

Stavovi učenika osnovnih škola prema korištenju digitalnih tehnologija

Vidaković, Gabriela

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:186:990555>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-14**



Repository / Repozitorij:

[Repository of the University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences - FHSSRI Repository](#)



Sveučilište u Rijeci

Filozofski fakultet

Završni rad

STAVOVI UČENIKA OSNOVNIH ŠKOLA PREMA KORIŠTENJU DIGITALNIH
TEHNOLOGIJA

Attitudes of elementary school students towards the use of digital technologies

Student: Gabriela Vidaković

Rijeka, 2024

Sveučilište u Rijeci

Filozofski fakultet

Odsjek za pedagogiju

Završni rad

STAVOVI UČENIKA OSNOVNIH ŠKOLA PREMA KORIŠTENJU DIGITALNIH
TEHNOLOGIJA

Sveučilišni prijediplomski studij pedagogije

Mentor: prof. dr. sc. Nena Rončević

U Rijeci, 15.05.2024.

SAŽETAK

Ovaj rad istražuje stavove učenika osnovnih škola prema korištenju digitalnih tehnologija, s naglaskom na njihove učinke na emocionalni razvoj, mentalno zdravlje, socijalne odnose i potencijalnu ovisnost o društvenim mrežama. Digitalne tehnologije su postale integralni dio svakodnevnog života, posebno među mlađim generacijama. Cilj istraživanja bio je ispitati stavove osnovnoškolaca kako bismo dobili uvid u njihovo poimanje digitalnih tehnologija te na koji način one utječu na njihov život i socijalizaciju.

Emocionalni razvoj djece i utjecaj digitalnih tehnologija na emocionalne reakcije i izražavanje emocija posebno su istaknuti u radu. Također se razmatra problem ovisnosti o društvenim mrežama, uključujući vrijeme provedeno na društvenim mrežama i njegov utjecaj na opće blagostanje djece.

Empirijski dio rada temelji se na anketnom istraživanju provedenom 2023. godine među učenicima sedmih razreda iz 12 osnovnih škola u Rijeci. Istraživanje su proveli studenti druge godine prijediplomskog studija pedagogije Filozofskog fakulteta u Rijeci, u sklopu kolegija *Obrazovanje i izazovi suvremenog društva* i u suradnji s Upravnim odjelom za odgoj i obrazovanje, kulturu, sport i mlade Grada Rijeke. Upitnik je obuhvatio teme zdravlja, zdrave prehrane, tjelesne aktivnosti te stavove prema korištenju digitalnih tehnologija, a provodio se kako bi se istražile teme koje se planiraju provoditi u sklopu izvannastavne aktivnosti Zdravstveni odgoj i obrazovanje koje grad Rijeka planira uvesti u osnovne škole kojima je osnivač.

Rezultati istraživanja pokazuju različite stavove učenika prema digitalnim tehnologijama. Većina učenika prepoznaje prednosti digitalnih tehnologija, kao što su lakša komunikacija i pristup informacijama, ali su svjesni i negativnih aspekata poput ovisnosti i negativnog utjecaja na emocionalno zdravlje. Uočene su razlike u stavovima prema digitalnim tehnologijama s obzirom na spol i akademski uspjeh učenika.

Zaključak rada naglašava važnost uravnoteženog pristupa korištenju digitalnih tehnologija u obrazovanju i svakodnevnom životu djece. Preporučuje se edukacija učenika o odgovornom korištenju digitalnih tehnologija te uključivanje roditelja i nastavnika u ovaj proces. Rad također sugerira potrebu za daljnjim istraživanjima koja bi detaljnije ispitala dugoročne učinke digitalnih tehnologija na djecu.

Ovaj rad doprinosi razumijevanju složenog odnosa između digitalnih tehnologija i razvoja djece te pruža smjernice za buduća istraživanja i praktične pristupe u obrazovanju i odgoju djece u digitalnom dobu.

SADRŽAJ

1. UVOD.....	
2. TEORIJSKI DIO.....	
2.1. Digitalna tehnologija i mentalno zdravlje.....	
2.2. Socijalni odnosi i online komunikacija.....	
2.3. Utjecaj digitalnih tehnologija na emocionalni razvoj djece.....	
2.4. Ovisnost o digitalnim tehnologijama.....	
3. METODOLOGIJA.....	
3.1. Cilj istraživanja.....	
3.2. Hipoteze.....	
3.3. Zadaci istraživanja.....	
3.4. Uzorak i populacija.....	
3.5. Postupak prikupljanja podataka.....	
3.6. Obrada podataka.....	
4. OBRADA I ANALIZA PODATAKA.....	
5. RASPRAVA.....	
6. ZAKLJUČAK.....	
PRILOG.....	
LITERATURA.....	

1. UVOD

U današnje vrijeme tehnologija je sastavni dio svačije svakodnevice. Možemo reći kako je pritom i neizbježna te se koristi u svim aspektima naših života. Digitalne tehnologije oblikuju društvo današnjice, počevši od komunikacije i druženja do posla i obrazovanja. Što su nekada bila pisma, danas je elektornička pošta (E-pošta), a nekadašnje govornice zamijenili su vlastiti telefoni. Kako se mijenja i napreduje digitalna tehnologija, tako se i društvo mijenja iz generacije u generaciju, što ne znači nužno ni dobro ni loše, već drugačije. U današnje vrijeme skoro je nemoguće zamisliti dan bez upotrebe digitalnih tehnologija i interneta, posebice mlađim generacijama koje su od malena odrastale u takvom okruženju. Zbog drugačijih načina djelovanja, rada i učenja koje nam je digitalna tehnologija pridonijela, osnovano je novo polje u psihologiji koje nazivamo *cyberpsihologija*. Jedna od definicija cyberpsihologije je da je to znanost koja proučava kako se mi povezujemo i komuniciramo s drugima putem digitalnih tehnologija te kako digitalna tehnologija utječe na naše ponašanje (Singh i Singh, 2019). O digitalnoj tehnologiji mnogi pričaju u negativnom smislu, no zapravo ona je tu da nam olakša svakodnevicu, a negativan je naš odnos s njom.

