

**SMJERNICE O  
KORIŠTENJU MEDIJA,  
INFORMACIJSKO-  
KOMUNIKACIJSKIH  
TEHNOLOGIJA I  
VREMENU KOJE  
DJECA PROVODE  
PRED EKRANOM**

---

Regulatorna agencija za komunikacije  
Fondacija „Mediacentar“ Sarajevo



# **SMJERNICE O KORIŠTENJU MEDIJA, INFORMACIJSKO- KOMUNIKACIJSKIH TEHNOLOGIJA I VREMENU KOJE DJECA PROVODE PRED EKRANOM**

---

Regulatorna agencija za komunikacije  
Fondacija „Mediacentar“ Sarajevo

Sarajevo, 2021.

**Naslov:**

**SMJERNICE O KORIŠTENJU MEDIJA, INFORMACIJSKO-KOMUNIKACIJSKIH TEHNOLOGIJA I VREMENU KOJE DJECA PROVADE PRED EKRANOM**

**Izdavači:**

Regulatorna agencija za komunikacije BiH, Mehmeda Spahe 1, 71000 Sarajevo, Bosna i Hercegovina ([www.rak.ba](http://www.rak.ba))

Fondacija za razvoj medija i civilnog društva "Mediacentar", Koševo 26, 71000 Sarajevo, Bosna i Hercegovina ([www.media.ba](http://www.media.ba))

**Za izdavača:**

Amela Odošaić

**Godina izdanja:**

2021.

**Urednice:**

Lea Čengić, Sanja Dokić Mrša

**Autori:**

Lea Čengić, Sanja Dokić Mrša, Lejla Kafedžić, Nada Grahovac, Ivana Zečević, Dragana Trninić, Ivana Sivrić, Slaven Krajina, Jovana Romčević Šukalo, Saša Risojević, Aida Džaferović.

**Lektura:**

Vedran Biokšić

**Korektura:**

Sanja Dokić Mrša

**Dizajn i DTP:**

Hana Kevilj

# SADRŽAJ

1. UVOD

2. DJECA U SUVREMENOM MEDIJSKOM OKRUŽENJU

3. PREPORUKE

3.1. Preporuke roditeljima

3.2. Preporuke odgajateljima i nastavnicima

3.3. Preporuke pedagozima

3.4. Preporuke psiholozima i psihoterapeutima

3.5. Preporuke zdravstvenim radnicima

4. ZAKLJUČAK

5. LITERATURA

Publikacija je nastala u suradnji Fondacije „Mediacentar“ i Regulatorne agencije za komunikacije BiH u sklopu projekata:

**„Mediji za građane-građani za medije“** –projekt sedam organizacija za razvoj medija na Zapadnom Balkanu (Fondacija „Mediacentar“, Albanski medijski institut, Makedonski institut za medije, Institut za medije Crne Gore, Novosadska novinarska škola, Mirovni institut, SEENPM), koji je usmjeren ka izgradnji kapaciteta organizacija civilnog društva za unapređenje medijske i informacijske pismenosti (MIP) uz financijsku podršku Europske unije.

**“Izgradnja otpornosti na dezinformacije: program obuke za obitelji, nastavnike, novinare i širu javnost”**, koji u 2021. i 2022. godini implementira Fondacija “Mediacentar” u partnerstvu s organizacijom “Transitions” iz Praga, uz financijsku podršku Programa za promociju tranzicije Vlade Republike Češke.

Sadržaj publikacije isključivo je odgovornost autora i ni pod kojim okolnostima ne može se smatrati da odražava stavove donatora.



Finansira  
Europska unija



MEDIJI ZA  
GRAĐANE  
GRAĐANI  
ZA MEDIJE



Transitions

**TRANSITION**  
Transition Promotion Program



**CZECH REPUBLIC**  
DEVELOPMENT COOPERATION



## UVOD

Djeca rođena u digitalno doba, takozvani "digitalni urođenici", sve više vremena provode pred ekranima<sup>1</sup>, počevši od ranog djetinjstva. Konvencija Ujedinjenih nacija o pravima djeteta (Konvencija) priznaje djeci pravo koristiti različite digitalne tehnologije. S druge strane, intenzivna upotreba medija i informacijsko-komunikacijskih tehnologija (IKT) u različitim aspektima života izlaže djecu brojnim rizicima po njihov psihički, fizički i moralni razvoj kao i novim ili pojačanim oblicima moguće diskriminacije.

Prema Konvenciji, djeca imaju pravo na informiranje, slobodno izražavanje vlastitog mišljenja o svim pitanjima koja se tiču djeteta, pravo na traženje, primanje i pružanje informacija, kao i pravo na slobodu mišljenja.<sup>2</sup> Pored komunikacijskih prava, Konvencija djeci jamči i pravo na privatnost<sup>3</sup> i pravo na igru,<sup>4</sup> koja prava također igraju značajnu ulogu u kontekstu odrastanja djece u novom digitalnom medijskom okruženju. Konvencija propisuje da sva prava djece dolaze iz potreba koje djeca imaju na putu odrastanja, te kako su sva dječja prava jednako važna i međusobno zavisna, i bez izuzetka potrebna svakom djetetu u njegovom pravilnom razvoju.

Konvencija, dalje, nalaže svim subjektima zaštite djeteta, u prvom redu roditeljima, starateljima i drugima koji brinu o djeci (u daljem tekstu roditeljima), da omoguće djeci ostvarivanje "najboljeg interesa djeteta" u svakom pogledu. Nedavno usvojeni Komentar br. 25 na Konvenciju,<sup>5</sup> potvrđujući značaj suvremenog digitalnog okruženja za različite aspekte života djece, daje detaljna uputstva državama o tome kako osigurati da prava djeteta budu adekvatno zaštićena u kontekstu izuzetno dinamičnog digitalnog okruženja.

Imajući u vidu kompleksnost medijskog okruženja u kojem djeca odrastaju, roditeljima i stručnjacima iz različitih područja koji rade s djecom, potrebna je pomoć i podrška kako bi osigurali uživanje prava djeteta i maksimalno iskoristili pozitivni potencijal medija i IKT za razvoj djeteta, ali u isto vrijeme i osigurali odgovarajuću zaštitu djeteta od potencijalnih rizika. U tom kontekstu nastale su i ove *Smjernice o korištenju medija, IKT i vremenu koje djeca provode pred ekranom* koje su namijenjene prvenstveno roditeljima, ali i onima koji rade sa djecom: odgajateljima, nastavnici, pedagogima, psiholozima, psihoterapeutima i zdravstvenim radnicima.<sup>6</sup> U izradi *Smjernica*, pored stručnih službi Regulatorne agencije za komunikacije i Fondacije "Mediacentar" Sarajevo, sudjelovali su istaknuti stručnjaci iz Bosne i Hercegovine, iz oblasti pedijatrije, psihologije, pedagogije, komunikologije, prava djeteta, IKT i *online* sigurnosti, te im se ovim putem zahvaljujemo na profesionalnom doprinosu.

<sup>1</sup> RAK i UNICEF u BiH 2020.

<sup>2</sup> UN, n. d. čl. 12-14. i 17.

<sup>3</sup> Isto, čl. 16.

<sup>4</sup> Isto, čl. 16.

<sup>5</sup> Komentar br. 25 (2021) o pravima djeteta u vezi sa digitalnim okruženjem usvojen je na 86. sastanku Komiteta za prava djeteta. [Treaty bodies Download \(ohchr.org\)](#)

<sup>6</sup> Sve imenice korištene u tekstu koje imaju rodno značenje, a navedene su u muškom rodu, obuhvataju na jednak način i muški i ženski rod.

U tekstu Smjernica koriste se sljedeći pojmovi:

- **Vrijeme pred ekranom** predstavlja ukupno vrijeme koje dijete provede pred svim vrstama ekrana uključujući televiziju, desktop ili laptop računalo, mobilni/pametni telefon, tablet, konzole za video-igre i prenosivu tehnologiju.
- **Digitalni mediji** predstavljaju sadržaje dostupne putem interneta ili računalnih mreža na različitim digitalnim uređajima, koji mogu ostvariti kako pozitivan tako i negativan utjecaj na razvoj i odrastanje djeteta.<sup>7</sup>
- **Masovni mediji**<sup>8</sup> podrazumijevaju tradicionalne medije (novine i časopisi, film, radio, televizija) i nove, digitalne i društvene medije (internet, web stranice, računalna multimedija, računalne igre, CD-ROM, DVD, virtualna stvarnost, društvene mreže i platforme za razmjenu video-zapisa). Pored navedenog, pod medijima, kao prenositeljima medijskog sadržaja koji primamo, kreiramo i dijelimo, podrazumijevaju se i računala, prenosivi uređaji (laptop, tablet, pametni telefon), glazbeni uređaji, konzole za igrice.<sup>9</sup>
- **Medijski sadržaj** odnosi se na sve poruke koje se proizvode, koriste i prenose pomoću medijskih i komunikacijskih platformi (SMS poruke, filmovi, fotografije, televizijski i radijski program, video-igre, poruke na forumima, vijesti, blogovi, audio i video materijal, reklame i E-knjige).<sup>10</sup>
- **Medijska pismenost** definira se kao sposobnost pristupanja medijima, razumijevanja i kritičkog procjenjivanja različitih aspekata medija i medijskih sadržaja, te ostvarivanja komunikacije u različitim kontekstima.
- **Nastavnik** je lice koje realizira nastavni plan i program u osnovnoj ili srednjoj školi i kojem je prvenstveni zadatak obrazovanje i odgoj učenika.
- **Djeca** su osobe mlađe od 18 godina.
- **Adolescenti** su osobe uzrasta od 15 do 18 godina.
- **Informacijsko-komunikacijske tehnologije** (IKT) pojam je koji se odnosi na tehnologije koje omogućavaju pristup informacijama putem telekomunikacija, a koje uključuju internet, radio, televiziju, mobilne telefone, računala, mrežni hardver i softver, satelitske sustave kao i brojne usluge i aplikacije koje su povezane s njima.

---

7 Ponti 2019.

8 U okviru ovog sadržaja, za masovne medije koristiće se samo termin mediji.

9 Manovich 2001.

10 Isto 2001.



# DJECA U SUVREMENOM MEDIJSKOM OKRUŽENJU

## MEDIJSKE NAVIKE DJECE

Djeca sama ističu izuzetan značaj digitalnog okruženja za različite aspekte njihovog života: informiranje, učenje, zabavu, igranje i povezivanje sa vršnjacima.<sup>11</sup> Već u najranijoj fazi života, u krugu obitelji, dijete se susreće s pisanom riječi. Čitanjem slikovnica dijete razvija ljubav prema knjizi, pisanoj riječi, izražavanju kreativnosti, ideja i mašte. U obiteljskom okruženju dijete se od najranijeg djetinjstva susreće i sa drugim medijima kao što su radio, televizija, internet.

Istraživanje Regulatorne agencije za komunikacije i UNICEF-a u BiH "Medijske navike djece i stavovi roditelja"<sup>12</sup> pokazuje da gotovo sva domaćinstva u BiH u kojima žive djeca posjeduju pametni telefon, dok većina posjeduje i desktop ili laptop računalo i Smart TV. Nešto manje od polovine djece u kući ima standardni TV uređaj i radio, trećina tablet, a četvrtina mobilni telefon i DVD uređaj. Petina u svom okruženju ima i konzolu za video-igre, a više od desetine i pametne zvučnike. Pored toga što su okružena brojnim i različitim medijskim uređajima, djeca ih uz to i koriste. Podaci dobiveni anketiranjem djece uzrasta 7-18 godina pokazuju da za gledanje/slušanje sadržaja gotovo sva djeca koriste pametni telefon, dok više od polovine koristi Smart TV i desktop ili laptop računalo. Kad je riječ o maloj djeci, čije medijske navike dobrim dijelom kontroliraju roditelji, istraživanje pokazuje da sedam od deset djece uzrasta 0-3 godine svakodnevno gleda TV program, četvrtina svakodnevno koristi pametni telefon, dok 14% djece ovog uzrasta svakodnevno ide na internet.

Anketa roditelja pokazala je da ukupno prosječno vrijeme koje djeca uzrasta 0-18 godina u BiH provedu uz IKT i medije na školski dan iznosi oko tri sata, dok vikendom ovo vrijeme raste do tri sata i 40 minuta. Što su djeca starija, to je vrijeme koje provode uz medije i IKT duže.

Kad je riječ o medijskim sadržajima koji privlače djecu, gotovo svi roditelji djece uzrasta 11-18 godina navode da njihovo dijete ima profil na nekoj od društvenih mreža (Facebook-u, Viber-u, Instagram-u, Facebook Messenger-u i/ili YouTube-u), tim češće što su djeca starija. Iz istraživanja je vidljivo i to da, ukupno gledano, najčešći medijski sadržaji koje djeca gledaju, prate, slušaju i koriste jesu YouTuber-i, koje prati šest od deset djece (60%) te crtani filmovi, koje gleda tek nešto manje njih (55%). Pri tome, praćenje YouTuber-a raste, dok gledanje crtanih filmova opada sa uzrastom djece, tako da su crtani filmovi dominantan omiljeni sadržaj djece uzrasta 0-6 godina, kojem se u uzrastu 7-10 godina priključuju i video-igre, kao najčešći omiljeni sadržaj djeci uzrasta 11-14 godina. Adolescentima su podjednako omiljeni YouTube, serije i muzika.

Utjecaj medija nije ograničen samo na roditeljski dom i na obitelj. Polaskom u predškolsku ustanovu, potom u školu, i družeći se sa vršnjacima, djeca razmjenjuju informacije i razvijaju spoznaje o mnogim temama uključujući i one o medijskim sadržajima kao što su video-igre, društvene mreže, muzika itd. Utjecaj vršnjaka naročito se intenzivira tokom osnovnog i srednjeg obrazovanja.

11 [Treaty bodies Download \(ohchr.org\)](https://www.ohchr.org/Treaty_bodies_Download)

12 Istraživanje je provedeno 2020. godine na području cijele BiH, na nacionalno reprezentativnom uzorku djece i roditelja. Cilj istraživanja bio je prikupljanje i obrađivanje podataka o tome kako djeca pristupaju medijima, koje sadržaje koriste, koliko vremena provode uz različite medije, poznaju li pravila za korištenje medija i kako roditelji vrše nadzor, te kako procjenjuju svoje znanje o medijima i iz kojih izvora najviše uče o medijima. <https://docs.rak.ba//articles/87d623c1-ae20-4b70-9c51-6df0f9fa074b.pdf>

## UTJECAJ MEDIJA I IKT NA DJECU

U najširem smislu, socijalizacija predstavlja uklapanje pojedinca u društveni život na način koji je prilagođen zahtjevima, normama i pravilima nekog društva, a stječe se sustavnim učenjem, prikupljanjem znanja i kreiranjem poželjnih obrazaca ponašanja. Proces socijalizacije u doba djetinjstva i rane mladosti najintenzivnije utječe na razvoj i odgoj djeteta. Postoje dvije osnovne grupe socijalizacijskih agensa koji utječu na razvoj, odgoj i obrazovanje svakog djeteta. Primarni socijalizacijski agensi uključuju roditelje, porodicu i vršnjake, dok sekundarni socijalizacijski agensi podrazumijevaju školu, medije, vjerske institucije, druge interesne grupe i organizacije.<sup>13</sup> Primarni i sekundarni agensi socijalizacije su komplementarni, što znači da se intenzitet utjecaja pojedinog agensa mijenja u zavisnosti od uzrasta i okolnosti u kojima se dijete nalazi.

