

BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Бирај речи, хејт спречи
зауставимо дигитално насиље

Водич за родитеље



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

БУДИТЕ ИНФОРМИСАНИ

Друштвени медији нису само начин живота за младе људе – они су њима сам живот. Да бисмо помогли нашој деци да буду сигурни и безбедни у онлајн комуникацији и интеракцијама, да паметно користе друштвене мреже и апликације и деле позитивне вредности, морамо пратити шта се дешава, истраживати и бити у стању да им дајемо основне смернице о друштвеним медијима.

Што више знате о теми – то ће вам деца више веровати и ваши савети ће им бити смисленији. Информишите се о најновијим апликацијама и сајтовима, слушајте своју децу да бисте разумели шта им је важно и зашто им је то важно. Ово је начин да знате више, саветујете их чешће и заједничким активностима избегнете дигитално насиље и непријатне ситуације.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

ДРУШТВЕНЕ МРЕЖЕ

Друштвене мреже су низ алата и метода за интеракцију и комуникацију са другима преко интернета.

Најпопуларније друштвене мреже су Твитер, Инстаграм, Снепчет и Фејсбук, а свака од њих има своје принципе комуникације, на другачији начин се деле информације и повезује са пријатељима (публиком). За многе кориснике друштвених мрежа, онлине и офлајн друштвеног живота је једно те исто и укључује сличне ситуације, успоне и падове.

Оно што је заиста јединствено за све друштвене мреже је то да све оне могу да омогуће корисницима брзу популарност, да им одмах донесу публику, дајући деци и свима нама прилику да прикажемо себе онаквима какви јесмо или би желели да будемо.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

ТВИТЕР



Твитер микроблог платформа за друштвено умрежавање. Твитер омогућава корисницима да поставе 140 карактера дуге поруке и прате активности оних које одаберу да прате. Свака нова порука се појављује одмах, и, мада постоји могућност да се избрише твит, ако су га други корисници коментарисали, он трајно остаје. Такође, сваки објављен твит може бити сачуван (скриншот).

Твитер се све више користи за промоцију производа и познатих личности, али корисници могу да ограниче своју изложеност огласима и промоцијама.

На овој мрежи има много садржаја који није прилагођен деци – пре свега вулгарног изражавања, псовки, ружних речи.

Твитер је мрежа за тинејџере старије од 15 година.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Заступљеност тема на овој мрежи

Позитивне поруке

Насиље

Језик

Алкохол, дрога и пушење



Може бити веома добро средство за информисање и едукацију.

BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci



ИНСТАГРАМ

Инстаграм је популарна платформа за брзо побољшање фотографија и видео записа разним ефектима и дељење на овој мрежи.

Постоји услов да корисник има минимум 13 година, али и много млађа деца користе ову мрежу, не уносећи тачне информације о години рођења приликом регистрације. Такође, правилником коришћења ове мреже је дефинисано да не би требало постављати непримерене или сексуално сугестивне фотографије, али не забрањују приказивање насиља, псовки, алкохола или дроге.

Слике које се постављају на Инстаграм су јавне и могу да садрже информације о локацији, али постоји и подешавање приватности које омогућује да садржај буде видљив само за оне особе које особа прихвати као пратиоце.

Инстаграм је мрежа за особе старије од 15 година.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Заступљеност тема на овој мрежи

Позитивне поруке

Насиље

Језик

Алкохол, дрога и пушење



Може бити веома добро средство за информисање и едукацију.

BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Снепчет



Снепчет је популарна апликација за слање порука која омогућава тинејџерима да размене фотографије, текстове, видео и користите је за уживо видео ћаскање.

Ова апликација гарантује да се поруке (Снепс) не могу сачувати и могу се видети само од једне до 10 секунди пре него што нестану из уређаја примаоца поруке, уз напомену да апликација обавештава пошиљаоца ако прималац узима скриншот слике. Међутим, ни ова мрежа није савим сигурна без обзира на гаранцију. Ризик постоји јер корисник може да купи програм за “пресретање” и чување послатих порука којм се поништава ова гаранција.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Заступљеност тема на овој мрежи

Позитивне поруке

Насиље

Језик

Алкохол, дрога и пушење



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

FEJSBUK



Фејсбук је најбројнија друштвена мрежа, која окупља највећи број младих код нас и они на овој мрежи проводе највише времена.