Digitalne tehnologije imaju ključnu ulogu u oblikovanju svakodnevnog života, posebno među mladima. Djeca i adolescenti danas odrastaju u digitalnom svijetu, a novije se generacije suočavaju s izazovima i prilikama koje nisu postojale za prethodne generacije. Iako digitalne tehnologije nude mnoge prednosti, kao što su lakša komunikacija i pristup informacijama, one također donose potencijalne rizike i izazove.

Razumijevanje stavova učenika osnovnih škola prema digitalnim tehnologijama važno je za kreiranje odgovarajućih obrazovnih programa i politika koje će im pomoći da se sigurno i učinkovito koriste ovim alatima. Istraživanje provedeno u ovom radu fokusira se na percepciju učenika o efektu digitalnih tehnologija na njihovo obrazovanje, društvene odnose i mentalno zdravlje. Anketni podaci pružaju uvid u to koliko vremena učenici provode koristeći digitalne uređaje, koje aktivnosti preferiraju i kako doživljavaju učinke tih aktivnosti na svoje svakodnevne živote. Dodatno, u radu se i istražuje problematika mrežnog nasilja među mladima, poznatu kao cyberbullying, te njegovu učestalost i efekte koje ima na emocionalno i socijalno blagostanje učenika.

U ovom radu iznose se stavovi učenika osnovnih škola prema korištenju digitalne tehnologije, odnosno istraživanje ispituje samoprocijenu kvalitete življenja učenika.

Također, ispituje se količina vremena koju mladi provode koristeći digitalne tehnologija te u kojoj mjeri je učestalo mrežno nasilje među ispitanicima. Stavovi su prikupljeni anketiranjem učenika sedmih razreda osnovnih škola u gradu Rijeci te je sudjelovalo sveukupno 12 škola i 483 učenika.

Cilj ovog istraživanja je pružiti sveobuhvatan pregled stavova učenika osnovnih škola u Rijeci prema digitalnim tehnologijama i predložiti konkretne mjere koje bi mogle poboljšati njihovu upotrebu u obrazovnom i socijalnom kontekstu. Uz analizu trenutnog stanja, rad pruža i preporuke za unaprjeđenje digitalne pismenosti i sigurnosti učenika, kako bi se smanjili negativni utjecaji i maksimalno iskoristile prednosti koje digitalne tehnologije pružaju. Nadamo se da će rezultati ovog rada doprinijeti boljem razumijevanju i promicanju odgovornog korištenja digitalnih tehnologija među mladima.

2. TEORIJSKI DIO

2.1. Digitalna tehnologija i mentalno zdravlje

Prema podacima iz 2012 (BBC, 2012) na svijetu je tada bilo 6 milijardi mobilnih telefona, što samo ukazuje na učestalost i ukorijenjenost tehnologije u naše živote. Tehnologija danas čovjeku služi za komunikaciju, učenje, prijenos informacija te zabavu. U zadnjih 20ak godina tehnologija postiže veliki napredak i rast te su prema Babić (2021) uz životne, inovacijske i karijerne, vještine 21. stoljeća i informacijske, medijske i tehnološke. Uz promjenu u cijelom svijetu, adolescenti su u periodu svog života kada sami proživljavaju ogromne promjene, kako fizičke i psihičke tako i spolne (Šikanić-Dugić, Pustišek, 2021). To je stadij u kojem pojedinac može lako pasti pod utjecaj vršnjaka (McCrae, Gettings, & Pursell, 2017). Mentalno zdravlje, jednako važno kao i fizičko zdravlje, igra ključnu ulogu u svakom životnom razdoblju. Ono utječe na svaki aspekt našeg života, uključujući naše emocionalno stanje, sposobnost suočavanja sa stresom, kvalitetu naših odnosa s drugima, sposobnost stvaranja bliskih veza i donošenja sigurnih odluka. Prema statističkim podacima Svjetske zdravstvene organizacije, 3 do 12 % mladih ima ozbiljan psihički poremećaj, a 20 % mladih u dobi do 18 godine ima neki od oblika razvojnih, emocionalnih ili ponašajnih problema (Balarin, 2021). Dobar mentalni zdravlje omogućava nam da se osjećamo dobro sa sobom i drugima, da bolje upravljamo izazovima i stresovima svakodnevnog života, te da gradimo i održavamo zdrave i podržavajuće odnose (Sujoldžić, Rudan, i De Lucia, 2006).

Poznato je kako društvene mreže intenzivno utječu na mentalno zdravlje pojedinca, no imaju li utjecaj na fizičko zdravlje? Prema stručnjacima u SAD-u društvene mreže, kao i digitalna tehnologija generalno, imaju podosta negativan utjecaj na adolescente. Smatra se kako mladi koji u pretjeranoj mjeri provode vrijeme online imaju više problema sa poremećajem u spavanju, kilažom, niže ocjene u školi te zbog korištenja mobitela u vožnji i veći rizik od automobilske nesreće (Rafla i sur., 2014). No, kada govorimo o mentalno zdravlju mladih, spektar problema puno je širi. Rapidni napredak digitalne tehnologije utjecao je na promjenu u samom druženju mladih ljudi. Nekada su djeca bila primorana izaći vani kako bi upoznali prijatelje i družili se, no danas je upoznavanje moguće pomoću samo jednog klika te nas to može otuđiti od stvarnog svijeta. Istraživanje koje je 15 godina provodila Američka akademija pedijatarata (American academy of pediatrics) trebalo je pokazati imaju li društvene mreže utjecaj na depresivne simptome kod mladih. Prema *Royal Society for Public Health, & Young Health Movement* (2017) učestalost anksioznosti i depresije se u posljednjih 25 godina povećala za 70% te se smatra kako su društvene mreže djelomice odgovorne za te brojke (Keles i sur., 2020).