Mediji, kao jedan od sekundarnih agensa socijalizacije, nisu puka sredstva za prijenos poruka. Oni funkcioniraju kao prijenosnici simboličkih poruka, eksplicitnih ili implicitnih ideoloških i vrijednosnih poruka, sudjelujući tako u oblikovanju i promoviranju različitih društvenih stvarnosti.<sup>14</sup>

Djeca digitalnog doba od rođenja su izložena digitalnim medijima.<sup>15</sup> Činjenica da djeca sve ranije dolaze u kontakt sa digitalnim tehnologijama govori o tome koliko je važno istraživati posljedice izlaganja djece digitalnim tehnologijama koje mogu utjecati na pravilan odgoj i razvoj.

Studije jasno sugeriraju da utjecaj medija na razvoj djece može biti pozitivan ili negativan, u zavisnosti od konteksta i dužine upotrebe. Suvremena tehnologija može biti pozitivno povezana sa kognitivnim i akademskim vještinama, ali isto tako može imati negativan učinak na socijalni i psihološki razvoj djeteta.

Kad je riječ o izlaganju djeteta digitalnim medijima, međunarodna istraživanja ukazuju da je ključno imati na umu sadržaj kojem se djeca izlažu, te odnos između fizičkih aktivnosti i aktivnosti u kojima su izložena digitalnim tehnologijama. Pored toga, potrebno je pratiti kako psihički, tako i fizički razvoj djeteta.

Izlaganje sadržajima obrazovnog karaktera i sadržajima koji potiču razvoj djetetovih vještina i znanja može pozitivno utjecati na razvoj djeteta. Istraživanja pokazuju da gledanje obrazovnih programa kod djece uzrasta od dvije do tri godine, vodi ka bržem usvajanju vještina čitanja i računanja, povećava rječnik djeteta i pozitivno utječe na spremnost djeteta za polazak u školu. Djeca koja su bila izlagana sadržaju koji nije bio adekvatan za njih, bila su manje uspješna od svojih vršnjaka. Međutim, ono što je važno jeste kako nije dovoljno samo da djeca budu izložena obrazovnim sadržajima, već je neophodno pružiti im podršku u vidu interakcije uživo.<sup>16</sup>

Global Kids Online izvješće iz 2019. godine pokazuje da su djeca koja sudjeluju u mrežnim aktivnostima pokazala puno bolje digitalne vještine od djece koja imaju ograničen pristup internetu, te da sadržaji kojima su najviše izložena poput zabave, video-igara i pregledanja videa mogu potaknuti njihova zanimanja za društvena, obrazovna i informativna internet iskustva.

Razdoblje provedeno u korištenju medija može potisnuti vrijeme koje je rezervirano za kvalitetnu interakciju roditelja i djeteta, poput dijeljenja bogatih iskustava i aktivnosti. Povećana izloženost medijima može oslabiti odnos roditelj-dijete, uključujući zajedničko čitanje i igranje igračkama, što može rezultirati manjkom verbalne komunikacije sa roditeljima. Mnoga istraživanja sugeriraju da je smanjena verbalna interakcija između roditelja i djeteta povezana sa negativnim razvojnim ishodima, uključujući razvoj govora, samokontrole i kasnija akademska postignuća. Drugim riječima, djeca koja se u predškolskoj dobi češće i dugotrajno izlažu digitalnim sadržajima sporije razvijaju govor, te postižu lošije rezultate na zadacima iz kognitivnog domena u odnosu na vršnjake.<sup>17</sup> Pored toga, djeca koja u predškolskom uzrastu dugotrajno koriste digitalne tehnologije, imaju teškoće s pažnjom i koncentracijom.<sup>18</sup>

13 Ilišin et al. 2001.

14 Miliša et al. 2010.

15 Zimmerman, Christakis, Meltzoff 2007; Jungwirth 2013; Buljan Flander, Brezinščak 2018.

16 Wright et al. 2001.

17 Byeon, Hong 2015; Duch et al. 2013; Tomopoulos et al. 2010; Zimmerman, Christakis, Meltzoff 2007; Chonchaiya, Pruksananonda 2008.

18 Zimmerman, Christakis 2007.

U kontekstu ispitivanja utjecaja medija i IKT na društveno-emocionalni razvoj djece, istraživače posebno zabrinjava tendencija roditelja da digitalne uređaje koriste kao dadilje, koje djeci zaokupljaju pažnju, koje djecu zabavljaju, ili ih u stresnim situacijama tješe i smiruju dok su roditelji zauzeti drugim aktivnostima.<sup>19</sup> Na ovaj način, djeci se pažnja preusmjerava na digitalni uređaj, i ona propuštaju priliku da se osposobe kako bi se samostalno zabavljala u pojedinim životnim situacijama, da uče kontrolirati emocije, ili da se sami smire u stresnim situacijama, ukoliko im u tome ne može pomoći nitko od osoba od povjerenja. Česta upotreba IKT povećava socijalnu izolaciju, oduzima inače predviđeno vrijeme za društvene aktivnosti i igru, ometajući time socijalni razvoj djeteta. Nije rijetka pojava da upotreba pametnih telefona uzrokuje usamljenost i depresiju kod djece. Pedijatri upozoravaju da njihove ambulante sve češće posjećuju mala djeca koja pokazuju znakove ponašanja nalik na autistični spektar poremećaja, koji u podlozi imaju predugo izlaganje, najčešće pametnom telefonu.

Igranje video-igara može imati različite efekte, u zavisnosti od sadržaja video-igre. Istraživanja pokazuju da društvene igre kojima se potiče empatija, suradnja i pomaganje drugima, pozitivno djeluju na društveno-emocionalni razvoj djece. S druge strane, video-igre u kojima prevladava nasilno ponašanje, ostavljaju negativan utjecaj na razvoj djeteta, posebno stvarajući preduvjete za razvoj nasilnih oblika ponašanja, manjak empatije, te višu toleranciju na nasilje.<sup>20</sup>

Djeca koja dugo vremena provode pred ekranom obično su manje fizički aktivna zbog sjedilačke prirode te aktivnosti, što potencijalno dovodi do konzumacije nezdravih napitaka i hrane, i povećanog rizika od pretilosti. Kad je riječ o utjecaju IKT na kvalitetu sna, dokazano je kako predugo gledanje u „plavo svjetlo“ ekrana, posebno pred spavanje, dovodi do poremećaja lučenja melatonina i narušenog sna.<sup>21</sup>

---

19 Radesky, Schumacher, Zuckerman 2015.

20 Anderson et al. 2010; Gentile et al. 2009.

21 Viner, Davie, Firth 2019.

## Pozitivni aspekti medija i medijskih sadržaja:

- ✓ Učenje uz pomoć medija (novi oblici učenja, brzina, dinamičnost, dostupnost informacija, E-učenje, dvosmjerna interakcija)
- ✓ Jednostavan pristup različitim informacijama
- ✓ Izražavanje kreativnosti, ideja i mašte
- ✓ Brzo ažuriranje podataka
- ✓ Povezivanje različitih medija
- ✓ Brzo uspostavljanje odnosa
- ✓ Upoznavanje i virtualna interakcija
- ✓ Usavršavanje digitalnih i tehnoloških vještina
- ✓ Stjecanje medijskih vještina
- ✓ Razmjena iskustva s drugima, nova profesionalna poznanstva
- ✓ Igra, rad u grupama (razvijanje natjecateljskog duha, poštena igra)
- ✓ Ispunjavanje slobodnog vremena (hobi, rekreacija)

## Rizici i štete povezani sa upotrebom medija i IKT:

- ✗ Digitalno nasilje (neželjena komunikacija s vršnjacima i agresivno ponašanje pojedinca ili grupe ljudi upotrebom informacijskih i/ili telekomunikacijskih sredstava koje ima za cilj vrijeđanje, ponižavanje, širenje informacija, video i fotografskih materijala s ciljem nanošenja štete ili umanjivanja ugleda jedne ili više osoba u online komunikaciji)
- ✗ Jednostavan pristup neprimjerenim medijskim sadržajima (pornografske stranice, pedofilija, zlostavljanje, nasilje)
- ✗ Nedostatak roditeljskog nadzora nad sadržajima koje djeca prate
- ✗ Nedovoljna zaštita informacija
- ✗ Laka dostupnost osobnih podataka
- ✗ Lažno predstavljanje i anonimnost (manipulacije i zloupotrebe informacijskih i/ili telekomunikacijskih sredstava)
- ✗ Zavisnost o video-igramama, društvenim mrežama, pametnim telefonima i sl.
- ✗ Nasilno ponašanje (kao posljedica dugotrajnog izlaganja agresivnim sadržajima, video-igramama, koje djeluju frustrirajuće i za posljedicu imaju netoleranciju prema okolini i gubitak kontrole razumnog ponašanja)
- ✗ Dugotrajna izloženost ekranima (slabljenje vida, izostanak sna, fizička neaktivnost, nezdrave prehrambene navike, nedostatak fizičke socijalizacije, usamljenost, agresivnost)
- ✗ Gubitak suosjećanja (tolerancija elektroničkog nasilja, vrijeđanje na društvenim mrežama, govor mržnje, zanemarivanje, zlostavljanje)
- ✗ Postavljanje „izazova“ na društvenim mrežama koji mogu imati tragične posljedice
- ✗ Zloupotreba djece u pornografske i slične svrhe.

**Bitno je naglasiti da potencijalni rizici ne dovode nužno i do nanošenja štete pojedinačnom djetetu, nego utjecaj ovih rizika ovisi od brojnih faktora.**

## POSREDOVANJE IZMEĐU DJECE I MEDIJA

Ističući važnost pravilnog kontroliranja vremena i načina na koje djeca koriste medije,<sup>22</sup> znanstvena javnost poziva osobe zadužene za brigu i rad sa djecom da potiču djecu na kritičko razmišljanje prilikom odabira sadržaja koji će gledati, koristiti ili dijeliti, kao i na kritičko analiziranje i vrednovanje kvaliteta viđenog medijskog sadržaja. Posebno se skreće pažnja na prepoznavanje stavova i vrijednosti zastupljenih u određenom medijskom sadržaju. Kod djece treba razvijati ne samo digitalne vještine već aktivan i odgovoran odnos prema medijima: svijest, odgovornost i poštenje prilikom korištenja, kreiranja i dijeljenja medijskog sadržaja. Uz to, djecu treba upoznati sa svim pozitivnim i negativnim stranama medija: kako da izbjegnu potencijalno loš sadržaj, a iskoriste sve pozitivne kapacitete medija za kreativno izražavanje, komuniciranje, učenje i zabavu.

Preporuke navedene u Smjernicama nisu isključive, i ne ukazuju na jedini poželjan model postupanja. One polaze od toga kako se prilikom usvajanja pravila u vezi sa medijskim sadržajima i vremenom koje dijete provodi pred ekranom, mora voditi računa o uzrastu, potrebama i specifičnim okolnostima u kojima dijete živi.<sup>23</sup>

Današnja djeca u velikoj mjeri fascinirana su medijima i IKT i nerijetko igrališta zamjenjuju pametnim telefonom, televizijom, računalom i ostalim uređajima. S druge strane, mnoge roditelje zabrinjavaju različiti sadržaji kojima su djeca izložena putem ekrana. U pitanju su potencijalno štetni sadržaji poput scena nasilja uključujući vršnjačko nasilje na društvenim mrežama, te nasilje i zlostavljanje djece od strane odraslih, zatim neprikladni prikazi seksualnosti, diskriminacija po različitim osnovama, prikazi antisocijalnog ponašanja, uživanje droga i alkohola i slični sadržaji. Roditelji su često nesigurni po pitanju toga kako i u kojoj mjeri trebaju omogućiti djeci korištenje medijskih uređaja. Dok jedni potiču njihovo korištenje, drugi ograničavaju djecu u korištenju medija i IKT primjenjujući uzastopne kazne i zabrane.

Blum Ross i Livingstone (2016) razlikuju četiri osnovna tipa roditeljskog posredovanja između medija i djece u zavisnosti od toga da li kod roditelja prevladava želja da *osposobi* dijete da koristi medije ili potreba da djetetu *ograniči* pristup medijima, te stavlja li akcenat na *socijalni* ili *tehnički* modalitet kontroliranja medijskih navika djeteta. Tako *osposobljavajuće-socijalno* orijentiran roditelj razgovara sa djetetom o tome kako i zašto su mediji i medijski sadržaji kreirani, kako interpretirati i evaluirati različite oblike predstavljanja, šta i zbog čega roditelji i djeca vole, te kako prepoznati i odgovoriti na probleme vezane za privatnost, rizike i sigurnost. Ovaj tip roditelja često se uključuje u korištenje medija od strane djece, posebno mlađe djece. *Osposobljavajuće-tehnički* orijentiran roditelj putem dostupnih aplikacija i softvera nadgleda kako dijete koristi digitalne medije i prati fizičko kretanje djece *offline*. *Ograničavajuće-socijalno* orijentiran roditelj uspostavlja različita pravila u vezi sa korištenjem medija: u koje doba dana, gdje i koliko dugo djeca (ne)smiju koristiti medije i IKT, dok *ograničavajuće-tehnički* usmjeren roditelj koristi tehnologiju u svrhu ograničavanja pristupa medijskim uređajima ili sadržajima. Koji od navedenih tipova ili kombinacija tipova roditeljskog posredovanja između medija i djece će roditelj izabrati zavisi od znanja roditelja, stila roditeljstva, te uzrasta i specifičnosti djeteta.<sup>24</sup>

Novije studije daju prednost osposobljavajućem tipu roditeljskog posredovanja između medija i djece, međutim pozivaju na odgovornost samih korisnika i na kvalitetu konzumiranih sadržaja. Daniel Kardefelt-Winther,<sup>25</sup> voditelj istraživanja o djeci i digitalnoj tehnologiji u UNICEF-u, smatra da je poželjno da djeca provode vrijeme s medijima, posebno na internetu, jer se tako uče da se kreću digitalnim svijetom, čak i kad su izložena svojevrsnom riziku. U tom smislu, smatra da roditeljska ograničenja ne doprinose digitalnom razvoju djece u budućnosti. Ulogu roditelja vidi u pružanju podrške i razgovoru s djecom. Jednako smatra nužnim uključivanje roditelja u digitalni svijet svoje djece, kako bi im omogućili digitalno napredovanje i otpornost prema rizičnim i neprimjerenim sadržajima.

