručnjake u školi.

Izvor: <https://www.poliklinika-djeca.hr/>

Literatura

Aboujaoude, E., Savage, M. W., Starcevic V., Salame, W. O. (2015). Cyberbullying: Review of an Old Problem Gone Viral. *Journal of Adolescent Health*, 57(1), 10-18 Preuzeto s: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1054139X15001664>

Batori, M. & Ćurlin, M. (2020). NASILJE PUTEM INTERNETA MEĐU ADOLESCENTIMA. *Zdravstveni glasnik*, 6 (1), 104-114. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/239152>

Bilić, V., Buljan Flander, G. i Hrpka, H. (2012). Nasilje nad djecom i među djecom. *Jastrebarsko: Naklada Slap*

Calvete, E., Orue, I., Estevez, A., Villardon, L. & Padilla, P. (2010). Cyberbullying in adolescents: Modalities and aggressors' profile. *Computers in Human Behavior*, 26, 1128- 1135.

Chan, S., Ang J., Khader, M., Tan E., (2012). Understanding 'Happy Slapping'. *International Journal of Police Science and Management* 14(1), 42-57 Preuzeto s: https://www.researchgate.net/publication/273216016_Understanding_'Happy_Slapping

Jeleč, V., Buljan Flander, G., Raguž, A., Prijatelj, K. & Vranjican, D. (2020). Elektroničko nasilje među djecom i mladima: Pregled preventivnih programa. *Psihologijske teme*, 29 (2), 459-481. <https://doi.org/10.31820/pt.29.2.12>.

Li, Q. (2007). New bottle but old wine: A research of cyberbullying in schools. *Computers in Human Behavior*, 23(4), 1777-1791 Preuzeto s: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563205000889>

Odrastanje na internetu: Kako vratiti sigurnost u djetinstvo? (2020). Poliklinika za zaštitu djece i mladih grada Zagreba <https://www.poliklinika-djeca.hr/aktualno teme/odrastanje-na-internetu-kako-vratiti-sigurnost-u-djetinjstvo-2/> Pristupljeno: 11.04.2020.

Strabić, N. i Tokić Milaković, A. (2016). Elektroničko nasilje među djecom i njegova usporedba s klasičnim oblicima vršnjačkog nasilja. *Kriminologija & socijalna integracija*, 24 (2), 166-183.

Vejmelka, L., Strabić, N. i Jazvo, M. (2017). Online aktivnosti i rizična ponašanja adolescenata u virtualnom okruženju. *Društvena istraživanja*, 26 (1), 59-78.



#Cyberbullying_out!

LET je neprofitna udruga koja teži unapređenju kvalitete života ranjivih skupina u hrvatskom društvu osmišljavajući i provodeći javnozdravstvene programe i pružajući socijalne usluge utemeljene na potrebama svojih korisnika.

Popis djelatnosti udruge LET uključuje provedbu programa smanjenja štete, razvoj zdravstvenih i socijalnih programa, rad s mladima, pružanje savjetodavne pomoći i skrb o bolesnim i ranjivim skupinama, zaštita ljudskih prava itd.

Kontakt:

Udruga za unapređenje kvalitete življenja LET

Sjedište: Ratarska 7, 10 110 Zagreb, Hrvatska

Tel/fax: +385 1 5803 726

e-mail: let@udruga-let.hr

www.udruga-let.hr

www.samohrani.com

<https://smanjenje-stete.com/>

LET

Udruga za unapređenje kvalitete življenja
Life Quality Improvement Organisation

FLIGHT