Postoji malena, ali značajna povezanost između korištenja interneta (društvenih mreža) i simptoma depresije (McCrae, Gettings, & Purssell, 2017). Problematična ponašanja mladih koja su vezana za Internet su prema terminima psihijataru, opisana kao „ovisnosti“. To je dokazalo i istraživanje koje su proveli Frison i Eggermont (2015), a rezultati su pokazali kako je razina stresa kod pojedinca predviđala njezino traženje validacije i podrške na Facebooku (McCrae, Gettings, & Purssell, 2017). Nadalje, kada govorimo o potencijalnim problemima koje Internet može uzrokovati, valja spomenuti i *cyberbullying*, odnosno nasilje na internetu. Nasilje preko društvenih mreža u današnje je vrijeme veliki problem među mladima, a odvija se preko računala, mobitela i ostalih elektroničkih uređaja (Hinduja i sur., 2012 prema Rafla i sur., 2014). Prema *Youth Internet Safety Study* maltretiranje na internetu doživjelo je (ili doživljava) oko 5% mladih te su najčešće žrtve djevojčice i dječaci koji se ne izjašnjavaju kao heteroseksualci (Schneider i sur., 2012 prema Rafla i sur., 2014). Neki autori smatraju kako nasilje preko interneta može ostaviti i gore posljedice nego ono koje se dešava uživo iz razloga što su ugnjetavači većinom anonimni te se odvija u neizbježno javnom prostoru gdje je vidljivo velikom broju ljudi (Kowalski i sur., 2014 prema McCrae, Getting i Purssell, 2017). Također, postoji korelacija između mentalnih problema kod mladih ljudi i *cyber* nasilja te je u nekim slučajevima nasilje dovelo i do samoubojstva (Hinduja i Patchin 2010 prema McCrae, Getting i Purssell, 2017). Sukladno tome, pokazalo se kako mladi ljudi koji pokazuju simptome depresije imaju veću tendenciju razgovarati sa virtualnim prijateljima, nego s onima uživo (Ybarra i sur., 2005 prema McCrae, Getting i Purssell, 2017). „Rich get richer“ je hipoteza koja objašnjava kako se za većinu ljudi krug poznanstava putem interneta širi, ali ne i zamjenjuje za „face to face“ odnose. Isto tako, kod onih koji pokazuju depresivne simptome može postojati opasnost za poticanje samo online druženja, čime se gubi socijalna interakcija uživo. Što se tiče problematike na internetu vezane za određeni spol, u ovom slučaju djevojke, Rodgers i suradnici otkrili su 2013. da ono što mlade djevojke često dovodi do manjka samopouzdanja i poremećaja u prehrani su nerealni standardi ljepote koji se promoviraju na internetu. Kombinacija medijskog i vršnjačkog pritiska na djevojke da budu mršave i seksualno privlačne dodatno se pojačava i promovira putem interneta. Sve to uzrokuju nerealni standardi koji se šire internetom i zaluduju mlade djevojke u želji da izgledaju na određeni (nerealan) način. Istraživanje Nesi i Prinstein (2015) pokazuje kako je veća poveznica mladih djevojaka sa depresijom, nego dječaka (McCrae, Getting i Purssell, 2017). Iako postoje određene koristi tehnološkog napretka, uključujući mogućnost komunikacije putem društvenih medija, problematične aktivnosti na internetu mogu ometati razvoj i dobrobit mlađih ljudi. Uz

depresiju, društvene mreže mogu poticati narcisoidno ponašanje s obzirom na pretjerano objavljivanje i eksponiranje vlastitih slika (McCrae, Getting i Pursell, 2017).

Uz nasilje na internetu, ostali problemi koje Internet potencijalno donosi je krađa identiteta, lažno predstavljanje te privatnost osobnih podataka na internetu (Kušić, 2010).

2.2. Socijalni odnosi i online komunikacija

Iako su trgovački centri, kafići i ulice mjesto gdje se mladi druže i provode vrijeme, Internet je postao značajni svijet upoznavanja, dogovaranja te druženja. Mladi najčešće koriste digitalnu tehnologiju u svrhu zabave, videoigara te internetskog povezivanja, odnosno društvene mreže. Razvijanje socijalnih vještina i uspostavljanje međuljudskih odnosa jedni od su od najvažnijih razvojnih zadataka adolescencije (Car, 2010). Prema jednom adolescentu iz 2006. : „Ako nemaš MySpace, ne postoji“ (Rafla i sur., 2014). Ovo nam samo govori koliko je važna i ukorijenjena digitalna tehnologija i društvene mreže u svakodnevicu jednog adolescenta. Današnje generacije (generacija Y¹) ne poznaju svijet bez stotine televizijskih programa, Internet im je glavni izvor informacija te se suvremeni učenici koriste raznim tehnologijama, često istodobno (Car, 2010). Život generacije Y zasnivan je otpočeka na digitalnoj tehnologiji i svakodnevnom korištenju iste te jedno istraživanje pokazuje kako neki učenici koriste određenu tehnologiju više od 8 sati dnevno, što možemo reći da je slično ili čak i više radnom vremenu (Car, 2010 prema Peck, 2008; Rosen, 2007). No, ono što predstavlja prepreku u obrazovanju i učenju je korištenje tehnologije za vrijeme nastave. Neprestano su uključeni u sva zbivanja na mrežama te vode brz i dinamičan život obasut informacijama sa svih strana. Ono po čemu se još razlikuje generacija Y od prethodnih je svrha korištenja tehnologije. prijašnje generacija koristile su je u slobodno vrijeme ili za obavljanje određenih zadataka, generacija Y ju koristi puno učestalije, odnosno za nju je to način života Razlog zašto adolescentima Internet predstavlja izvor zabave je zato što je sve što bi inače koristili u stvarnom svijetu, igraču konzolu, radio, telefon i televizija, na jednom mjestu. Samim tim Internet, odnosno digitalna tehnologija generalno, za adolescente je način komunikacije, održavanja odnosa i druženja. Ovakvim načinom socijalizacije, socijalna komponenta dobiva sasvim drugačiji pogled. Socijalne vještine koje se razvijaju u adolescentskoj dobi, jedan je od glavnih prediktora zdravog i normalnog