22 Ciboci, Kanižaj, Labaš 2011.

23 Livingstone, Helpers 2008.

24 Čengić 2019.

25 Global Kids Online 2020.

## PREPORUKE

### 3.1. PREPORUKE RODITELJIMA

U nastavku slijede konkretni savjeti roditeljima kako potaknuti kreiranje zdravih medijskih navika djece, kao i detaljnije informacije i uputstva koje se odnose na obiteljski dogovor o korištenju medija, na identifikaciju eventualnih problema koji se dovode u vezu sa prekomjernim korištenjem ekrana, na traženje stručne pomoći, tehnička sredstva zaštite, te set ideja za obiteljske aktivnosti kako bi vrijeme pred ekranima bilo na odgovarajući način usklađeno sa drugim poticajnim aktivnostima za djecu.

U cilju efikasnog posredovanja između medija i djece, roditelji bi trebali:

#### **Vlastitim primjerom učiti djecu dobrim navikama korištenja ekrana od najranijeg uzrasta.**

Poslovice koja kaže da su „djeca naše ogledalo“ između ostalog skreće pažnju roditeljima na potrebu osvještavanja vlastitih medijskih navika. Koliko, kada, gdje i u koju svrhu roditelji koriste medije i IKT? Kakve pozitivne i negativne efekte to ima na njih i na njihovu obitelj? Kakav primjer time pružaju djeci? Na koji način štite svoju privatnost i privatnost svoje djece?

Djeca vide svoje roditelje kao najznačajnije izvore i prenositelje informacija o medijima. Važno je da roditelji imaju na umu kako djeca uče putem modela, odnosno promatrajući i oponašajući ponašanje roditelja i drugih uzora. Zbog toga, ukoliko roditelj koristi tehnologiju bez kontrole i cjelodnevno, vrlo je vjerojatno da će se i dijete ponašati na sličan način. Roditelji bi morali voditi računa o načinu na koji koriste medije i IKT, o svom ponašanju na internetu i na društvenim mrežama: koje podatke, fotografije i video-zapise objavljuju i dijele sa drugima, gdje i kada koriste digitalne uređaje.<sup>26</sup>

Jedan od načina neodgovornog ponašanja roditelja u virtualnom svijetu jeste šarenting (sharenting = sharing + parenting), odnosno prekomjerno dijeljenje različitih vrsta sadržaja, fotografija, videa i osobnih podataka, o vlastitoj djeci. Takvim ponašanjem krši se jedno od osnovnih prava djeteta, pravo na privatnost i ugrožava se djetetova sigurnost.<sup>27</sup>

Roditelji bi također trebali upoznati djecu sa pravima na privatnost i sigurnost na internetu. Na web stranici Regulatorne agencije za komunikacije dostupne su smjernice i obrazovni materijali Međunarodne unije za telekomunikacije,<sup>28</sup> namijenjeni između ostalog djeci, adolescentima i njihovim roditeljima, koji se bave pitanjima dječjih prava na internetu, kao i pitanjima online sigurnosti djece.

#### **Provoditi vrijeme sa djetetom uz medije.**

Bilo da zajednički gledaju televiziju, film, igraju video-igre, pretražuju internet ili pregledavaju sadržaj na YouTube-u, roditelji trebaju pokazati djetetu sve mogućnosti medija i IKT te kako se one mogu koristiti u različite svrhe. Roditelj je pozvan da pokaže zanimanje za ono što je djetetu zanimljivo i da razgovara sa djetetom o pregledanom sadržaju-što je dobro, a što nije, i zašto.<sup>29</sup> Također, roditelj treba ukazati djetetu da nije istinito sve što vidi na ekranu i da su medijski sadržaji konstruirani. Govoreći o mlađoj djeci, ukoliko roditelj odluči da djetetu ponudi određeni medijski sadržaj, on treba da bude na materinskom jeziku, prikladan uzrastu, sa jasnom i korisnom porukom. Roditelji trebaju objašnjavati djeci pozitivne i negativne strane tehnologije, te paziti i objašnjavati sadržaje koje djeca gledaju. Važno je da roditelji s djecom barem jedanput pogledaju njihovu omiljenu emisiju ili odigraju omiljenu igricu kako bi se upoznali sa sadržajem, te potom kroz razgovor upućivali na pozitivne, odnosno negativne strane sadržaja. Pokazalo se da one obitelji koje su djeci omogućavale pristup IKT s adekvatnom kontrolom imaju bolje okruženje i atmosferu unutar obitelji.<sup>30</sup>

<sup>26</sup> Norwegian Embassy Croatia 2019.

<sup>27</sup> Livingstone, Hegers 2008.

<sup>28</sup> [Regulatorna agencija za komunikacije BiH \(rak.ba\)](http://rak.ba)

<sup>29</sup> Isto 2019.

<sup>30</sup> Krpan et al. 2017.

Kada roditelj odluči kako je došlo vrijeme da dijete počne samostalno istraživati i koristiti digitalne uređaje, potrebno je da nastavi razgovarati o tome s djetetom i sudjeluje u tim aktivnostima. Djetetu se mora objasniti da će različite osobe različito doživjeti jedan te isti medijski sadržaj. Ono što je nekim ljudima smiješno, druge može rastužiti ili povrijediti. Djeca ne bi trebala da komentiraju ili dijele sadržaj ukoliko nisu sigurna kakve reakcije i osjećanja to može izazvati kod drugih.

### **Donijeti pravila za korištenje medija i IKT u svom domu i pridržavati ih se.**

Roditeljima se preporučuje da odaberu prostor za korištenje medija, koji po mogućnosti mogu nadzirati, i da ograniče vrijeme koje djeca provode pred ekranom.

**S obzirom na činjenicu da nema dovoljno dokaza na osnovu kojih bi se djeci i roditeljima sa sigurnošću mogla preporučiti odgovarajuća mjera korištenja ekrana, osnovna preporuka roditeljima je da kroz dogovor sa djecom, uzimajući u obzir pojedinačne potrebe svakog djeteta, odrede gornju granicu vremena koje dijete smije provoditi pred ekranom, u koje svrhe može koristiti ekran i u kojem okruženju (samostalno ili sa vršnjacima ili obitelji), koje medijske sadržaje dijete smije gledati, kreirati i dijeliti imajući pri tome na umu da korištenje ekrana i vrste aktivnosti djeteta pred ekranom trebaju biti izbalansirani sa ostalim aktivnostima djeteta, ne ugrožavajući fizičku aktivnost djeteta, druženje, zdrave prehrambene navike i kvalitetan san.<sup>31</sup>**

U nekim zemljama postoje preporuke strukovnih udruga ili državnih institucija u pogledu vremena koje djeca smiju provoditi ispred različitih ekrana. Postoje razlike u takvim preporukama.

Kraljevski koledž za pedijatriju i zdravlje djeteta<sup>32</sup> Velike Britanije, polazeći od znanstveno utemeljene činjenice da kvalitetan san, fizička aktivnost, druženje i zdrava hrana najviše utječu na zdravlje djece, zaključuje kako vrijeme provedeno pred ekranom ne smije narušiti zdrave navike na ovim poljima. Pri tome, zaključuje kako ne postoji „sigurna količina vremena“ koje djeca smiju provoditi pred ekranom, jer to zavisi od uzrasta i pojedinačnih potreba djeteta, kao i od toga u kakve svrhe se ekrani koriste. U tom smislu, njihova preporuka roditeljima je da naprave dogovor sa djecom koji se tiče njihovog korištenja medija i da se tog dogovora pridržavaju.

Slične preporuke izdalo je i Kanadsko pedijatrijsko društvo<sup>33</sup> koje savjetuje roditeljima da naprave i redovno revidiraju obiteljski medijski plan uz individualizirana ograničenja vremena i sadržaja.

Ministarstvo zdravlja Australije<sup>34</sup> objavilo je preporuke po kojima djeca mlađa od dvije godine ne bi trebala da provode vrijeme pred ekranom niti koriste bilo koju vrstu ekrana. Također, preporučuju da djeca od dvije do pet godina ne provode više od sat vremena dnevno uz ekran, i to uz kontrolu i nadzor roditelja. Kad je riječ o djeci od pet do 17 godina,<sup>35</sup> njihova je preporuka da se rekreativno vrijeme pred ekranom ograniči na najviše dva sata dnevno, dok se korištenje društvenih mreža ne savjetuje prije navršenih 13 godina.

Slične preporuke<sup>36</sup> donosi i Agencija za elektroničke medije Hrvatske prema kojima djeca mlađa od dvije godine ne bi trebala provoditi pred ekranom više od 15 minuta dnevno, predškolska djeca oko jednog sata, a djeca starija od sedam godina najviše oko dva sata dnevno.

Američka pedijatrijska akademija<sup>37</sup> izdala je 2016. godine preporuke prema kojima bebe mlađe od 18 mjeseci trebaju izbjegavati sve digitalne medije, osim za komunikaciju sa članovima obitelji putem video-chata i to uz prisustvo roditelja. Roditeljima djece od 18 mjeseci do dvije godine savjetuje se da, ako žele dijete početi izlagati medijima, vode računa da to budu kvalitetni medijski sadržaji i da ih dijete prati u njihovom prisustvu. Iste preporuke upućene su roditeljima djece od dvije do pet godina uz savjet da ne provode pred ekranom više od sat vremena dnevno. Za djecu od šest godina nadalje, Američka pedijatrijska akademija izdala je slične preporuke kao i Kraljevski koledž za pedijatriju i zdravlje djeteta Velike Britanije: da roditelji ustanove pravila

31 Viner, Davie, Firth 2019.

32 [rcpch\\_screen\\_time\\_guide\\_-\\_final.pdf](#)

33 [Digital media: Promoting healthy screen use in school-aged children and adolescents | Canadian Paediatric Society \(cps.ca\)](#)

34 [Birthto5years\\_24hrGuidelines\\_Brochure.pdf \(health.gov.au\)](#)

35 [Department of Health | Australian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Young People \(5-17 years\) – An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep.](#)

36 [Agencija za elektroničke medije \(aem.hr\)](#)

37 [Where We Stand: Screen Time - HealthyChildren.org](#)



# Pregled preporuka u pogledu vremena koje djeca svakodnevno provode ispred ekrana



## Velika Britanija

Kraljevski koledž za pedijatriju i zdravlje djeteta

Prema napravljenom dogovoru u krugu obitelji, vodeći računa da vrijeme pred ekranom ne ugrožava ostale aktivnosti i zdrave navike djeteta.

## Kanada

Kanadsko pedijatrijsko društvo

Prema obiteljskom medijskom planu koji sadrži individualizirana ograničenja sadržaja i vremena pred ekranom za svako dijete.

## Australija

Ministarstvo zdravlja Australije

0 - 2 godine

2 - 5 godina

5 - 17 godina

ne bi trebalo da provode vrijeme pred ekranom

max 1 sat vremena dnevno

max 2 sata vremena dnevno

## Hrvatska

Agencija za elektroničke medije

0 - 2 godine

2 - 7 godina

7+ godina

ne više od 15 minuta dnevno

max 1 sat vremena dnevno

max 2 sata vremena dnevno

## Amerika

Američka pedijatrijska akademija

0 - 2 godine

2 - 5 godina

6+ godina

izbjegavati sve digitalne medije

max 1 sat vremena dnevno

sukladno obiteljskom dogovoru

## Francuska

Francuski medijski regulator (Conseil Supérieur de l'Audiovisuel)

0 - 3 godine

3 - 6 godina

6 - 10 godina

izbjegavati sve digitalne medije

max 40 minuta dnevno

max 1 sat vremena dnevno



korištenja medija i paze kako vrijeme koje djeca provode pred ekranom ne umanjuje vrijeme koje im je potrebno za spavanje, igranje, fizičke aktivnosti i druženje, uz savjet da u sobi u kojoj djeca spavaju ne budu dostupni medijski uređaji: televizor, računalo, pametni telefon i sl.

Francuski medijski regulator, Conseil Supérieur de l'Audiovisuel,<sup>38</sup> izričito ne preporučuje da se djeca mlađa od tri godine izlažu ekranima, kao ni to da djeca od tri do šest godina koriste ekrane više od 40 minuta dnevno, a djeca od šest do deset godina više od jednog sata dnevno.

Također, roditelji mogu odrediti vrijeme kada se mediji i IKT neće koristiti, na primjer za vrijeme obroka, neposredno prije polaska u školu, dva sata prije spavanja i sl.

Roditelji ne trebaju dopustiti djetetu da gleda sadržaje neprimjerene uzrastu i razvoju djeteta. Potrebno je voditi računa o poštovanju dobnih oznaka sadržaja kao što su 12 +, 16 +, 18 + budući da ove oznake, u kontekstu emitiranja televizijskog i radijskog programa u BiH, roditeljima skreću pažnju da takvi sadržaji nisu primjereni određenom uzrastu djece.

Roditelji bi trebali poticati dijete da gleda obrazovne, dokumentarne i kvalitetne igrane, animirane i zabavne programe.<sup>39</sup> Preporuka je i da roditelji odaberu koje usluge i aplikacije djeca smiju koristiti.

### **Voditi sa djecom obiteljske razgovore o korištenju medija.**

Obiteljski razgovor o korištenju ekrana nalikuje na razgovor o bilo kom drugom obiteljskom dogovoru i pravilu. To podrazumijeva da će roditelj postaviti jasne zahtjeve i očekivanja koja podrazumijevaju *kada, u kojem vremenskom razdoblju i za koje sadržaje* djeca mogu koristiti ekrane. Pored očekivanja, djeca treba da budu upoznata i sa posljedicama poštivanja i nepoštivanja pravila. Ovakva jasna struktura djetetu će omogućiti predvidljivost, a roditeljska je obaveza dosljednost u poštivanju dogovora, što samo po sebi predstavlja pružanje pozitivnog primjera djetetu.

Roditelji trebaju biti spremni na to da će djeca imati potrebu da im postave različita pitanja. Dječje nerazumijevanje, nezadovoljstvo i mnoštvo pitanja očekivani su ukoliko roditelj po prvi put uvodi ovakva pravila, to jest ukoliko djeca ranije nisu imala ograničenja u vezi sa korištenjem ekrana. Svojim ponašanjem roditelj treba pokazati kako razumije djetetovo nezadovoljstvo, ali i da bude jasan pri pojašnjavanju razloga za uvođenje pravila. Važno je da dijete razumije da su pravila usmjerena na njegovu dobrobit i zdrav razvoj. To ne znači da će nezadovoljstvo odmah nestati. Zato je važno da ustraju i roditelj i dijete, te da roditelj ima na umu da postoje pravila i ograničenja koja su korisna, premda mogu biti neugodna.