Родитељи треба да знају да деца и млади морају бити доследни у подешавању контроле приватности на Фејсбуку. Сваки пут када поставе неки садржај, морају да провере подешавања и провере са ким деле информацију. Ипак, важно је знати да сваки садржај, подешен и тако да га види мала група људи, може постати јаван, јер га је лако сачувати и поново поставити.

Фејсбук је друштвена мрежа за особе старије од 13 година.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Заступљеност тема на овој мрежи

Позитивне поруке

Насиље

Језик

Алкохол, дрога и пушење



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

**КОЛИКО СМО СВЕСНИ ШТА НАША ДЕЦА РАДЕ НА
ДРУШТВЕНИМ МРЕЖАМА?**



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Чак 60 одсто млађе деце и око 80 одсто адолесцената користи Интернет. Већина њих приступају Интернету без надзора одраслих.

Највећи број деце Интернет користи за забаву и комуникацију с другима (посећивање друштвених мрежа, гледање филмова, спотова, слушање музике, играње игрица, разговоре путем чета). Око четири петине деце узраста од 10 до 18 година има профил на друштвеној мрежи (најчешће на Фејсбуку), иако је, као што је већ поменуто, минимална граница 13 година.

Половина деце има неограничен временски приступ Интернету и нису саветовани како да га користе. Родитељи углавном одустају од надзора, поготову што су деца старија.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

И родитељи и наставници ређе приступају Интернету него деца.

Сваки пети ученик има родитеље који не користе Интернет, а већ међу основцима највише је оних који процењују да оба родитеља имају мање рачунарског знања од њих. То, по правилу децу и младе усмерава на размишљање да због тога нису “равноправни” саговорници и не могу да се укључе ни у питање безбедности у вези са коришћењем друштвених мрежа.

Свако пето дете које има профил на друштвеној мрежи дели приватне податке са непознатима или нема увид у то ко има приступ њиховим приватним подацима.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Најчешће ризично понашање међу децом је прихватање позива за пријатељство од стране непознатих особа (више од половине деце то редовно ради). Присутни су и други облици ризичног понашања:

- остављање личних података на профилима и блоговима,
- одговарање на поруке непознатих особа,
- комуницирање путем чета са непознатим особама,
- прихватање састанака са особама које су упознали преко Интернета.

Скоро две трећине старијих основаца и 84 одсто средњошколаца се бар једном током последњих годину дана изложило неком ризику на Интернету. Само трећина деце није себе изложила ниједном од испитиваних облика ризичног понашања.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Трећина ученика се не информише о ризицима и начинима заштите на Интернету, јер их то не занима.

Трећина родитеља десетогодишњака нема добар увид у то шта им деца раде на друштвеним мрежама, односно, знају само оно што им деца кажу. Дупло већи број средњошколаца (60 одсто) каже да родитељи знају само онолико колико им они кажу.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Родитељи су свесни ризика које са собом носи коришћење савремених средстава за комуникацију, али верују да су њихова деца довољно опрезна и способна да избегну могуће опасности на Интернету. Иако родитељи сматрају да су добро упућени у то шта њихова деца раде на Интернету, они доследно потцењују учесталост скоро свих активности деце на Интернету.

Ни родитељи, ни наставници немају добар увид у то шта њихова деца раде када су на Интернету, нису информисани у довољној мери.

Скоро сви облици дигиталног насиља заступљенији су међу средњошколцима него међу основцима.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Четвртина ученика млађих разреда ОШ је у протеклих годину дана бар једном била изложена дигиталном насиљу.

Трећина старијих основаца је у последњих годину дана бар једном доживела неки облик дигиталног насиља.

Две трећине средњошколаца је у протеклих годину дана бар једном доживело неки облик дигиталног насиља.

Деца су спремнија да признају да су трпели дигитално узнемиравање него да су они узнемиравали друге.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Број родитеља који су изјавили да су их деца информисала о дигиталном узнемиравању доста је мањи од броја деце која су изјавила да су доживела узнемиравање.