¹ „Današnji adolescenti, takozvana generacija Y (internetska generacija, milenijaska generacija)“. (Car, 2010, str. 281)

komuniciranja i funkcioniranja u odrasloj dobi. Isto tako osobe koje imaju slabo razvijene socijalne vještine češće se susreću sa emocionalnim i socijalnim problemima, problemima u školi te socijalnom izolacijom. Djeca koja su socijalno odbačena često su i agresivnija i povučenija te imaju manje prijatelja, dok djeca koja imaju izrazito vješte socijalne vještine imaju veće samopouzdanje i samopoštovanje te je njihov status u društvu veoma pozitivan i osjećaju pripadnost u svojim zajednicama (roditelji i prijatelji), osjećaju se voljenima od strane bližnjih, smatraju da se uklapaju vrlo dobro u društvo te je njihov društveni kapital općenito veći (Car, 2010). Oni mladi koji su nedovoljno socijalno kompetentni odvajaju svoj identitet od identiteta kojeg predstavlja određena skupina te se na taj način prilagođavaju. Samim tim mijenjaju i svoj način komunikacije i ponašanja kako se nebi osjećali odbačenima od strane skupine. Tu „preobrazbu“, odnosno teoriju učeničke interakcije i komuniciranja, nazivamo teorijom socijalnog identiteta (Markić, 2010). Srž ove teorije je hipoteza da je definiranje pripadnosti u podlozi svake interakcije. Uz ovu teoriju bitno je spomenuti i teoriju komunikacijske ugodnosti koja se nadovezuje na teoriju socijalnog identiteta, a govori o tome kako mladi mijenjaju svoje ponašanje i stavove i na koji način mijenjaju svoju komunikaciju i načine izražavanja te prilagođavaju stilove komuniciranja (Markić, 2010). Mladi koji imaju problema uklopiti se i koji se ne osjećaju željeno u određenoj skupini često pronalaze ljude slične sebi na internetu te s njima uspostavljaju online komunikaciju i stvaraju jedan krug u kojem se smatraju pripadnima. Kada govorimo o online komunikaciji prvenstveno se pitamo je li ona zamijenila komunikaciju uživo. Online prijateljstva se najčešće temelje na zajedničkim vrijednostima, stavovima, pogledu na svijet te na interesima (Car, 2010). „55% korisnika online zajednica osjeća snažnu pripadnost tim zajednicama, jednaku kao i zajednicama u realnom životu“ (Car, 2010; 286 prema The 2008 Digital Future Project, 2008). Digitalna tehnologija i Internet omogućili su ljudima filtraciju prema stavovima i mišljenju te je zbog toga na internetu lakše i brže naći osobe istih ili sličnih razmišljanja te to posebice znači ljudima koji u stvarnosti nemaju veliki krug ljudi s kojima dijele stavove. Jedno od istraživanja koje je iz 2007. godine doprinijelo je rezultatima koji su ukazalo na to da adolescenti ne smatraju da je Internet nužno poseban za upoznavanje novih prijateljstava, ali ono što smatraju je da je online komunikacija lakša za početno uspostavljanje kontakta s novim ljudima, za razliku od komunikacije uživo (Car, 2010). U današnjem dobu digitalizacije, online komunikacija je sastavni dio svakodnevnog života većine ljudi. Ljudi su povezani putem raznih platformi, uključujući društvene mreže, forume, aplikacije za razgovor i e-poštu, što znači da su ljudi međusobno povezani više nego ikad na globalnoj razini. Zbog novih načina komuniciranja, stvara se i razvija nova i drugačija dinamika samog razgovora i druženja. Na primjer, online komunikacija

omogućuje ljudima povezivanje sa svijetom i izražavanje svojih osjećaja, misli i stavova na načine koji su ranije bili nezamislivi.

2.3. Utjecaj digitalnih tehnologija na emocionalni razvoj djece

U današnje vrijeme djeca su od najranije dobi izložena svojekakvim medijima i digitalnoj tehnologiji općenito. Samim tim preispituje se utjecaj digitalne tehnologije na emocionalni razvoj djeteta. Emocije, odnosno *čuvstva* ili *osjećaji* su stanje uzbuđenosti koje nastaje kao reakcija na neki vanjski podražaj (Rezić, 2006). „Osjećaji su pogonsko gorivo za djelovanje“, tvrdi psihologinja Rezić iz Udruženja ‘Djeca prva’ (2006, str.n 7). S time vežemo pojam *emocionalna reakcija* ili *izražavanje*, a osim emocionalnog izražavanja, dijete vrlo rano pokazuje međuovisnost iskazivanja vlastitih emocija i emocionalnih reakcija ostalih u okolini te je to osnova za razvoj razumijevanja i odabira emocionalnog izražavanja i ponašanja (Rezić, 2006). Emocije utječu na ponašanje djeteta jer kreiraju različita duševno- tjelesna stanja (Maloča, 2023). Uz pomoć razmišljanja vlastitih emocija i prepoznavanja tuđih, ljudi uče model ponašanja u određenim situacijama koji služe kao svojevrsan most i pomoć u kreiranju odnosa s drugim ljudima (Brajša-Žganec i Slunjski, 2007). S obzirom da današnja djeca odrastaju u digitalnom dobu, na njihovo emocionalno izražavanje i emocionalni razvoj općenito utječu i digitalne tehnologije. Prema Globokar (2018) korištenje novih informacijskih uređaja utječe na razvoj kognitivnih i emocionalnih procesa kod mladih jer mijenja način razmišljanja. Isto tako, autor tvrdi kako ta promjena u razmišljanju također mijenja naša iskustva jer digitalni mediji približavaju ono što nam je u suštini daleko, ali udaljavaju ono što nam je blizu. Odnosno, uvodi nas u prikaz svijeta, ali ne i pravi svijet te predstavljaju kojekakvu prisutnost bez realne dimenzije vremena i prostora. Sve je istodobno i trenutačno (Globokar, 2018). Jedna od značajnijih promjena očituje se u tempu učenja i stjecanja znanja. S obzirom na Internet, pojedinac može odgovor dobiti odmah čime se gubi uzbuđenje prilikom traženja i otkrivanja odgovora. Gubi se prostor za vrijeme između želje i zadovoljenja, što automatski mijenja nečije iskustvo te se gubi strpljenje za kreiranja rješenja i strategija. Prema U. Galimberti današnja mladež ima sposobnost brzog odgovora, ali ne i vještinu kritičke refleksije (Globokar, 2018). Autori Yamamoto i Ananou (2015, str. 3) navode: „*The rise of technology-facilitated conversation appears to be conditioning individuals to expect instant gratification either by initiating the virtual interaction or by responding to it*“. Prema ovome može se iščitati kako zapravo digitalne tehnologije djeluju na pojedinca tako da očekuje instant zadovoljenje putem virtualnih interakcija. Kako bi pojedinac razvio zdrave odnose s drugima i kako bi na prikladan način iznosio svoje emocije, jako je važno da je u interakciji s drugim ljudima uživo, odnosno

face to face. Također, jedna od najdrastičnijih promjena koje je potaknula digitalna tehnologija je manjak empatije. Istraživanja su pokazala da povećana upotreba elektroničkih medija smanjuje razvoj empatije među mladima (McQuillen, 2003 prema Globokar, 2018). Također, McQuillen (2003) ističe kako manjak vremena provedenog s osobom lice u lice rezultira gubitkom međuljudskih veza, odnosno online interakcije ne mogu u potpunosti zamijeniti niti nadopuniti interakciju uživo. Društvene mreže osmišljene su kako se pojedinac nebi osjećao usamljeno te kako bi mogao u bilo kojem trenutku komunicirati sa drugim osobama. No, uz svu povezanost, istraživanja pokazuju kako današnja mladež osjeća vrlo usamljeno te često ne vidi mogućnosti za svoju budućnost (Globokar, 2018).