Nakon razgovora sa djecom i pravljenja zajedničkog dogovora, roditelj može pristupiti pravljenju zajedničkog rasporeda korištenja ekrana. Važno je da raspored bude jasan, na vidljivom mjestu, te da roditelj redovno prati u kojoj mjeri se raspored poštuje. Djecu je poželjno nagraditi za odgovorno poštivanje dogovora.

Mediji i IKT ne trebaju biti nagrada, tj. ne trebaju imati funkciju nagrade. Ukoliko roditelj želi potaknuti razvoj zdravih medijskih navika djeteta ili razvoj bilo kojih drugih segmenata njegovog ponašanja, treba izbjegavati da nagrađuje dijete tako što će mu omogućiti mimo dogovorenog rasporeda korištenje digitalne tehnologije. Ukoliko se digitalna tehnologija koristi kao nagrada, postaje sredstvo za koje dijete veže isključivo ugodne emocije, učvršćujući time dodatno svoje preferencije prema njezinom korištenju.

Nakon izrade plana korištenja ekrana, djeca i roditelji bivaju suočeni sa pitanjem šta raditi sa vremenom koje im se nađe na raspolaganju. Ukoliko je dijete naučilo svoje slobodno vrijeme koristiti pred različitim ekranima, njihovo nekorištenje može dovesti do toga da dijete u početku ne zna što raditi sa vremenom koje ima i da se žali na dosadu. Važno je da roditelji znaju da je dosada normalno osjećanje, a u ovakvim situacijama i poželjno. Iako neugodna, dosada će motivirati dijete da počne istraživati svoj unutarnji svijet želja, ciljeva i zanimanja. Upravo iz takvog istraživanja mogu proizaći ponašanja sa kojima će dijete na kvalitetan način ispuniti svoje slobodno vrijeme.

Zbog toga, kada se dijete požali roditelju da mu je dosadno, on mu ne treba nuditi rješenja, već ga ohrabriti da samostalno osmisli aktivnost koja će ga ispuniti. Na ovaj način, dijete upoznaje sebe i postaje samostalnije. Dosada je korisna, jer motivira dijete da promišlja i stvara.

<sup>38</sup> [Les enfants et les écrans : les conseils du CSA - CSA - Conseil supérieur de l'audiovisuel](#)

<sup>39</sup> AEM 2016.

### **Koristiti tehnička rješenja u funkciji kreiranja dobrih *online* navika djece.**

Tehnička rješenja omogućavaju roditeljima stjecanje uvida kako usmjeriti aktivnosti i utjecaje kojima su djeca izložena na internetu. Postojeće aplikacije nude različite razine kontrole i izbor ovisi od roditeljske namjere. Iako se ovim ulazi u privatnost djece u *online* svijetu, roditeljska dužnost je da brinu o dječjoj sigurnosti na internetu, jednako kao što brinu o ponašanju djece u društvu. Potrebno je izgraditi zdrave *online* navike kako bi se dijete nakon navršene 13. godine znalo ponašati u *online* zajednici. Tehnička rješenja i aplikacije nisu svemoćne i roditelji se ne trebaju na njih u potpunosti oslanjati. Nudeći informacije i upozorenja o kojima bi trebalo učestalo razgovarati sa djecom, tehnička rješenja i aplikacije kreirane su sa namjerom da pomognu roditeljima u njihovom posredovanju između medija i djece.

Neka od preporučenih tehničkih rješenja jesu:

Google Family Link (<https://families.google.com/intl/sr/familylink/>): proizvod kompanije Google namijenjen roditeljima u cilju praćenja i usmjeravanja dječjih aktivnosti na internetu. Ovaj servis je besplatan, a da bi se koristio, neophodan je odgovarajući uređaj (telefon) za dijete i za roditelja, kao i Google nalog za roditelja i dijete.

Kaspersky® Safe Kids (<https://www.kaspersky.rs/safe-kids>): Kaspersky je svjetska kompanija koja se bavi sigurnošću na mreži. Kaspersky® Safe Kids je proizvod namijenjen za praćenje dječjih aktivnosti na mreži, vremena provedenog na telefonu, te njihove lokacije.

YouTube KIDS (<https://www.youtubekids.com/>): YouTube KIDS je besplatna aplikacija koja pomaže roditeljima da usmjere djecu u konzumiranju video sadržaja na internetu. S obzirom da je YouTube najpopularniji kanal među djecom i adolescentima za gledanje video sadržaja, potrebno je da roditelji posebnu pažnju obrate na karakter sadržaja dostupnih putem ove platforme. Aplikacija omogućava i niz filtriranja i prilagođavanja sadržaja za dijete.

Iako podešavanje aplikacija zahtijeva određeno vrijeme, njihova upotreba usmjerava dijete na kvalitetan boravak na internetu i optimalno vrijeme koje provodi za telefonom. Uputstva za podešavanje mogu se pronaći na <https://djecanainternetu.com/>

### **Učiti više o uslugama, sadržaju, tehnologiji i dobnim ograničenjima.**

Mnogi digitalni uređaji pružaju mogućnost odraslima da prilagode usluge potrebama njihove djece. Učeci o tehnologiji i uslugama, roditelji će biti u mogućnosti odabrati tipove sadržaja, iskustava i opcija prikladnih njihovom djetetu. Roditelji bi trebali isprobati navedene opcije prije nego što im dijete pristupi i koristiti ih zajedno sa djetetom.<sup>40</sup> Roditeljima se preporučuje da koriste lozinke za usluge i sadržaje kojima ne žele da dijete samostalno pristupa kao što su potrošnja novca, preuzimanje novih igara i usluga, dijeljenje sadržaja i sl. te da nauče dijete da osobne lozinke ne otkriva drugima.<sup>41</sup> Roditelji bi trebali provjeriti jesu li dobn ograničenja navedena u trgovini aplikacija ili u odredbama i uvjetima korištenja. U igricama i uslugama koje se preuzimaju besplatno korisnici ih „plaćaju” gledanjem reklama i videa koji ih potiču na kupovinu novih igara ili davanje osobnih podataka. U postavkama na uređaju roditeljima se preporučuje provjeriti mogu li ograničiti kupovinu u aplikacijama. Ukoliko djeca pristupaju internetu putem mobilnih telefona svojih roditelja, djeci bi trebalo objasniti koje sličice na ekranu telefona ne trebaju otvarati navodeći jasno razloge zašto to ne smiju raditi. Roditelj može otvoriti sličice u prisustvu djeteta kako bi se ono uvjerilo da to nije zanimljiv prostor za njega. Tako će jednostavnije naučiti kako na internetu postoje sadržaji namijenjeni djeci i odraslima.

### **Brinuti o zaštiti internet ugleda tj. digitalne reputacije djeteta.**

Sve internet aktivnosti korisnika trajno su zabilježene i otkrivaju digitalnu reputaciju korisnika. Internet korisnicima savjetuje se da povremeno provjeravaju što se na internetu pojavljuje kao sadržaj nakon što ukucaju svoje ime i prezime. Na taj način moći će kontrolirati svoju komunikaciju na internetu i biti svjesniji javnosti ove komunikacije.

Dječje aktivnosti na internetu kreiraju njihovu internet reputaciju ili ugled. Roditelji trebaju imati na umu da objave i fotografije koje se dijele, zauvijek ostaju na globalnoj mreži i gotovo je nemoguće brisati ih. Pored toga, nakon što se jednom objavi na mreži, sav sadržaj uključujući fotografije i video-zapise mogu preuzeti i podijeliti druge osobe. Dijete ne bi trebalo pružati informacije o sebi,

40 Norwegian Embassy Croatia 2019.

41 Ponti 2019: 405.

fotografije i video-zapise, dijeliti sa nepoznatim osobama na društvenim mrežama, anonimnim ili javnim forumima. Na društvenim mrežama i u foto-albumima na uređajima postoje brojne opcije dijeljenja fotografija samo s nekolicinom ljudi koje mi odaberemo. Roditelji bi trebali objasniti djeci kako su fotografije koje se dijele samo u zatvorenim grupama namijenjene isključivo onima koje smo prethodno odabrali, i da se ne smiju dijeliti sa drugima. Dijete treba upozoriti kako uvijek mora tražiti dozvolu ukoliko želi objaviti fotografiju ili video-zapis na kojem su druge osobe, bilo da je riječ o djeci ili odraslima.

### **Obraćati pažnju na eventualno prisustvo problema povezanih sa korištenjem ekrana.**

Izuzetno je važno na vrijeme prepoznati prisustvo problema povezanih sa korištenjem medija i IKT. Kako bi roditelji što bolje procijenili provodi li njihovo dijete previše vremena pred ekranom, Livingstone i Blum-Ross, britanski stručnjaci za medije i komunikologiju, predlažu postavljanje sljedećih pitanja:

1. Odgovara li vrijeme koje moje dijete provodi u fizičkim aktivnostima vremenu koje provodi pred ekranom?
2. Je li moje dijete uredno jede i spava?
3. Je li moje dijete aktivno u školi?
4. Uspostavlja li i održava li moje dijete socijalne kontakte uživo?
5. Ima li moje dijete neke druge aktivnosti i hobije u kojima uživa, osim aktivnosti pred ekranom? <sup>42</sup>

Ukoliko su odgovori na ova pitanja potvrdni, roditelj nema razloga da bude zabrinut oko vremena koje njegovo dijete provodi uz digitalnu tehnologiju. U suprotnom, ukoliko su odgovori na većinu postavljenih pitanja negativni, odnosno, ukoliko dijete, na primjer, ima obroke uz pametni telefon, liježe ili se budi iz postelje uz pametni telefon, odlazi u toalet uz pametni telefon, ima govorno-jezične poteškoće, bojažljivo je ili pokazuje znakove depresije, anksioznosti ili druge psihičke ispade, roditelj se savjetuje da, primjenom preporuka sadržanih u ovim Smjernicama, pokuša pomoći djetetu razviti zdravije medijske navike. Ukoliko iz bilo kog razloga roditelj nije u mogućnosti djetetu pružiti tu vrstu pomoći, preporučujemo da se posavjetuje sa nekim od stručnjaka.

Ukoliko roditelj procijeni da je neophodno potražiti stručnu pomoć ili savjet, može se obratiti na neku od sljedećih adresa: Plavi telefon 080 05 03 05 i chat-savjetovanje na [www.plavitelefon.ba](http://www.plavitelefon.ba), sajt [www.sigurnodijete.com](http://www.sigurnodijete.com), Centar za mentalno zdravlje, stručna služba škole koju dijete pohađa.

### **Obiteljske aktivnosti koje je poželjno poticati i provoditi u cilju uravnoteženja vremena provedenog pred ekranom.**

Ukoliko roditelji uoče manjak komunikacije u obitelji, korištenje ekrana tijekom zajedničkih obroka, manjak zajedničkih aktivnosti ili njihovo svođenje samo na zajedničko gledanje TV i sličnih sadržaja, moguće je da korištenje ekrana umanjuje prilike za ostvarivanje kvalitetnijeg odnosa unutar obitelji, te kreiranja i realizacije kvalitetnijeg zajedničkog vremena.

Ovakvu spoznaju roditelj može podijeliti sa članovima svoje obitelji i tako izraziti svoje potrebe i želje za kvalitetnijim provođenjem vremena u krugu obitelji.

Pored toga što unaprjeđuju funkcionalnost obitelji, zajedničke obiteljske aktivnosti i kvalitetno provedeno zajedničko vrijeme, mogu doprinijeti unaprjeđenju odnosa unutar obitelji: doživljaja sigurnosti, voljenosti, pripadnosti i poštovanja. Upravo ovakvi doživljaji osnova su za daljnji pozitivan razvoj djeteta.

Roditeljima se preporučuje da u cilju postizanja navedenog, odrede razdoblje dana/tjedna za zajedničko vrijeme i aktivnosti kao što su: društvene igre, posjete kulturnim ustanovama i manifestacijama, šetnje, sport i druge aktivnosti u kojima obitelj uživa.

Manjak prisutnosti ekrana u djetetovom životu roditelji mogu iskoristiti da dijete nauče tome kako je svijet funkcionirao prije pojave ekrana, telefona, računala i sl. Ove aktivnosti mogu biti poučne i zabavne.

---

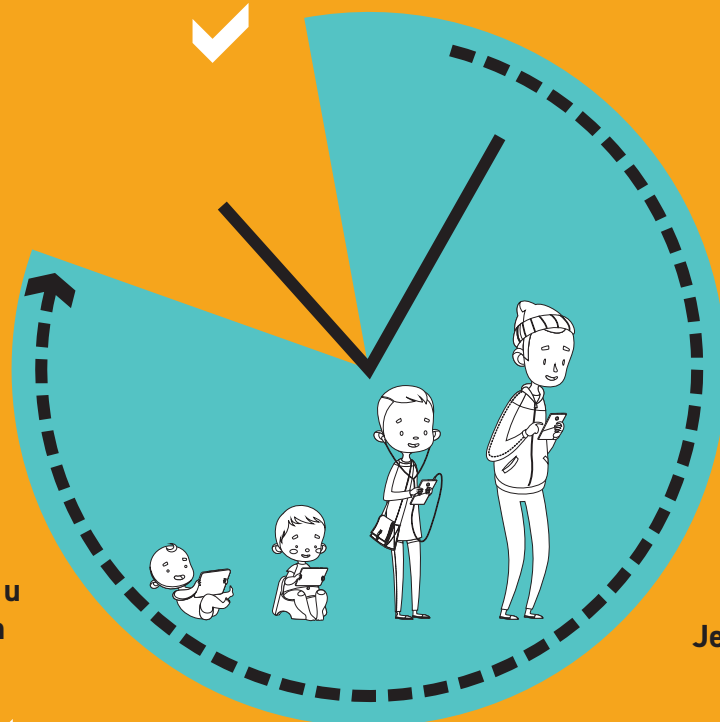
42 Dokler 2016.

# Da li moje dijete provodi previše vremena pred ekranom??

1. Odgovara li vrijeme koje moje dijete provodi u fizičkim aktivnostima vremenu koje provodi pred ekranom?

2. Je li moje dijete uredno jede i spava?

5. Ima li moje dijete neke druge aktivnosti i hobije u kojima uživa, osim aktivnosti pred ekranom?



3. Je li moje dijete aktivno u školi?

4. Uspostavlja li i održava li moje dijete socijalne kontakte uživo?

Ukoliko su odgovori na ova pitanja potvrdni, roditelj nema razloga da bude zabrinut oko vremena koje njegovo dijete provodi uz digitalnu tehnologiju. U suprotnom, ukoliko su odgovori na većinu postavljениh pitanja negativni, roditelj se savjetuje da, primjenom preporuka sadržanih u *Smjernicama o korištenju medija, IKT i vremenu koje djeca provode pred ekranom*, pokuša pomoći djetetu da razvije zdravije medijske navike.