Број деце која кажу да су се жалила родитељима далеко је већи него број родитеља који то потврђује.

Недостају адекватне социјалне, психолошке и едукативне интервенције превентивног карактера, како од стране родитеља, тако и од стране школе.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

препоруке - шта родитељи могу да учине?



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Забрана коришћења Интернета и друштвених мрежа није решење!

Забрањивање подстиче радозналост код деце, квари однос поверења са њима и урушава родитељску потребу да помогне и подстакне развој детета.

Градите отворен однос пун поверења са својом децом, зато што ће у таквом односу дете са вама размењивати своје страхове, изазове, туге и ви ћете као родитељ моћи да помогнете у ситуацијама када им је помоћ потребна.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Забрана коришћења Интернета и друштвених мрежа није решење!

Слушајте их и разумејте. Пажљиво усмерите своју пажњу на оно што вам дете саопштава, слушајте без осуђивања и процењивања онога што чујете, свако од нас, деца нарочито отварају душу пред оним ко слуша срцем. Једна од наважнијих потреба и нас одраслих, а и деце је да од оних до којих нам је стало добијемо разумевање.

Пратите њихово понашање и реагујте увек када видите промене у понашању. Изражавање снажних осећања могу да вас уплаше или збуне.

Треба да знате да када детету дозволите да испољи осећања, то помаже детету да се ослободи напетости и да се растерети.

Дозволите детету да изрази бес, тугу, страх.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Информишите се да бисте поделили праве информације са децом.

Заједно са децом договорите се о правилима како се треба понашати на друштвеним мрежама, тако је већа шанса да се та правила и поштују.

Никада не остављамо податке о томе где се крећемо - ни ми, ни наши укућани.

Не откривамо личне податке.

Пажљиво бирамо коју врсту информација делимо са другима.

Проверавамо идентитет особа које нам шаљу захтеве за пријатељство

Објасните им како да се заштите. Ако је вама тешко да то урадите, пронађите некога ко то боље зна од вас, па га у договору са вашим дететом замолите за помоћ.

Покажите личним примером да вам је јасно о чему говорите.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Пратите шта деца раде на Интернету!

Питајте их шта све раде на друштвеним мрежама. Слушајте пажљиво шта вам дете говори, гледајте дете у очи, покажите невербално да сте присутни за њега/њу.

Удубите се и испробајте и сами да отпратите трендове и дешавања на Интернету и на друштвеним мрежама. Ако вам то баш и не иде, имајте на уму да је квалитет односа она што подстиче развој вашег детета.

Слушајте без осуђивања, придиковања, процењивања онога што чујете. Деца отварају душу пред онима који их прихватају баш таквим какви јесу.

Повежите се са њима да бисте разумели који феномени и какве вредности боје њихова интересовања на друштвеним мрежама.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Причајте са децом о систему вредности и васпитним темама.

Објасните им да понашање које је непримерено у реалном животу, непристојно је и на Интернету.

Предложите им да не одговарају на поруке када су љути на неког и да не доносе важне одлуке када су тужни.

Учите их да је мржња штетна по оне особе које мрзе и да највише зла доноси њима. Покажите то и на примерима у односима са људима. Показани пример има већи утицај од изговорених речи!



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Слушајте пажљиво да бисте чули осећања, разговарајте са дететом о својим вредносним ставовима и надањима.

Кажите "НЕ" љубазно и одлучно и образложите зашто је за вас нешто не прихватљиво.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Немојте омаловажавати проблеме које имају.

У њиховим годинама и најмањи проблем је највећи проблем – уколико немају вашу подршку да га реше, тражиће је од другара или неког трећег.

Проблеми из виртуелног света су реални, стварни и доносе много патње деци. Интернет и друштвене мреже важан су део њиховог живота и много је важно да сваки проблем у вези са тим – озбиљно и третирасте.

Емотивно насиље не оставља видљиве трагове на телу, али су трагови на души јако дубоки јер сви они до којих је вашем детету стало могу да прате шта му се дешава – омаловажавање, претње, ниподаштавање.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Препознајте симптоме

Обратите пажњу на промену понашања детета.