2.4. Ovisnost o digitalnim tehnologijama

S obzirom na nove pojave koje karakteriziraju suvremeno doba, ovisnost o digitalnim tehnologijama, društvenim mrežama te internetu nije nepoznata i rijetka. Zapravo, od trenutnog broja stanovnika u svijetu, koji je otprilike 7,9 milijardi ljudi, broj korisnika interneta, prema Worldwide digital population 2024, trenutno je oko 5.44 milijarde, što samo pokazuje koliko smo uistinu digitalno povezani i koliko Internet utječe na naše živote. „Ovisnost o internetu“ fenomen je koji se interpretira na mnogo različitih načina (npr. poremećaj ovisnosti o internetu, patološka upotreba interneta, prekomjerna upotreba interneta, kompulzivna upotreba interneta, itd.), a u suštini predstavlja pojavu u kojoj ljudi u pretjeranoj i nezdravoj mjeri konzumiraju plodove Interneta (Widyanto & Griffiths, 2006).

Jedno od istraživanja vezanih za Internet i ovisnosti pokazuje pozitivnu korelaciju između osjećaja usamljenosti osobe i problematične upotrebe interneta i/ili ovisnosti o internetu bez obzira na dob. Koriste Internet kako bi pobjegli od problema svakodnevnog života i pokazuju znakove apstinencijske krize poput depresije i razdražljivosti kada pokušaju smanjiti ili prekinuti upotrebu interneta (Nowland i sur., 2017). Medicinski stručnjaci osvještavaju kako ovisnost o internetu može dovesti do gubitka posla, obrazovanja, karijere te međuljudskih odnosa (Nowland i sur., 2017). Prema još jednom istraživanju iz 2014. rezultati pokazuju smanjenje osjećaja usamljenosti kod sudionika prilikom druženja *offline* (uživo), dok su *online* socijalni kontakti povećali ovisnost o internetu (Yao i Zhong, 2014). Autori Amichai-Hamburger i Ben-Artzi (2003) navode rezultate istraživanja koji pokazuju kako usamljeni pojedinci više koriste Internet, nego njihovi manje usamljeni vršnjaci, što je zapravo potpuno suprotno od mišljenja kako Internet ubija osjećaj usamljenosti (Nowland i sur., 2017).

Doktorica Kimberly S. Young tvrdi kako je ovisnost o internetu širok pojam te podrazumijeva spektar različitih ponašanja. Također, zbog tih razloga napravila je podjelu prema kojoj je napravila raščlambu na 5 tipova:

1. Ovisnost o cybersexu (*org. Cybersexual addiction*)- prekomjerna upotreba web stranica za odrasle za cyberseks i cyberpornografiju.
2. Ovisnost o cyber-vezama: prekomjerno uključivanje u online odnose.
3. Net kompulzije: opsesivno online kockanje, kupovina ili dnevno trgovanje.
4. Informacijsko preopterećenje: kompulzivno surfanje webom ili pretraživanje baza podataka.
5. Ovisnost o računalima: opsesivno igranje računalnih igara (npr. Doom, Myst, Solitaire itd.) (Young, 1996 prema Widyanto & Griffiths, 2006).

Sukladno tome, ovisnost o video igrama također je jedna od čestih ovisnosti današnjice. Inicijalna motivacija za igranjem video igrica je zabava te bijeg od problema, ali i sklapanja prijateljstva *online*. Prve uočljive štetne posljedice pretjeranog igranja video igrica su oscilacije u raspoloženju, gubitak kontrole, apstinencijski sindrom te sklonost sukobima (Jurman i sur., 2017). „Prema rezultatima istraživanja Bilić i Ljubić Golub, postoji veća ovisnost patološkog igranja videoigara kod učenika strukovnih škola u odnosu na gimnazijalce, a samim time i ovisnosti o internetu“ (Puharić i sur., 2023, str. 58). Smatra se kako s ovi rezultati uzrok manjeg opterećenja u strukovnim školama, što ostavlja više prostora i vremena za igranje video igrica i razvijanja ovisnosti (Bilić i Golub, 2011).

Prema preporukama mnogih stručnjaka, djeca ne bi trebala provoditi više od 2 do 3 sata uz medije dnevno jer prekomjerno korištenje može dovesti do ovisnosti. No, unatoč tome, Nacionalno istraživanje o sigurnosti djece na internetu je istraživanje koje je provedeno u sklopu velikog međunarodnog projekta EU (Global) Kids Online te je pokazalo da skoro svako četvrto dijete provodi dnevno više od četiri sata tijekom radnog tjedna, a tijekom vikenda više od jedne trećine djece. Također, prema anonimnom upitniku koji su ispunjavali srednjoškolci Međimurske županije, postavljena je tvrdnja: „*Kada sam na Internetu u sebi ponavljam „Još samo nekoliko minuta“*“ te rezultati pokazuju kako se 47 ispitanik u potpunosti slaže i 51 ispitanik slaže s tvrdnjom što nam naslućuje kako otprilike 50% učenika nije u stanju kontrolirati provedeno vrijeme na Internetu, odnosno da je ono često produljeno (Carević i sur., 2017).