Ukoliko roditelj procijeni da je neophodno potražiti stručnu pomoć ili savjet, može se obratiti na neku od sljedećih adresa: **Plavi telefon 080 05 03 05 i chat-savjetovanje na [www.plavitelefon.ba](http://www.plavitelefon.ba), sajt [www.sigurnodijete.com](http://www.sigurnodijete.com), Centar za mentalno zdravlje, stručna služba škole koju dijete pohađa.**

## Ideje i prijedlozi za igru i provođenje vremena sa djecom

Igra predstavlja važan element djetinjstva, način na koji dijete razvija vještine rješavanja problema i kreativnog izražavanja.

Postoje četiri vrste dječije igre: funkcionalne igre, igre mašte ili igre uloga, igre sa gotovim pravilima i konstruktorske igre.<sup>43</sup>

Funkcionalne igre dijete izvodi zato što je ovladalo funkcijama svoga tijela, igračaka ili sredstava oko sebe. Ovdje se više radi o igrolikim aktivnostima nego o stvarnim igrama. U ove aktivnosti spadaju: igranje dijelovima tijela (npr. okretanje vlastite ruke ili stavljanje noge u usta), rukovanje materijalom (npr. uzimanje gaze u ruke i promatranje), pokretne igre uz korištenje rekvizita (npr. korištenje zvečki), igra glasovima (npr. različito glasanje, ispuštanje zvukova), slovima ili riječima.

Igre mašte ili igre uloga (igre pretvaranja) uključuju slobodnu volju djeteta i omogućavaju da dijete u igri pokaže stvarnost na svoj način. Kroz ove igre dijete imitira druge, glumi, zamišlja da je na nekom drugom mjestu, npr. u svemiru i slično. Tokom ove igre djeca često koriste svakodnevne predmete dajući im drugačije osobine, npr. fotelja se pretvara u automobil, pokrivač i kuhinjski stol postaju šator, kanta postaje kapa, mačka je tigar itd. Teme u igri često pokazuju ono što se događa u dječijim životima. Djeca mogu igrati ono što su vidjela u nekom dječijem filmu ili knjizi. Igra pretvaranja je najviše zastupljena u uzrastu do četvrte ili pete godine. No, ona je vrlo važna jer kroz pretvaranje djeca uče kako se uživjeti u tuđe uloge, razvijaju vještine odnosa sa drugima i postaju kreativnija. Vrlo je važno da roditelji imaju razumijevanja za ovakvu vrstu dječije igre i da ne govore djetetu kako su neke stvari nemoguće ili pretjerane ili da prestanu maštati.

Igre s gotovim pravilima razlikujemo od igara u kojima se pravila konstruiraju u tijeku igranja. Često se aktivnosti u kojima nema pravila pretvaraju u igru sa pravilima, zato što se pravila dogovore tijekom aktivnosti. Najveći broj igara ima gotova pravila koja se iz generacije u generaciju prenose na nasljednike u datim kulturama. Igre sa gotovim pravilima posebno su pogodne za pedagoške utjecaje koje roditelji ostvaruju u radu sa predškolskom djecom. Igre s gotovim pravilima su: *Memory*, *Čovječe, ne ljuti se*, *Između dvije vatre*, *Žmire* itd.

Konstruktorske igre obuhvaćaju aktivnosti u kojima dijete oblikuje materijal, slaže, gradi ili raspoređuje kako bi postiglo određeni cilj. Potrebno je djeci dati plastelin, glinu, kockice, *Lego* kocke, blato, pijesak i slično kako bi gradila određeni objekat, koji ne mora uvijek biti funkcionalan.

Djeca uživaju u zajedničkim aktivnostima s roditeljima i s radošću prihvataju njihovo sudjelovanje. Iz dječije igre može se mnogo naučiti o djeci. Potrebno je, također, obratiti pažnju na sadržaj igre. Djeca upravo kroz igru često izražavaju svoja osjećanja, poput straha ili ljutnje. Djeca u predškolskom uzrastu često teško uspijevaju riječima opisati što sve osjećaju ili što im se dogodilo, tako da je igra dobar način da izraze doživljaje i događaje. Roditelji bi trebali svakog dana odvojiti vrijeme za igru s djetetom, posebno u predškolskom i ranom školskom razdoblju. Važno je da to bude vrijeme u kojem će roditeljska pažnja biti usmjerena isključivo na dijete. Vrijeme za igru treba postati dio svakodnevne rutine, a može biti i prostor za druženje cijele porodice.

---

43 Каменов 1997.

Primjeri igara za podsticanje razvoja djeteta:<sup>44</sup>

UZRAST	OPIS IGRE
<b>Od 3 do 4 godine</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="531 338 1327 465">1 Od 3 do 4 godine Staviti tri krumpira različite veličine i pitati dijete da ih uporedi. Sa djetetom se može razgovarati o: obliku, izgledu, koji je najveći, a koji najmanji krumpir, koji je najlakši, a koji najteži, mogu se praviti različiti oblici od krumpira i ostavljati otisci na papiru.</li> <li data-bbox="531 495 1327 745">2 Roditelji se sa djetetom mogu igrati tako da nalaze riječi/predmete koji počinju određenim slovom, npr. na slovo M. Odgovor može biti: mama, maca, maramica i slično. Kada roditelj i/ili dijete kaže maca, onda mogu opisati jednu macu koju poznaju: koliko ima nogu, koje je boje, koliko ima očiju, itd. Pronalaženje riječi na neko slovo može biti izuzetno teško za trogodišnje dijete, ali roditelji trebaju biti strpljivi, ne vršiti pritisak na dijete, povremeno se vraćati na ovu igru i biti će iznenađeni brzim napretkom djeteta.</li> <li data-bbox="531 763 1327 920">3 U zimsko doba roditelji mogu unijeti snijeg ili led u kuću, staviti ga u zdjelicu i pratiti proces otapanja i pretvaranja u vodu, zajedno sa djetetom. Dijete prije toga može dodirivati snijeg/led i govoriti o tome što osjeća, što treba obući kada je napolju hladno i slično. Dijete može biti pitano što je suprotno od hladnoće i što tada oblači</li> </ol>
<b>Od 4 do 5 godina</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="531 972 1327 1093">1 Roditelji i djeca mogu prstima pisati slova i čitati ih naglas. Slična aktivnost može biti organizirana na način da roditelj napiše, npr. veliko slovo A, a onda na to lijepi, zajedno sa djetetom, unaprijed pripremljene/iskidane papiriće.</li> <li data-bbox="531 1111 1327 1267">2 Roditelj može uzeti neku voćku, npr. jabuku i presijeći je na više dijelova. Jedna jabuka može biti presječena na dva dijela, a druga jabuka može biti presječena na četiri dijela. Upoređujući dijelove, govoriti koji dio je veći, a koji manji, pokušati sastaviti jabuku u cjelinu i slično. Nakon toga, roditelj i dijete jabuku mogu oprati, oguliti i pojesti.</li> <li data-bbox="531 1285 1327 1442">3 Roditelji i dijete mogu obući neku uniformu (npr. poštara, policajca, doktora i slično – može se uzeti samo jedan dio ili skrojiti nešto samostalno ili pretvarati se da je neka majica dio uniforme) i igrati igru uloga. Na taj način može se osigurati učenje svakodnevnih životnih situacija.</li> </ol>
<b>Od 5 do 7 godina</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="531 1485 1327 1718">1 Roditelji trebaju čitati svome djetetu kada god je to moguće, već od rođenja: slovarice, brojalice, pjesmice, bajke i jednostavne priče. Djeca mogu čitati sa roditeljima iz knjiga čak i kada ne znaju slova. Neka opišu šta se nalazi na slici. Dijete treba vidjeti roditelje da čitaju, jer ukoliko to ne vidi – dijete uči po modelu, malo je vjerojatno da će i samo to raditi. Nakon čitanja uvijek razgovarati s djetetom o pročitanoj sadržaju.</li> <li data-bbox="531 1736 1327 1794">2 Koristeći različita pomagala, npr. kocke, karte, štapiće i slično igrati igru računanja sa djetetom.</li> <li data-bbox="531 1812 1327 1968">3 Roditelji i djeca mogu izaći zajedno u dvorište. Odabrati jedan cvijet i opisati ga - rast cvijeta i njegove dijelove, izgled i boju. Pronaći neki insekt. Opisati koliko ima nogu, koje je boje i slično. Uporediti cvijet i bubu. Objasniti djetetu zašto cvijeće ne bi trebalo brati niti insekte ubijati.</li> </ol>

### Prijedlozi zajedničkih aktivnosti roditelja i djece kroz koje se djeca odgajaju i obrazuju:

- ▷ Upotrijebiti recepte ili vrijeme kuhanja u cilju podučavanja djeteta o mjerenju pomoću čaša i mjernih žlica, što se posebno pokazalo dobrim u podučavanju razlomaka.
- ▷ Koristiti naljepnice na limenkama ili pakovanjima za podučavanje brojeva i količina.
- ▷ Koristiti kuhinjske predmete za podučavanje šablona: žlica-vilica, žlica-vilica.
- ▷ Naučiti kroz razgovor riječi iz kuhara kao što su kuhanje, rezanje, topljenje, sjeckanje.
- ▷ Pročitati recepte i razgovarati o sastojcima i redosljedu postupaka kuhanja (što se događa prvo, drugo, treće u pripremi obroka).
- ▷ Razgovarati o načinima na koje se hrana mijenja tijekom zagrijavanja ili hlađenja.
- ▷ Pomoći djetetu da čulima otkriva miris, izgled i okus hrane.
- ▷ Zajednički pripremati obroke.
- ▷ Razgovarati o namirnicama iz cijelog svijeta koje se mogu kuhati i uspoređivati ih. Na primjer, razgovarati o različitim načinima kuhanja riže širom svijeta.
- ▷ Zajednički čitati nakon večere ili u vrijeme koje je predviđeno za čitanje tijekom dana/tjedna.
- ▷ Planirati vrijeme za razgovor, pisanje ili crtanje sa djetetom o njegovom danu.
- ▷ Čitati i razgovarati sa djetetom o potrebama biljaka u kući i o tome šta im je potrebno za preživljavanje: zrak, voda, zemlja. Roditelj i dijete mogu napraviti kalendar zalijevanja biljaka.
- ▷ Čitati i razgovarati sa djetetom o tome kako su u prošlosti ljudi živjeli u različitim vrstama kuća.
- ▷ Čitati i razgovarati sa djetetom o kretanju stvari vani, letu ptica, kretanju automobila, kretanju ljuljačke.
- ▷ Praviti sa djetetom razne predmete od drveta i drugih materijala, kao što su: avion, automobil, cvijet itd.<sup>45</sup>
- ▷ Skupljati kamenčiće sa djetetom. Kod kuće ih oslikavati flomasterima, vodenim bojicama ili temperama.
- ▷ Uz pomoć lišća učiti dijete da prepozna različite vrste stabala, naučiti dijete kako prepoznati različite vrste cvijeća i drugih biljaka.
- ▷ Ubrati listove različitih biljaka i cvjetice poput maslačka i tratinčice. Obojiti ih uz pomoć tempera ili vodenih bojica i ostavljati tragove na papiru.
- ▷ Organizirati izlet u vrtu ili obližnjem parku.
- ▷ Voziti bicikl/role/romobil.
- ▷ Napraviti čunjeve za kuglanje uz pomoć boca s vodom i pokušavati srušiti ih loptom.
- ▷ Uključiti glazbu i pjevati i plesati zajedno.
- ▷ Napraviti glazbene instrumente uz pomoć lonaca, poklopaca, plastičnih bočica napunjenih rižom i slično.
- ▷ Imitirati glasanje različitih životinja.
- ▷ Slušati opuštajuću klasičnu glazbu dok se obavlja neka druga aktivnost i naučiti nekoliko važnih djela klasične glazbe.
- ▷ Složiti drvene pločice iz igre *Jenga* ili iz domina u kolonu pa ih srušiti.
- ▷ Napraviti kućicu ili šator uz pomoć pokrivača. Djeca unutra mogu napraviti piknik, čitati knjige ili se odmarati.
- ▷ Igrati igricu *Lov na boje*: pitati djecu mogu li pronaći tri plave stvari koje zatim trebaju vratiti na svoja mjesta, zatim zelenu i druge boje.

45 Palacios 2020.



- ▷ Naći na YouTube-u *online* plesnu školu i naučiti zajedno koji korak salse ili tanga.
- ▷ Ako je u kući više djece, organizirati tematske projektne dane. Na primjer, tema može biti Italija, dinosauri, sladoled ili bilo što drugo što ih zanima. Kako bi što više istražila zadatu temu, djeca mogu koristiti enciklopedije i *online* izvore, a zatim napraviti prigodan plakat. Mlađa djeca mogu raditi jednostavnije zadatke, na primjer obojiti zastavu zemlje koja je tema ili nešto nacrtati. Pripremiti zajedno obrok u skladu s temom ili neki desert.
- ▷ Zajedno praviti narukvice od vune ili konca.
- ▷ Koristeći plišane igračke zajedno osmisliti predstavu koju će djeca odigrati za roditelje u kazalištu napravljenom od pokrivača. Djeca mogu napraviti plakat za svoju predstavu i pozivnice za roditelje.
- ▷ Stari okvir za slike može biti preuređen na način da roditelji maknu staklo i zadnji dio tako da ostane samo okvir. Na okvir roditelji mogu pričvrstiti komad stare tkanine na koji djeca i/ili roditelji mogu nacrtati cvijet, kuću ili druge motive.
- ▷ Igrati zajedno društvene igre, kao što su: *Uno*, *Čovječe, ne ljuti se*, *Monopol* i slično.
- ▷ Napraviti vlastitu slovnicu. Potrebno je izrezati kvadratiće na tvrdom kartonu. Roditelj može pisati slova, a dijete crtati pojmove koji počinju datim slovom.
- ▷ Uključiti djecu u pripremu obroka i postavljanje stola za cijelu obitelj.
- ▷ Djeca mogu zalijevati biljke u stanu ili u vrtu.
- ▷ Iskoristiti zajedničko vrijeme i podučiti dijete o važnosti recikliranja.<sup>46</sup>
- ▷ Organizirati zajedničke šetnje tijekom kojih će roditelj imati mogućnost da uči dijete kako se koristi kompas i crtaju mape na listu papira. Nakon toga provjeriti koliko se napravljene mape podudaraju sa stvarnim.
- ▷ Pokazati djeci kako je dopisivanje izgledalo prije aplikacija za dopisivanje. Naučiti dijete kako da pošalje pismo ili razglednicu nekome tko mu je važan. Pored toga što je zanimljivo, dijete na ovaj način stvara dugotrajne uspomene.
- ▷ Izraditi poligon (u sobi, dvorištu ili na balkonu): koristiti dostupna kućna sredstva i pomagala (ljepljive trake, metle, kante, stolice, stol, kovčeg i sl.). Od navedenih sredstava napraviti djeci prepreke za provlačenje, preskakanje, puzanje i sl.
- ▷ Raditi fiskulturne vježbe sa djecom uz prigodnu muziku i/ili pjesme, te zanimljive opise vježbi: sada beremo travu, dohvaćamo grožđe, stresamo mrave sa tijela i slično..
- ▷ Praviti eksperimente sa djecom, kao što su: vulkan, lava lampa, jaje koje svijetli, oblaci od sapuna i slično.
- ▷ Prilikom stavljanja mokre odjeće na sušenje, dijete može biti uključeno u ovu aktivnost na način da dodaje samo velike dijelove odjeće ili samo male dijelove odjeće, ili štikaljke u istoj boji, ili da sparuje čarape i slično.
- ▷ Napraviti insekte od različitih materijala, npr. papira, tijesta i slično.
- ▷ Napraviti kante, od dostupnog materijala, za odlaganje različitog otpada u svaku od njih.
- ▷ Napraviti lutke i druge likove od dostupnog materijala.
- ▷ Staviti više predmeta na stol. Dijete pogleda sve predmete i zatvori oči ili se okrene na drugu stranu. Roditelj skloni jedan predmet. Dijete treba pogoditi koji predmet nedostaje.
- ▷ Roditelj i dijete sjednu jedan nasuprot drugog. Dijete na trenutak zatvori oči. Roditelj promijeni neku sitnicu na sebi. Dijete pogađa što je promijenjeno. Zamijeniti uloge.
- ▷ Na stol ili pod staviti lagan predmet (salvetu, vatu, lopticu za stolni tenis i slično) i otpuhivati što dalje, ali tako da se postave određeni kriteriji, npr. da predmet dođe do ruba stola, ali da ne padne, da se nacrti linija koja predstavlja cilj na koji predmet treba stati i slično. .