Разговарајте отворено о узроцима туге, неких осећања. Проверавајете, немојте тврдити и давати дијагнозе. Искажите јасну везу између осећања и потреба коју вам је дете саопштило, увек у упитној форми, да бисте проверили да ли сте исправно разумели. Тиме дајете прилику да дете активно учествује и стекне увид и контролу над својим искуством и осећањима.

Активно учествујте у идентификовању проблема.

Будите проактивни у односу на сваку промену понашања, немојте увек чекати да вам дете каже за проблем – питајте први.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Разговарајте са њима о секстингу

Немојте чекати да се инцидент догоди вашем детету пре него што сте са њим попричали о овом проблему.

Прича о сексу са тинејџерима може бити непријатна, али је јако важно да разговарате.

Подсетите своју децу да када једном пошаљу непримерени видео или слику, не могу никада више да је врате и заувек губе контролу над тим садржајем.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Разговарајте са њима о секстингу

Разговарајте о притисцима које трпе да би послали фотографију или видео.

Треба да схвате да ви разумете то да их некада зачикавају и подстичу, па чак и уцењују да шаљу ову врсту садржаја.

Објасните им да, колико год да је јак друштвени притисак, понижење може бити јаче.

Научите децу да овакви садржаји морају нестати код њих и са њима уколико случајно добију овакав садржај, нека га одмах обришу.

Боље је бити део решења, него део проблема. Осим тога, ако га они пошаљу даље, могу имати проблема са законом.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Објасните деци да су друштвене мреже – друштвени медији

Не постоји приватност на друштвеним мрежама – чак и када неку слику или поруку пошаљу једној особи, губе контролу над тим садржајем. Никада неће бити сигурни када ће се тај садржај појавити на Интернету.

Никада не треба постављати непримерене садржаје на Интернет, јер све што једном ту ставимо, заувек тамо остаје. Чак иако се предомисле и обришу тај пост – не знају да ли га је неко други сачувао и када ће га (зло)употребити.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Поновите им више пута:

Да се однос поверења годинама гради, а у секунди нестаје и да то што нам је неко послао захтев за пријатељство, никако не квалификује ту особу као неког од поверења.

Да три пута размисле пре него што нешто поставе на друштвену мрежу.

Да правила лепог понашања важе у реалном и виртуелном свету.

Да не раде другима оно што не би волели да други раде њима.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Чиме год да се бавите и колико год да ј одговоран ваш посао, посао родитеља мора бити на првом месту. Какви ће људи постати – зависи највише од вас.

Понављајте и објасните својој деци да нису они криви ако су жртве дигиталног насиља.

Уверите их да им нећете због тога ускратити коришћење Интернета или телефона – то је главни разлог због ког деца не говоре одраслима да су жртве насиља на Интернету.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Уколико приметите са се дешава насиље на Интернету:

Укажите детету да не одговара на насилне, претеће или на било који други начин непримерене поруке.

Покушајте да откријете идентитет насилника како би се могле предузети адекватне мере за заустављање насиља.

Уколико је познат идентитет насилника, треба контактирати његове родитеље (велика је вероватноћа да они не знају да се њихово дете насилно понаша).

Пријавите насиље администраторима друштвене мреже на којој се злостављање десило или дешава.

Требало би контактирати школу у коју дете иде и обавестити их о томе да се дешава насиље над дететом.



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

И запамтите: ваша деца могу знати више од вас о Интернету, компјутерима и Фејсбуку, али ви знате више о животу и етици.

Допуштено вам је да заједно са вашим дететом успоставите правила понашања на друштвеним мрежама и да тражите њихово поштовање.

Ви сте родитељ!



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Уколико се ваше дете суочава са дигиталним насиљем, било да је жртва насиља или посматрач овог процеса, доступна вам је помоћ преко СОС Фејсбук апликације која се налази на страници Бирај речи, хејт спречи, на овом линку

<https://www.facebook.com/BirajReciHejtSpreci/app/634169700048250/>



BIRAJ REČI

HEJT SPREČI

facebook.com/BirajReciHejtSpreci

Важни контакти:

Нет Патрола www.netpatrola.rs

МУП Вискотехнолошки криминал

http://www.mup.gov.rs/cms_lat/saveti.nsf/saveti-sajber-kriminal.h