Ovisnost o internetu može dovesti do brojnih zdravstvenih i socijalnih problema, uključujući probleme sa spavanjem, umor uzrokovan neispavanošću, poteškoće u akademskom i poslovnom funkcioniranju, pad imuniteta i povećanu podložnost bolestima. Zbog sjedilačkog načina života smanjuje se fizička aktivnost, što povećava rizik od sindroma karpalnog tunela, problema s leđima i zamora očiju (Jurman i sur., 2017 prema Young, 2000). Što se tiče dijagnostičke klasifikacije, dijagnoza ovisnosti o tehnologiji/internetu prema Međunarodnoj klasifikaciji bolesti i srodnih zdravstvenih problema nije uvrštena u važeće međunarodne klasifikacije bolesti, iako problem ovisnosti o digitalnim tehnologijama postaje sve veći i češći (Jurman i sur., 2017). Što više raste ovisnost o internetu, to se depresivni i anksiozni simptomi proporcionalno pojačavaju, a ovisnost o internetu povećava disfunkcionalne stavove. Također, prema istraživanju na Taiwanu u kojem je sudjelovalo 2114 sudionika u rasponu od 15 do 23 godine. Rezultati su pokazali da su adolescenti s ovisnošću o internetu imali izraženije simptome ADHD-a, depresije, socijalne fobije i neprijateljstva (Jurman i sur., 2017). Na temelju prošlih istraživanja, rezultati su pokazali kako su dječaci više skloni pronalaženju zabave na internetu od djevojčica te više vremena provode igrajući igrice, dok djevojčice češće koriste Internet u obrazovne svrhe (Lagator, 2017). Također, prema Üneri i Tanidir (2011) istraživanje u Ankari pokazalo je kako dječaci pokazuju puno višu razinu ovisnosti o internetu nego djevojčice. Isto tako, zbog svoje nedovoljno razvijene psihološke zrelosti, adolescenti su procijenjeni kao skupina koja može biti podložna razvoju ovisnosti o internetu (Üneri i Tanidir, 2011).

3. METODOLOGIJA

3.1. Cilj istraživanja

Cilj istraživanja je istražiti i opisati stavove učenika sedmih razreda osnovnih škola u gradu Rijeci prema korištenju digitalnih tehnologija te kako su one povezane s njihovom kvalitetom življenja. Cilj je bio i istražiti procjenju li da postoji mrežno zlostavljanje i koliko je općenito problematično korištenja digitalnih tehnologija u njihovoj generaciji.

3.2. Hipoteze

H1: Ne postoji značajna razlika u odgovorima dječaka i djevojčica kod procjene koliko je problematično zlostavljanja u mrežnom okruženju i koliko je količina vremena koju mladi danas provode online problematična.

H2: Ne postoji značajna razlika u odgovorima dječaka i djevojčica kod procjene kako upotreba digitalnih tehnologija utječe na različite dimezije njihovog života.

3.3. Uzorak i populacija

Korištenjem probabilističkog klaster uzorka, istraživanje je obuhvatilo 483 učenika sedmih razreda iz 12 riječkih škola. Slučajnim odabirom u uzorak je ušlo gotovo pola od osnovnih škola, a zatim su anketirana sva djeca u sedmim razredima u odabranim školama.

Instrument

Anketni je upitnik obuhvaćao teme zdravlja, zdrave prehrane, tjelesne aktivnosti te između ostalog seksualne edukacije i digitalne tehnologije. Sociodemografskih obilježja sadržavala su pitanja vezana za spol sudionika, dob, vrstu škole, školski uspjeh te osnovne informacije vezane uz korištenje interneta (dostupnost, način pristupanja i količina provedenog vremena na internetu). Većina pitanja u anketnom upitniku preuzeta iz instrumenata koji su korišteni u drugim istraživanjima: instrumenti iz upitnika „Kako si?“ (Institut za društvena istraživanja - Centar za istraživanje i razvoj obrazovanja) i noviji instrumenti razvijeni u sklopu „Istraživanja utjecaja pandemije i potresa na sustav odgoja i obrazovanja Republike Hrvatske“(2021.-2023.) voditelji Ristić Dedić, Z. i Jokić B.

3.4. Postupak prikupljanja podataka

Podaci su se prikupljali u siječnju 2023. godine u osnovnim školama Grada Rijeke te su ga provodili studenti 2. godine prijediplomskog sveučilišnog studija pedagogije sa Filozofskog fakulteta u Rijeci u okviru kolegija „Obrazovanje i izazovi suvremenog društva“. Istraživanje je suradnji s Upravnim odjelom za odgoj i obrazovanje, kulturu, sport i mlade Grada Rijeke provedeno u svrhu uvođenja „Zdravstvenog odgoja i obrazovanja“ kao izvannastavne aktivnosti u školama.

Podaci su prikupljeni uz suglasnost roditelja i djece. Zbog kratkog roka prikupljanja podataka roditelji su se trebali izjasniti u slučaju da nisu suglasni da im dijete sudjeluje u istraživanju. Djeca koja su dobila roditeljsku suglasnost dodatno su i na početku upitnika imali mogućnost davanja ili uskrate suglasnosti, kao što su mogli i odustati s popunjavanjem u bilo kojem trenutku. Istraživanje se provodilo tijekom nastavnog sata, a trajalo je otprilike 30 minuta.

3.5. Obrada podataka

Za potrebe obrade podataka korišten je program JASP. Primjenjena je univarijatna i bivarijatna statistike. Od postupaka univarijatne statistike računati su postoci, aritmetičke sredine i standardne devijacije. Od postupaka bivarijatne statistike primjenjen je t-test za nezavisne uzorke kako bi se testirala razlika između dječaka i djevojčica kod samoprocjene kako korištenje digitalnih tehnologija utječe na kvalitetu prijateljskih odnosa i odnosa s članovima obitelji, kvalitetu provođenja slobodnog vremena, informiranost o trenutnim zbivanjima, učenje, zdravlje i kvalitetu života. Također, ispitala se i razlika između spolova u samoprocjeni problematičnosti količine vremena koju mladi ljudi provode online i zlostavljanja u mrežnom okruženju.

4. OBRADA I ANALIZA PODATAKA

Dva su temeljna pitanja putem kojeg se procjenjivao efekt korištenja digitalnih tehnologija kod učenika. Učenicima je postavljeno pitanje: *Koliko je sljedeće problematično u tvojoj generaciji?: Količina vremena koju mladi ljudi provode ONLINE i Zlostavljanje (cyberbullying) u ONLINE okruženju?*, a odgovarali su na ljestvici Likertovog tipa (od nimalo do izrazito).