## 3.2. PREPORUKE ODGAJATELJIMA I NASTAVNICIMA

Medijsko obrazovanje podrazumijeva učenje i znanje o svim medijima, tiskanim, elektroničkim i novim, digitalnim medijima. Nikako ga ne treba miješati sa učenjem uz pomoć medija, što predstavlja medijsku didaktiku. Dakle, medijsko obrazovanje odnosi se na nastavu i učenje o medijima, a ne na nastavu i druge predmete uz korištenje medija.<sup>47</sup>

Medijsko obrazovanje može biti zaseban predmet, dio jednog predmeta, dio više različitih predmeta ili slobodna aktivnost.<sup>48</sup> U skladu sa načinom organiziranja nastave, vještine koje bi trebalo razvijati kod djece tijekom medijskog opismenjavanja su: tehničke vještine (upotreba medija i različitih platformi), kritičke vještine (razumijevanje, analiza, tumačenje i vrjednovanje medijskog sadržaja), praktične vještine (kreiranje medijskog sadržaja) i socijalne vještine (komuniciranje i sudjelovanje pomoću medija). Cilj medijskog obrazovanja trebao bi biti osposobljavanje djece za samostalno korištenje medija i razvijanje kritičkog stava prema sadržajima koje mediji svakodnevno nude.

**Medijsko obrazovanje treba prilagoditi dječjem uzrastu i treba se odvijati na svim nivoima obrazovanja.** U okvirima službenog programa predškolskog odgoja i obrazovanja, važno je djecu od predškolskog uzrasta učiti o vrijednostima i stavovima zastupljenim ili izostavljenim u medijskom sadržaju, iskoristiti obrazovni potencijal medija, kako djeca ne bi medije doživljavala isključivo kao izvor zabave. Djeca od treće do pete godine počinju intenzivnije koristiti različite medije i već u tom razdoblju treba uspostavljati temelje medijske pismenosti potičući djecu na aktivan pristup medijima.<sup>49</sup> Važno je zajedničko gledanje medijskog sadržaja odgajatelja sa djecom i razgovor o viđenom, tumačenje, analiza likova, uspoređivanje situacija iz crtića sa situacijama u stvarnom životu, poticanje djece da daju prijedlog kako bi oni postupili u toj situaciji i zašto. Treba koristiti sadržaje koji potiču intelektualne, društvene, komunikacijske sposobnosti djece, koji daju dobar primjer kako se nositi sa poteškoćama, razvijaju suosjećanje, solidarnost, dobročinstvo. Odgajatelji mogu pogledati sa djecom starijeg predškolskog uzrasta animirane filmove Europske asocijacije za interese gledatelja (European Association for Viewers' Interests – EAVI) „Put u svijet medijske pismenosti“ (A Journey to Media Literacy<sup>50</sup>) i „Put u svijet medijske pismenosti 2: Osviještenost“ (A Journey to Media Literacy Episode 2: Awareness<sup>51</sup>). Navedeni sadržaji govore o važnosti medijske pismenosti za djecu i ispravnom korištenju digitalnih medija u kontekstu vremena provedenog pred ekranom i dostupni su na BHS jezicima na YouTube-u.<sup>52</sup>

Odgajatelji i nastavnici trebali bi:

**Stručno se usavršavati iz oblasti digitalnih vještina i medijskog odgoja.** Važno bi bilo provjeriti nivo razvijenosti digitalnih vještina odgajatelja i nastavnika, koje mogu biti podijeljene u dvije grupe:<sup>53</sup> opće digitalne vještine (informacijska i informatička pismenost, komunikacija i suradnja, kreiranje sadržaja, sigurnost i rješavanje problema) i vještine za primjenu digitalnih tehnologija u odgoju i obrazovanju (podučavanje i učenje uz primjenu digitalnih tehnologija, rad u školskom okruženju i profesionalno obrazovanje i cjeloživotno učenje), što bi bila polazna točka za daljnji osobni i profesionalni razvoj s naglaskom na stručno usavršavanje.

**Planirati, organizirati i realizirati sate odjeljske zajednice, odnosno jutarnji sastanak ili usmjerenu aktivnost za djecu predškolskog uzrasta, s ciljem razvijanja i unapređenja digitalnih vještina.**

U okviru odjeljske zajednice/jutarnjeg sastanka ili usmjerene aktivnosti može se raditi na osam životnih vještina:<sup>54</sup> digitalna suosjećajnost, upravljanje privatnošću, digitalni identitet građana, upravljanje cyber sigurnošću, upravljanje vremenom pred ekranom, upravljanje *cyberbullyingom*, digitalni otisci, kritičko razmišljanje.

47 Perez Tornero, Varis 2010.

48 Masterman 1989.

49 Ilišin, Marinović Bobinac, Radin 2001.

50 [\(573\) EAVI HR - Put u svijet medijske pismenosti - YouTube](#)

51 [\(573\) EAVI - Put u svijet medijske pismenosti 2 - YouTube](#)

52 European Association for Viewers' Interests 2013, 2015.

53 Žuvić et al. 2016: 97-100.

54 Knez Radolović, Renić 2020: 7-9.

## **Održavati individualne i grupne razgovore/tematske sastanke sa učenicima/djecom i roditeljima u cilju zaštite prava i ostvarivanja sigurnosti djece u digitalnom okruženju.**

Raditi sa roditeljima u cilju:

- ▷ informiranja roditelja o načinima korištenja IKT, njihovim dobrim i lošim stranama,
- ▷ upućivanja roditelja o mogućnostima nadzora djeteta prilikom korištenja IKT.

## **Raditi na prepoznavanju i prevenciji nasilja u digitalnom okruženju.**

Odgojno-obrazovne ustanove obavezne su zaštititi svako dijete od bilo kog vida nasilja i zlostavljanja, uključujući i ono koje se događa u digitalnom okruženju. Odgojno-obrazovne ustanove, odgajatelji i nastavnici, kao nositelji prvenstveno odgojnog rada, dužni su sudjelovati u prepoznavanju i prevenciji nasilja u digitalnom okruženju na različite načine, između ostalog i kroz podizanje svijesti učenika i svih drugih aktera o opasnostima i zaštiti u digitalnom okruženju kroz primjenu službenih programa prevencije, zakonskih i podzakonskih akata, međunarodnih dokumenata itd. Posebnu pažnju dužni su obratiti na mogućnosti: samozlostavljanja i samoozljeđivanja, izloženosti neprikladnim materijalima, seksualnog zlostavljanja i iskorištavanja, na kršenje i zloupotrebu osobnih podataka itd.

Nastavnici trebaju uzeti u obzir dostupnost digitalnih tehnologija kao i činjenicu da djeca u školu donose skup pismenosti, koji se nedovoljno iskorištava u procesu učenja. Nastavnici treba da povežu postojeće znanje učenika sa sadržajem koji treba da nauče u školi.<sup>55</sup> Važno je uskladiti digitalni svijet djece sa onim što uče i rade u učionicama. Međutim, samo korištenje medija i digitalnih uređaja ne znači i medijsku pismenost. Medijska pismenost zahtijeva učenje o medijskom jeziku, njegovim kodovima, konstrukciji i dekonstrukciji medijskog sadržaja. Eksplicitna nastava/praksa u medijskim kućama bila bi odlična prilika da djeca vide sam proces nastanka medijskog sadržaja i da sudjeluju u njemu.<sup>56</sup>

## **Sadržaj medijskog obrazovanja u školi treba da obuhvati sljedeće ključne aspekte medija:**

- ▷ Ulogu i funkciju medija (tko su profesionalni komunikatori, na koji način djeluju i zašto, mogućnosti upotrebe medija za osobni razvoj i u obrazovne svrhe);
- ▷ Vrste medija i njihove karakteristike (medijski diskurs – novinarstvo, odnosi s javnošću, oglašavanje, novinarski i medijski žanrovi, forma medijskog izražavanja);
- ▷ Zakonski okvir i (samo)regulacija rada medija (način prijave i reagiranja na neprimjeren medijski sadržaj);
- ▷ Funkcioniranje i organizaciju medija (proces proizvodnje medijskog sadržaja, uređivačka politika, sadržaj masovnih medija u odnosu na stvarnost, medijska manipulacija i moć, vlasnička struktura medija, utjecaj ekonomskih i političkih faktora na medijski sadržaj);
- ▷ Utjecaj etičkih faktora na medijski sadržaj, važnost etičkih smjernica pri kreiranju medijskog sadržaja.

## **Nastavnici trebaju naučiti djecu kako pronaći potrebne informacije, kako koristiti najbolje izvore koji su im na raspolaganju, da kritički procjenjuju korisnost informacija. Uloga nastavnika treba biti poticanje, mentorstvo, podržavanje procesa učenja.<sup>57</sup>**

Nastavnicima se preporučuje da kritičku medijsku pismenost tumače iz perspektive popularne kulture (na primjer, da djeca uz pomoć medija kreiraju sadržaj o svojoj omiljenoj glazbi, likovima iz video-igara, junacima stripova, filmskim zvijezdama i sl. Kroz proces stvaranja sadržaja, djeca će uvidjeti kako nastaje medijski sadržaj, kako mediji mogu ograničiti pristup nekim informacijama, a nekih dati previše).<sup>58</sup>

Visok nivo tehničke opremljenosti škola za medijsko obrazovanje nije nužan. Kvalitetni rezultati učenja o medijima i medijskim sadržajima mogu se postići uz pomoć novina, radija, televizije, računala, ali svakako da bi digitalni uređaji (tablet, laptop, interaktivne table) i dostupnost interneta olakšali i ubrzali proces učenja i učinili ga zanimljivijim.

55 Considine, Horton, Moorma 2009.

56 Трнинић 2017: 29.

57 Jolls 2008.

58 Трнинић 2017.

### 3.3. PREPORUKE PEDAGOZIMA

Digitalna vještina jedna je od osam ključnih vještina za cjeloživotno obrazovanje, a najšire se može definirati kao samouvjerenost, kritičko i kreativno korištenje digitalnih tehnologija kako bi se postigli ciljevi u vezi s poslom, obrazovanjem, provođenjem slobodnog vremena, povećala stopa zaposlenosti i sudjelovanje u društvenom životu.<sup>59</sup> U vrijeme intenzivnog razvoja i korištenja IKT, medijski odgoj i obrazovanje djece je imperativ. Iako medijska pismenost postavlja kritičko pitanje o utjecaju medija i tehnologije na pojedinca, ona ni u kom slučaju ne predstavlja anti-medijski pokret. Uzimajući u obzir kako pozitivne, tako i negativne aspekte medijskog okruženja, zagovornici medijske pismenosti (roditelji, odgajatelji, nastavnici, pedagozi, psiholozi i dr.) konstatiraju kako medijski odgoj i obrazovanje moraju biti prepoznati kao preduvjet društvenog napretka u suvremenom medijaliziranom društvu.

Medijska i informacijska pismenost omogućiti će djeci razviti vještine kritičkog mišljenja koje će im pomoći kako prepoznati i razumjeti dobre i loše strane svog ponašanja u digitalnom okruženju. Djeci je važno objasniti opasnosti koje se mogu dogoditi u digitalnom okruženju, a to će biti efikasno samo ako je uključeno u dio šireg programa medijske pismenosti koji bi trebao odgovarati uzrastu i biti usmjeren na razvoj vještina. Posjedovanje odgovarajućih alata i vještina za korištenje IKT jedan je od najboljih načina na koji se djeca mogu zaštititi u medijskom okruženju. Uvođenje medijske i informacijske pismenosti u nastavne planove i programe jedan je od načina da se ovo postigne, a druga mogućnost je stvaranje obrazovnih resursa mimo nastavnih planova i programa. Stručne osobe koje rade s djecom trebale bi imati odgovarajuće vještine za podršku djeci u odgovoru i rješavanju njihovih problema u vezi sa korištenjem medija i IKT i digitalnom sigurnošću.<sup>60</sup>

Stručne službe škole trebale bi:

#### **Organizirati stručna usavršavanja za pedagoge iz oblasti digitalnih vještina i medijskog odgoja.**

Bilo bi važno provjeriti nivo razvijenosti digitalnih vještina pedagoga, koje mogu biti podijeljene u dvije grupe: opće digitalne vještine (informacijska i informatička pismenost, komunikacija i suradnja, kreiranje sadržaja, sigurnost i rješavanje problema) i vještine za primjenu digitalnih tehnologija u odgoju i obrazovanju (podučavanje i učenje uz primjenu digitalnih tehnologija, rad u školskom okruženju i profesionalno obrazovanje i cjeloživotno učenje), što bi bila polazna točka za daljnji osobni i profesionalni razvoj s naglaskom na stručno usavršavanje.<sup>61</sup>

#### **Organizirati stručna usavršavanja za nastavnike.**

Važno bi bilo provjeriti nivo razvijenosti digitalnih vještina nastavnika (u skladu sa preporukama Žuvića i suradnika) što može pomoći pedagogu da organizira individualna ili grupna usavršavanja nastavnika iz ove oblasti, koristeći se resursima iz ustanove, ali i dostupnim izvorima iz zajednice.