Tablica frekvencija

Frekvencije

Količina vremena koju mladi ljudi provode ONLINE	Učestalost	Postotak
Nimalo	13	2.692
Malo	20	4.141
Osrednje	69	14.286
Dosta	183	37.888
Izrazito	189	39.130
Nedostaje	9	1.863
Sveukupno	483	100.000

Tablica 1: tablica frekvencija razine problematičnosti vremena koje mladi ljudi provode online

Dobiveni rezultati pokazuju kako čak 77% učenika sedmih razrade smatra kako je količina vremena koju provode online problematična (Tablica 1.) te više od pola (51%) učenika misli da je zlostavljanje u online okruženju *dosta* ili *izrazito* problematično u njihovoj generaciji (Tablica 2.). Pokazatelji jasno ukazuju kako su mladi ljudi poprilično svjesni problematike neumjerenog korištenja digitalne tehnologije.

Frekvencije

Zlostavljanje (cyberbullying) u ONLINE okruženju	Učestalost	Postotak
Nimalo	66	13.665
Malo	64	13.251
Osrednje	97	20.083
Dosta	116	24.017
Izrazito	128	26.501
Nedostaje	12	2.484
Sveukupno	483	100.000

Tablica 2: tablica frekvencija postotaka razine problematičnosti zlostavljanja u online okruženju

Primjenom t testa za nezavisne uzorke utvrđena je statistički značajna razlika na obje tvrdnje (Tablica 3.).

Deskriptivna statistika po grupama

	Grupa	N	M	SD	SE
Količina vremena koju mladi ljudi provode ONLINE	Muški	222	3.968	1.000	0.067
	Ženski	229	4.205	0.921	0.061

Tablica 4: opisna statistika po grupama

Utvrđena je razlike između stava dječaka i djevojčica ($t(449)=-2,618$, $p<0,01$), pritom djevojčice češće smatraju da je problematična količina vremena koju mladi provode online ($M=4,205$, $SD=0,921$), u odnosu na dječake ($M=3,968$, $SD=1$).

Deskriptivna statistika po grupama

	Grupa	N	M	SD	SE
Zlostavljanje u online okruženju (cyberbullying)	Muški	219	3.196	1.402	0.095
	Ženski	229	3.528	1.336	0.088

Tablica 5: opisna statistika po grupama

Kada govorimo o razlikama po spolu za pitanje o problematičnosti nasilja u online okruženju, također uočavamo kako djevojčice ($M= 3,528$, $SD=1,336$) više doživljavaju to kao problem od dječaka ($M=3,196$, $SD=1,402$).

Učenici su također na ljestvici Likertovog tipa (izrazito negativno, negativno, ni negativno ni pozitivno, pozitivno, izrazito pozitivno) trebali procijeniti kako njihovo korištenje digitalnih tehnologija utječe na kvalitetu prijateljskih odnosa, odnosa s članovima obitelji, kvalitetu provođenja slobodnog vremena, informiranost o trenutnim zbivanjima, učenje, zdravlje i kvalitetu života.

Kako bi utvrdili postoje li razlike po spolu po pitanju utjecaja korištenja digitalne tehnologije na različite dimenzije života učenika primjenjeni su t-testovi za nezavisne uzorke (Tablica 3.)

T test za nezavisne uzorke

	t	df	p
Kvalitetu prijateljskih odnosa	1.000	450	0.318

T test za nezavisne uzorke

	t	df	p
Kvalitetu odnosa s članovima obitelji	2.167	452	0.031
Kvalitetu provođenja slobodnog vremena	1.732	450	0.084
Tvoju informiranost o trenutnim zbivanjima	1.552	443	0.121
Tvoje učenje	1.550	448	0.122 ^a
Tvoje zdravlje	1.308	446	0.192
Kvalitetu tvog života	1.825	446	0.069 ^a
Količina vremena koju mladi ljudi provode ONLINE	-2.618	449	0.009
Zlostavljanje (cyberbullying) u ONLINE okruženju	-2.567	446	0.011

Tablica 3: t test za nezavisne uzorke

Note. Student's t-test.

Leveneov test je značajan ($p < 0.05$), što sugerira kršenje pretpostavke o jednakosti varijanci.

Rezultati su pokazali da je ,osim na ranije dvije tvrdnje ,statistički značajna razlika nađena na samo jednoj tvrdnji: *kvalitetu odnosa s članovima obitelji*. Dobiveni podaci ukazuju kako dječaci ($M=3,605$, $SD=0,998$) u prosjeku više smatraju pozitivnim utjecaj tehnologija na kvalitetu odnosa s članovima obitelji od djevojčica ($M=3,398$, $SD=1,037$) kod kojih je standardna devijacija veća, odnosno odgovori više variraju.

Tablica frekvencija

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu odnosa s članovima obitelji

spol	Kvaliteta odnosa s članovima obitelji	Učestalost	Postotak
Muški	Izrazito negativno	4	1.770
	Negativno	16	7.080
	Ni negativno ni pozitivno	100	44.248
	Pozitivno	47	20.796
	Izrazito pozitivno	56	24.779
	Nedostaje	3	1.327
	Sveukupno	226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	7	3.017
	Negativno	31	13.362
	Ni negativno ni pozitivno	100	43.103
	Pozitivno	49	21.121
	Izrazito pozitivno	44	18.966
	Nedostaje	1	0.431
	Sveukupno	232	100.000

Tablica 4: tablica frekvencija

U nastavku su prikazane tablice frekvencija s podjelom prema spolu na ostalim česticama, iako statistički značajnih razlika nema na ostalim tvrdnjama.

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu prijateljskih odnosa

spol	Kvaliteta prijateljskih odnosa	Učestalost	postotak
Muški	Izrazito negativno	1	0.442
	Negativno	5	2.212
	Ni negativno ni pozitivno	67	29.646
	Pozitivno	98	43.363
	Izrazito pozitivno	50	22.124
	Nedostaje	5	2.212
	Sveukupno	226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	3	1.293
	Negativno	6	2.586
	Ni negativno ni pozitivno	71	30.603
	Pozitivno	108	46.552
	Izrazito pozitivno	43	18.534
	Nedostaje	1	0.431
	Sveukupno	232	100.000

Tablica 5: tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu prijateljskih odnosa

Oko dvije trećine djevojčica i dječaka procjenjuje kako digitalne tehnologije *pozitivno i izrazito pozitivno* utječu na njihovu kvalitetu prijateljskih odnosa, dok oko 30% učenika ne vidi ni pozitivni ni negativni utjecaj digitalnih tehnologija na kvalitetu prijateljskih odnosa.