#### **Planirati, organizirati i realizirati sate odjeljske zajednice za učenike s ciljem razvijanja i unapređenja digitalnih vještina kroz medijski odgoj.**

Na taj način, raditi na stjecanju osam životnih vještina: digitalna empatija, upravljanje privatnošću, digitalni identitet građana, upravljanje cyber sigurnošću, upravljanje vremenom pred ekranom, upravljanje *cyberbullying*-om, digitalni otisci, kritičko razmišljanje.<sup>62</sup>

#### **Obrađivati teme iz područja digitalnih vještina kroz međupredmetnu povezanost, te konkretan nastavni predmet koji se ciljano bavi ovim sadržajem.**

Aдекватna primjena digitalnih tehnologija u nastavi može dovesti do razvijanja digitalne pismenosti kod učenika, naročito ukoliko su učenici dovedeni u situaciju da aktivno koriste digitalne tehnologije (za pronalaženje novih informacija, rješavanje zadataka i problema, učenje, komunikaciju, suradnju i sl.).

#### **Organizirati individualni i grupni savjetodavni rad sa učenicima, roditeljima i nastavnicima s ciljem zaštite prava i ostvarivanja sigurnosti djece u digitalnom okruženju.**

59 Ala-Mutka 2011.

60 Guidelines 2020: 11.

61 Žuvić et al. 2016: 97-100.

62 Knez Radolović, Renić 2020: 7-9.

**Planirati, organizirati i realizirati predavanja i radionice za roditelje** u cilju: jačanja pedagoških vještina roditelja za odgovorno roditeljstvo, informiranja roditelja o načinima korištenja IKT, njihovim dobrim i lošim stranama, te u cilju upućivanja roditelja o mogućnostima nadzora djeteta prilikom korištenja IKT.

#### **Raditi na prepoznavanju i prevenciji nasilja u digitalnom okruženju.**

Odgojno-obrazovne ustanove imaju obavezu zaštititi svako dijete od bilo kog vida nasilja i zlostavljanja, uključujući i ono koje se događa u digitalnom okruženju. Odgojno-obrazovne ustanove, odgajatelji i nastavnici, kao nositelji prvenstveno odgojnog rada, dužni su sudjelovati u prepoznavanju i prevenciji nasilja u digitalnom okruženju na različite načine, između ostalog i kroz podizanje svijesti učenika i svih drugih aktera o opasnostima i zaštiti u digitalnom okruženju kroz primjenu službenih programa prevencije, zakonskih i podzakonskih akata, međunarodnih dokumenata itd. Posebnu pažnju dužni su obratiti na mogućnosti: samozlostavljanja i samoozljeđivanja, izloženosti neprikladnim materijalima, seksualnog zlostavljanja i iskorištavanja, kršenje i zloupotrebu osobnih podataka itd.

Sve navedeno još je složenije prelaskom na *online* nastavu u uvjetima pandemije. Učenici mnogo češće i duže borave u digitalnom okruženju čime se potreba za njihovom zaštitom, odgojem i obrazovanjem, u cilju osiguranja najboljeg interesa djeteta, značajno uvećava.

### **3.4. PREPORUKE PSIHOLOZIMA I PSIHOTERAPEUTIMA**

Psiholozi i psihoterapeuti koji se u svom radu susreću sa djecom i adolescentima, posebnu pažnju trebali bi posvetiti razgovorima o korištenju medija i IKT. Ovi razgovori trebali bi tretirati vrijeme koje dijete i adolescent provodi uz digitalne tehnologije, kao i sadržaje koji se na taj način konzumiraju. Vrlo je bitno skrenuti pažnju djeci i adolescentima na značaj postizanja ravnoteže između vremena provedenog pred ekranom i vremena provedenog u nekoj fizičkoj aktivnosti. Pored toga, razgovor o sadržajima koje djeca i adolescenti konzumiraju trebao bi uključiti priču o društvenim mrežama i njihovom ponašanju na društvenim mrežama: koje informacije o sebi dijele, s kim stupaju u kontakt, što za njih znače informacije prikupljene sa društvenih mreža. Također, psiholog i psihoterapeut trebali bi kod djece i adolescenata raditi na osvještavanju njihovih emocionalnih reakcija, kao što je npr. uznemirenost izazvana kontaktom sa određenim sadržajem ili osobom putem digitalnih tehnologija. Osim toga, vrlo važna tema koju ove dvije profesije trebaju ponuditi svojim klijentima jeste roditeljska kontrola. Pored toga što bi o tome trebali razgovarati sa djecom i adolescentima, neophodno je da i roditelje upute i informiraju o tome kako se djetetu/adolescentu postavljaju granice tj. pravila u vezi sa korištenjem digitalnih tehnologija, koji sve sadržaji postoje na internetu, koji su štetni, a koji korisni, na koji način se provodi adekvatna roditeljska kontrola i sl. U tom smislu, psiholozima i psihoterapeutima preporučuje se da pogledaju dio Smjernica u kom se daju savjeti za roditelje.

Poželjno je da psihoterapeuti i psiholozi pomognu djeci u jačanju "slike o sebi" i vlastitih kompetencija kad je riječ o problemima koji se javljaju kao posljedica utjecaja vršnjačkih grupa putem društvenih mreža, a to su:

- ▷ Problem uspoređivanja tj. potrebe djeteta da traži i dobije odobrenje i prihvaćanje vršnjačke grupe. Ovaj problem intenzivirao se pojavom društvenih mreža, koje su omogućile formiranje daleko širih grupa od onih koje se stvaraju u osobnom društvenom kontaktu.
- ▷ Problem depresivnosti – životi drugih ljudi često nam djeluju bolji/ljepši od vlastitih. Adolescenti, naročito, nisu dovoljno svjesni koliko je život na društvenim mrežama uljepšan.
- ▷ Problem razvoja socijalnih vještina kod djece koja dosta vremena provode na internetu, jer im nedostaju informacije o kompletnom neverbalnom dijelu poruke.
- ▷ Rizik od vršnjačkog nasilja na društvenim mrežama, s obzirom da internet još uvijek nije reguliran prostor.

### 3.5. PREPORUKE ZDRAVSTVENIM RADNICIMA

Svjetska zdravstvena organizacija prepoznala je vrijeme pred ekranom kao potencijalni problem i izvor mogućih negativnih posljedica po razvoj djeteta.<sup>63</sup> Stručnjaci upozoravaju da djeca koja su od ranog djetinjstva pretjerano izložena ekranima mogu razviti loše životne navike, odnosno da prekomjerno provođenje vremena pred ekranom može umanjiti zanimanje djeteta za ono što je ključno za njegov zdrav razvoj i odrastanje, a to su fizička aktivnost, druženje, kvalitetan san i zdrav način ishrane.<sup>64</sup>

Imajući to u vidu, zdravstveni radnici trebali bi skretati pažnju djeci, adolescentima i roditeljima na različite utjecaje i posljedice korištenja medija i IKT kod različitih uzrasta djece. Posebno je važno da pedijatar od prvog puta kada roditelji sa djetetom dođu u savjetovanište, upozorava roditelje na koji način i u kom uzrastu je dozvoljeno/poželjno djetetu omogućiti korištenje medija i IKT, u koje svrhe i koji sadržaj. Ukoliko se dogodi da pedijatar uoči problem u razvoju djeteta, koji bi mogao biti uzrokovan neadekvatnim korištenjem digitalnih tehnologija, neophodno je da ispita roditelje o djetetovim medijskim navikama.

Kad je riječ o djeci školskog uzrasta, zdravstveni radnici zaposleni u službama obiteljske medicine trebali bi imati na umu moguće implikacije neodgovarajućeg korištenja medija i IKT na fizički i drugi razvoj djeteta/adolescenta te, po potrebi, skretati na to pažnju djeci/adolescentima ili njihovim roditeljima. U tom smislu, zdravstvenim radnicima preporučuje se da pogledaju dio Smjernica koji opisuje potencijalne utjecaje medija i IKT na fizički, psihički i moralni razvoj djece kao i dio u kom se daju savjeti za roditelje.

---

<sup>63</sup> Svjetska zdravstvena organizacija preporučuje da djeca što više vremena provode u aktivnoj igri i da imaju dovoljno kvalitetnog sna. Preporuka je i da se djeci ograniči vrijeme koje provode u sjedećem položaju i u gledanju ekrana, te da se djeci predškolskog uzrasta vrijeme provedeno pred ekranom ograniči na sat vremena dnevno.

<sup>64</sup> Viner, Davie, Firth 2019.

## ZAKLJUČAK

Djeca u Bosni i Hercegovini žive u kompleksnom medijskom okruženju i sve više vremena provode uz različite medije i IKT. S povećanjem vremena provedenog u slušanju, gledanju, praćenju, igranju, ali i kreiranju i dijeljenju različitih medijskih sadržaja, raste i zabrinutost roditelja po pitanju potencijalnog utjecaja medijskog okruženja na fizički, psihički i moralni razvoj djece.

Ove Smjernice u vezi sa medijskim sadržajima i vremenom koje djeca provode pred ekranom, a koje je izradio multidisciplinarni tim stručnjaka iz Bosne i Hercegovine, daju konkretne preporuke roditeljima, ali i nastavnicima, odgajateljima, pedagogima, psiholozima, psihoterapeutima, zdravstvenim radnicima, i svima koji rade sa djecom kako da doprinesu razvoju zdravih medijskih navika djece. Smjernice polaze od toga da ne postoji jedno rješenje za svako dijete i obitelj, već nudi niz preporuka i pratećih informacija koje roditelji i drugi koji brinu o djeci trebaju na odgovarajući način primijeniti u svom okruženju, uzimajući u obzir specifičnosti djeteta i potrebe svog neposrednog okruženja. Samo zajedničkim usklađenim djelovanjem svih pozvanih, koji su na različite načine uključeni u procese fizičkog, psihičkog i moralnog razvoja djece, možemo pomoći djeci da stječu znanja i vještine medijske i informacijske pismenosti koje su neophodne za uspješan i stvaralački život u digitalnom dobu kojem pripadamo, da uživaju svoja komunikacijska i druga prava, uz punu zaštitu koju smo im dužni osigurati.

## LITERATURA

Adams, Ken. 2010. *Probudite genija u svom djetetu*. Beograd: Esotheria.

Agencija za elektroničke medije. 2016. *Preporuke za zaštitu djece i sigurno korištenje elektroničkih medija*. Zagreb. Pristupljeno 19.04.2021. sa [Agencija za elektroničke medije \(aem.hr\)](http://aem.hr)

Ala-Mutka, Kirsti. 2011. *Mapping Digital Competence: Towards a Conceptual Understanding*. Luxembourg: Join Research Centre of the European Commission. Pristupljeno 19.04.2021. sa <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.2.18046.00322>.

American Academy of Pediatrics, „Where We stand: Screen Time.“ Pristupljeno 29.03.2021. sa <https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/Where-We-Stand-TV-Viewing-Time.aspx>.

Anderson, C., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E., Bushman, B., Sakamoto, A., Rothstein, H., Saleem, M. 2010. "Violent video game effects on aggression, empathy and prosocial behavior in eastern and western countries: A metaanalytic review." *Psychological Bulletin*, no. 136 (2): 151- 73.

Australian Government, Department of Health. 2017. *Australian 24-Hour Movement Guidelines for the Early Years (Birth to 5 Years)*. Pristupljeno 01.03.2021. sa [https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/FCE78513DAC85E08CA257BF0001BAF95/\\$File/Birthto-5years\\_24hrGuidelines\\_Brochure.pdf](https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/FCE78513DAC85E08CA257BF0001BAF95/$File/Birthto-5years_24hrGuidelines_Brochure.pdf).

Australian Government, Department of Health. 2019. *Australian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Young People (5-17 years)*. Pristupljeno 01.03.2021. sa <https://www.health.gov.au/funnelback/search?query=Australian%2024-Hour%20Movement%20Guidelines%20for%20Children%20and%20Young%20People%20%285-17%20years%29>

Buljan Flander, G., Brezinščak, T. 2018. "Živjeti zajedno u svijetu koji ne poznajemo: Roditeljstvo i odrastanje uz suvremene tehnologije u predškolskoj dobi." U: *Sretna djeca: Umjetnost igranja, mašta, spoznaja, vježba i terapija*, Zaninović, T., Tanay, R. (Ur.), 8-20. Zagreb: Udruga hrvatskih učitelja likovne kulture.

Byeon, H., Hong, S. 2015. "Relationship between television viewing and language delay in toddlers: evidence from a Korea national cross-sectional survey." *PLoS ONE*, no. 10 (3). Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120663>.

Chonchaiya, W., Pruksananonda, C. 2008. "Television viewing associates with delayed language development." *Acta Paediatrica*, no. 97 (7): 977-82.

Considine, D., Horton, J., Moorma, G. 2009. "Teaching and Reading the Millennial Generation Through Media Literacy." *Journal of Adolescent & Adult Literacy*, International Reading Association, no. 52 (6): 471-81.

Čengić, Lea. 2019. *Medijsko opismenjanje u porodici i preporuke za implementaciju projekata unapređenja medijske pismenosti u okviru porodice u Bosni i Hercegovini*. Sarajevo: Mediacentar.

Dokler, Ana. 2016. „Američka pedijatrijska akademija ublažila je svoje stavove o utjecaju medija na djecu, no i dalje se postavlja pitanje koliko su njihove preporuke, posebno one o vremenu pred ekranom, zaista praktične i utemeljene na dokazima.“ Pristupljeno 29.03.2021. sa <https://www.medijskapismenost.hr/nove-preporuke-americke-pedijatrijske-akademije-koristenje-medija-obitelji/>.

Dokler, Ana. 2016. „Savjeti roditeljima trebaju se odmaknuti od pretjeranog fokusa na rizike i umjesto toga dati pozitivnu viziju kako integrirati digitalne medije u obiteljski život, smatraju britanske stručnjakinje za medije i komunikologiju Alicia Blum-Ross i Sonia Livingstone.“ Pristupljeno 29.03.2021. sa <https://www.medijskapismenost.hr/jesu-li-savjeti-vremenu-koje-djeca-smiju-provesti-pred-ekranom-zastarjeli/>.



Duch, H., Fisher, E. M., Ensari, I., Font, M., Harrington, A., Taromino, C., Rodriguez, C. 2013. "Association of screen time use and language development in Hispanic toddlers: a cross-sectional and longitudinal study." *Clinical pediatrics*, no. 52 (9): 857-65.

Đuran, Antonija, Koprivnjak, Diana, Maček, Nataša. 2019. „Utjecaj medija i uloga odraslih na odgoj i obrazovanje djece predškolske i rane školske dobi." *Communication Management Review* 4, no. 1. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://hrcak.srce.hr/223682>.

European Association for Viewers' Interests. 2013. *Put u svijet medijske pismenosti*. Pristupljeno 03.03.2021. sa <https://www.youtube.com/watch?v=dOTen2DhP0k>.

European Association for Viewers' Interests. 2015. *Put u svijet medijske pismenosti 2: Osviještenost*. Pristupljeno 03.03.2021. sa [https://www.youtube.com/watch?v=cQ\\_z\\_Wdyggs&t=48s](https://www.youtube.com/watch?v=cQ_z_Wdyggs&t=48s).

Gentile, D., Anderson, C., Yukawa, S., Ithori, N., Saleem, M., Ming, L. K., Shibuya, A., Liau, A., Khoo, A., Bushman, B., Huesmann, R., Sakamoto, A. 2009. "The effects of prosocial video games on prosocial behaviors: International evidence from correlational, longitudinal and experimental studies." *Personality and Social Psychological Bulletin*, no. 35 (6): 752-63.

Global Kids Online. 2020. „Done right, internet use can increase learning and skills." Pristupljeno 04.03.2020. sa <http://globalkidsonline.net/synthesis-report-2019/>.

Hosokawa, R., Katsura, T. 2018. "Association between mobile technology use and child adjustment in early elementary school age." *PLoS ONE*, no. 13 (12). Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208844>

Ilišin, Vlasta, Marinović Bobinac, Ankica, i Radin, Furio. 2001. *Djeca i mediji: uloga medija u svakodnevnom životu djece*. Zagreb: Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži.

International Telecommunication Union. 2020. *Guidelines for policy-makers on Child Online Protection*. Geneva. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://cdn.icmec.org/wp-content/uploads/2020/07/ITU-COP-Guidelines-for-Policymaker-2020.pdf>

Jolls, Tessa. 2008. "Literacy for 21st Century: An Overview & Orientation Guide To Media Literacy Education." Center for Media Literacy. Pristupljeno sa 10.01.2021. sa <https://www.medialit.org/reading-room/literacy-21st-century-overview-orientation-guide-media-literacy-education>

Jungwirth, B. 2013. *Safer Internet Day 2013: EU-Initiative Saferinternet.at unterstützt Eltern und Pädagogen bei der Interneterziehung*. Wien: Österreichische Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT).

Kafedžić, Lejla, Bjelan-Guska, Sandra. 2019. „Njegovanje pedagoške kulture roditelja." *U ODGA-JAM JER ZNAM – Priručnik za roditelje djece predškolskog uzrasta, 9-77*. Sarajevo: Udruženje „Društvo ujedinjenih građanskih akcija".

Каменов, Емил. 1997. *Модел Б Основа програма васпитно-образовног рада са предшколском децом*, Нови Сад: Филозофски факултет, Кикинда: Виша школа за образовање васпитача.

Келнер, Даглас. 2004. *Медијска култура*. Београд: Сlio.

Knez Radolović, Jasena, Renić, Marija. 2020. *Djeca u digitalnom okruženju: Vodič za roditelje predškolaca*. Zagreb: Roditelji u akciji – RODA.

Krpan, Ketii, Sindik, Joško, Bartaković, Sanja. 2017. „Knjižnica – podrška roditeljima u medijskom opismenjavanju i medijskom odgoju djece." *Vjesnik bibliotekara Hrvatske* 60, no. 2-3: 265-78. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://hrcak.srce.hr/195882>.

Labaš, Danijel, Kanižaj, Igor, Ciboci, Lana. 2011. "Medijsko izvještavanje o zlostavljanjima u katoličkim odgojnim ustanovama u Irskoj." *Rječki teološki časopis* 19, no. 2: 279-312. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://hrcak.srce.hr/76126>



- Livingstone, S., Helpers, E. J. 2008. "Parental Mediation of Children's Internet Use." *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, no. 52. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>.
- Manovich, Lev. 2001. *The Language of New Media*. Massachusetts. London: The MIT Press.
- Masterman, Len. 1989. *Teaching the Media*. London: Routledge.
- Miliša, Zlatko, Tolić, Mirela, Vertovšek, Nenad. 2010. *Mladi-odgoj za medije*. Zagreb: M.E.P. d.o.o
- Mujagić, Nermina, Kačmarkić-Maduna, Nela. 2017. *Mediji u najboljem interesu djeteta: pregled znanja i iskustava za kreatora medijskih sadržaja*. Sarajevo: Ministarstvo za ljudska prava i izbjeglice BiH.
- Murabegović, Elmedin, Hasanović, Eneid, Zečević, Ivana, Rizvo, Samir, Efendić, Amela. 2017. *Smjernice za postupanje u slučaju nasilja nad djecom u digitalnom okruženju u Bosni i Hercegovini*. Sarajevo: Međunarodni forum solidarnosti – EMMAUS.
- Norwegian Embassy Croatia. 2019. „Djeca i vrijeme pred ekranom – dobar početak.“ Pristupljeno 19.04.2021. sa [Djeca i vrijeme pred ekranom by Norwegian Embassy Croatia - issuu](#)
- Palacios, Rebecca. 2020. "Your Home as a Learning Experience", pristupljeno 19.04.2021. sa <https://www.readingrockets.org/article/your-home-learning-experience>.
- Perez Tornero, J. M., Varis, T. 2010. *Media Literacy and New Humanism*. Moscow: UNESCO Institute for Information Technologies in Education.
- Ponti, Michelle. 2019. "Digital media: Promoting healthy screen use in school-aged children and adolescents." *Paediatr Child Health*, no. 24 (6): 402–8. Pristupljeno 28.02.2021. sa <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31528113/>
- Radesky, J., Schumacher, J., Zuckerman, B. 2015. "Mobile and interactive media use by young children: the good, the bad, and the unknown." *Pediatrics*, no. 135 (1): 1-3.
- Radesky, J. S., Weeks, H. M., Ball, R., Schaller, A., Yeo, S., Durnez, J., Tamayo-Rios, M., Epstein, M., Kirkorian, H., Coyne, S., Barr, R. 2020. "Young Children's Use of Smartphones and Tablets." *Pediatrics*, no. 146 (1). Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://doi.org/10.1542/peds.2019-3518>.
- Regulatorna agencija za komunikacije Bosne i Hercegovine, UNICEF u BiH. 2020. „Medijske navike djece i stavovi roditelja: finalni izvještaj.“ Sarajevo. Pristupljeno 04.03.2021. sa <https://docs.rak.ba/articles/87d623c1-ae20-4b70-9c51-6df0f9fa074b.pdf>.
- Savjet Evrope. 2018. *Preporuka CM/Rec (2018)7 Odbora ministara državama članicama o Smjernicama za poštivanje, zaštitu i ostvarivanje prava djeteta u digitalnom okruženju*. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://www.css-ri.hr/sites/default/files/Preporuka%20VE.pdf>
- Tajić, Lea. 2013. *Medijska pismenost u Bosni i Hercegovini*. Sarajevo: Internews u Bosni i Hercegovini.
- Tomopoulos, S., Dreyer, B. P., Berkule, S., Fierman, A. H., Brockmeyer, C., Mendelsohn, A. L. 2010. "Infant media exposure and toddler development." *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, no. 164 (12): 1105-11.
- Трнинић, Драгана. 2017. *Концептуални оквир медијске писмености*. Бања Лука: Удружење за филозофију и друштвену мисао.
- Ujedinjene nacije. n.d. „Konvencija o pravima djeteta.“ Pristupljeno 19.04.2021. sa [https://www.ombudsmen.gov.ba/documents/obmudsmen\\_doc2013031807224360cro.pdf](https://www.ombudsmen.gov.ba/documents/obmudsmen_doc2013031807224360cro.pdf)

UNICEF. 2020. *50 zanimljivih ideja i aktivnosti za djecu i roditelje - zabavimo se i učimo kod kuće*. Pristupljeno 19.04.2021. sa <https://www.unicef.org/croatia/price/50-zanimljivih-ideja-i-aktivnosti-za-djecu-i-roditelje>.

Viner, R., Davie, M., Firth, A. 2019. *The health impacts of screen time: a guide for clinicians and parents*. London: The Royal College of Paediatrics and Child Health. Pristupljeno 01.03.2021. sa [https://www.rcpch.ac.uk/sites/default/files/2018-12/rcpch\\_screen\\_time\\_guide\\_-\\_final.pdf](https://www.rcpch.ac.uk/sites/default/files/2018-12/rcpch_screen_time_guide_-_final.pdf).

Wright, J. C., Huston, A. C., Murphy, K. C., St. Peters, M., Piñon, M., Scantlin, R., Kotler, J. 2001. "The relations of early television viewing to school readiness and vocabulary of children from low-income families: The early window project." *Child development*, no. 72 (5): 1347-66.

Zimmerman, F. J., Christakis, D. A., Meltzoff, A. N. 2007. "Television and DVD/video viewing in children younger than 2 years." *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, no. 161 (5): 473-479.

Zimmerman, F. J., Christakis, D. A. 2007. "Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems." *Pediatrics*, no. 120 (5): 986-992.

Žuvić, Marta, Brečko, Barbara, Krelja Kurelović, Elena, Galošević, Draženka, Pintarić, Neven. 2016. *Okvir za digitalnu kompetenciju korisnika u školi: učitelja/nastavnika i stručnih suradnika, ravnatelja i administrativnoga osoblja*. Zagreb: Hrvatska akademska i istraživačka mreža – CARNet.

## O AUTORIMA

**Mr. Lea Čengiđ,** magistrirala je na temu medijske pismenosti na Fakultetu političkih nauka Univerziteta u Sarajevu 2012. godine. Od 2009. godine zaposlena je u Regulatornoj agenciji za komunikacije BiH. Nakon formiranja Odjela za sadržaj i medijsku pismenost 2019. godine obavlja poslove šefa Odjela. Kao urednica, autorica i koautorica objavila je više publikacija na temu medija i medijske pismenosti, s posebnim naglaskom na medijskoj regulaciji, medijskom pravu EU, medijskoj pismenosti i zaštiti djece, te medijskom obrazovanju. Autorica je prve studije o medijskoj pismenosti u BiH pod nazivom "Medijska pismenost u Bosni i Hercegovini" objavljene 2013. godine.

**Mr. Sanja Dokić Mrša** zvanje magistra komunikologije stekla je 2009. godine na Komunikološkom koledžu „Kapa Fi“ u Banjaluci. U Regulatornoj agenciji za komunikacije zaposlena je od 2008. godine. Doktorantica je na Fakultetu političkih nauka Univerziteta u Banjaluci, na studijskom programu novinarstvo i komunikologija.

**Prof. dr. Lejla Kafedžić** doktor je pedagoških znanosti. Zaposlena je na Odjelu za pedagogiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Sarajevu.

**Dr. Nada Grahovac,** prvi je ombudsman za djecu Republike Srpske, institucije koja štiti, prati i promovira prava djeteta i tu funkciju obavljala je u dva mandata. Objavila je niz stručnih radova iz područja zaštite prava djeteta i sudjelovala u izradi nekoliko značajnih dokumenata koji se odnose na djecu i ostvarivanje njihovih prava.

**Prof. dr. Ivana Zečević** izvanredna je profesorica na Filozofskom fakultetu Univerziteta u Banjaluci, na katedri za pedagošku i školsku psihologiju. Svoje zanimanje za dječju i adolescentsku psihologiju usmjerava već dvadeset godina, radeći na polju mentalnog zdravlja djece, mladih i odraslih u odgojno-obrazovnom sustavu, i kroz znanstveno-istraživački rad.

**Doc. dr. Dragana Trninić** doktorirala je na Fakultetu političkih nauka Univerziteta u Beogradu 2016. godine na temu „Medijska pismenost u Republici Srpskoj“. Glavna područja kojima se bavi jesu procesi medijske pismenosti i medijskog obrazovanja, implementacija medijskog obrazovanja u obrazovni sustav, a posebno ponašanje medijske publike u doba umrežene komunikacije. Docent je na Fakultetu političkih nauka Univerziteta u Banjaluci.

**Doc. dr. Ivana Sivrić** doktorica je informacijskih i komunikacijskih znanosti i docentica na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Mostaru. Certificirana je trenerica medijske pismenosti i članica Savjetodavne grupe posvećene razvoju strateških dokumenata, politika i praksi za unaprjeđenje medijske i informacijske pismenosti u Bosni i Hercegovini. Predsjednica je Društva za medijsku kulturu u Mostaru, koje okuplja djecu, mlade, studente, učitelje i medijske stručnjake s ciljem unaprjeđenja medijske pismenosti u lokalnoj zajednici.

**Dr. Slaven Krajina,** specijalist pedijatar. Studije medicine upisao i završio u Banja Luci. Specijalistički ispit iz područja Pedijatrija položio 2017. godine. Od 2011. godine zaposlen u JZU DZ Doboj u Službi KSZ Pedijatrije. Sudionik brojnih domaćih i međunarodnih Kongresa iz područja pedijatrije i član Pedijatrijskog Društva RS.

**Jovana Romčević Šukalo,** dipl. ing. arh. sa višegodišnjim iskustvom u IT industriji na kreiranju digitalnih sadržaja i provođenju digitalne transformacije. Zainteresirana za nove tehnologije i njihov utjecaj na životni stil, svakodnevne aktivnosti i procese. Poseban naglasak stavlja na dječju populaciju i utjecaj koji tehnologija ostavlja na njihov razvoj i formiranje osobnosti.

**Saša Risojević,** psiholog i psihoterapeut u superviziji sa dugogodišnjim iskustvom rada sa djecom i obiteljima u riziku. Trenutno je ravnatelj Udruženja "Nova generacija" koje provodi tri usluge socijalne zaštite: Prihvatna stanica za djecu, Dnevni centar za djecu i obitelji u riziku i "Plavi telefon"- savjetodavna linija za djecu i mlade.

**Aida Džaferović,** diplomirani psiholog. Zaposlena u školskom centru Maarif Schools of Sarajevo na poziciji školskog psihologa i profesora psihologije. Višegodišnji je volonter u nevladinim organizacijama koje se bave psihosocijalnom podrškom djece. Osnivač je i predsjednik Udruženja TIM koje okuplja populaciju trudnica i porodilja u BiH.

-----  
CIP - Katalogizacija u publikaciji  
Nacionalna i univerzitetska biblioteka  
Bosne i Hercegovine, Sarajevo

316.774-053.2

SMJERNICE o korištenju medija, informacijsko-komunikacijskih tehnologija i vremenu koje djeca provode pred ekranom [Elektronski izvor] / [autori Lea Čengić ... [et al.]. - El. knjiga. - Sarajevo : Regulatorna agencija za komunikacije BiH : Fondacija za razvoj medija i civilnog društva Mediacentar, 2021

Način pristupa (URL): <https://docs.rak.ba/articles/1253f9fa-0a0f-4948-b045-ff9c70b45cf3.pdf>. - Nasl. sa nasl. ekrana. - Tekst na hrv. jeziku. - Opis izvora dana 15. 6. 2021.

ISBN 978-9926-8589-1-9 (Regulatorna agencija za komunikacije BiH)

ISBN 978-9958-584-35-0 (Mediacentar)

1. Čengić, Lea

COBISS.BH-ID 44496134  
-----