Tablica frekvencija

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu provođenja slobodnog vremena

spol	Kvaliteta provođenja slobodnog vremena	Učestalost	Postotak
Muški	Izrazito negativno	13	5.752
	Negativno	42	18.584
	Ni negativno ni pozitivno	70	30.973
	Pozitivno	68	30.088
	Izrazito pozitivno	28	12.389
	Nedostaje	5	2.212

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu provođenja slobodnog vremena

spol	Kvaliteta provođenja slobodnog vremena	Učestalost	Postotak
	Sveukupno	226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	17	7.328
	Negativno	58	25.000
	Ni negativno ni pozitivno	74	31.897
	Pozitivno	55	23.707
	Izrazito pozitivno	27	11.638
	Nedostaje	1	0.431
	Sveukupno	232	100.000

Tablica 6: tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu provođenja slobodnog vremena

Kod pitanja kako korištenje digitalnih tehnologija utječe na kvalitetu provođenja slobodnog vremena odgovori su slično raspoređeni. Čak 28% ispitanika smatra kako korištenje digitalnih tehnologija utječe ili *izrazito negativno* ili *negativno* na kvalitetu provođenja slobodnog vremena, dok 32% vjeruje kako ne utječe *ni negativno ni pozitivno*.

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na informiranost o trenutnim zbivanjima

spol	Tvoja informiranost o trenutnim zbivanjima	Učestalost	Postotak
Muški	Izrazito negativno	6	2.655
	Negativno	11	4.867
	Ni negativno ni pozitivno	75	33.186
	Pozitivno	79	34.956
	Izrazito pozitivno	48	21.239
	Nedostaje	7	3.097
	Sveukupno	226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	7	3.017
	Negativno	25	10.776
	Ni negativno ni pozitivno	59	25.431
	Pozitivno	106	45.690
	Izrazito pozitivno	29	12.500
	Nedostaje	6	2.586
	Sveukupno	232	100.000

Tablica 7: tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na informiranost o trenutnim zbivanjima

58,2% djevojčica smatra kako digitalne tehnologije *pozitivno i izrazito pozitivno* utječu na njihovu informiranost o trenutnim zbivanjima kao i 56,2% učenika. Zanimljivo da je čak trećina dječaka ne vidi ni negativni ni pozitivni utjecaj, dok se istom stavu priklonulo 25,43%.

Tablica frekvencija

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na učenje

spol	Tvoje učenje	Učestalost	Postotak
Muški	Izrazito negativno	14	6.195
	Negativno	54	23.894
	Ni negativno ni pozitivno	89	39.381
	Pozitivno	54	23.894
	Izrazito pozitivno	11	4.867
	Nedostaje	4	1.770
	Sveukupno	226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	33	14.224
	Negativno	59	25.431
	Ni negativno ni pozitivno	75	32.328
	Pozitivno	39	16.810
	Izrazito pozitivno	22	9.483
	Nedostaje	4	1.724
	Sveukupno	232	100.000

Tablica 8: tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na učenje

Pitanje koje najviše rezultira odgovorima iz negativnog raspona je vezano za kvalitetu učenja. Sa odgovorom *izrazito negativno i negativno* odgovorilo je čak 39,7% učenica i 30% učenika. Manje od 5% ispitanih učenika smatra kako korištenje digitalnih tehnologija utječe *izrazito pozitivno* na njihovo učenje, istovremeno 9.5% djevojčica.

Tablica frekvencija

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na zdravlje

Tvoje zdravlje	Učestalost	Postotak
Izrazito negativno	25	5.176

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na zdravlje

Tvoje zdravlje	Učestalost	Postotak
Negativno	78	16.149
Ni negativno ni pozitivno	200	41.408
Pozitivno	90	18.634
Izrazito pozitivno	78	16.149
Nedostaje	12	2.484
Sveukupno	483	100.000

Tablica 9: tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na zdravlje

Kod procjene utjecaja digitalnih tehnologija na zdravlje, gotovo polovica učenika, odnosno 41,4% smatra da korištenje digitalnih tehnologija nema ni *negativnog ni pozitivnog* utjecaja, a više od petine smatra da ima *negativan* ili *izrazito negativan* utjecaj.

Tablica frekvencija

Frekvencije za razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu života

spol	Kvaliteta života	Učestalost	Postotak
Muški	Izrazito negativno	12	5.310
	Negativno	24	10.619
	Ni negativno ni pozitivno	86	38.053
	Pozitivno	49	21.681
	Izrazito pozitivno	51	22.566
	Nedostaje	4	1.770
Sveukupno		226	100.000
Ženski	Izrazito negativno	14	6.034
	Negativno	26	11.207
	Ni negativno ni pozitivno	97	41.810
	Pozitivno	61	26.293
	Izrazito pozitivno	28	12.069
	Nedostaje	6	2.586
Sveukupno		232	100.000

Tablica 10. tablica frekvencija razine zadovoljstva utjecajem digitalnih tehnologija na kvalitetu života

Slična raspodjela je i kod procjene utjecaja digitalnih tehnologija na kvalitetu njihova života gdje 44,2% učenika i 38,4% učenica procjenjuje da je utjecaj pozitivan ili izrazito pozitivan. Nije nezanemariv ni postotak učenika koji procjenjuju da je taj utjecaj negativan, postotak se kreće od 16% za dječake i 17,2%.

5. RASPRAVA

Razvoj digitalnih tehnologija i njihova ukorijenjenost u današnjem društvu svakako postavljaju pitanje kako to utječe na život ljudi, način komunikacije i učenje. Kao što je napomenuto, istraživanje provedeno među djecom osnovnih škola u Rijeci nudi određene informacije o stavovima djece prema digitalnim tehnologijama. Prema dobivenim rezultatima uočava se svjesnost djece o problematici pretjeranog korištenja digitalnih tehnologija, kao i nasilju u mrežnom okruženju. Također, ovo istraživanje otvara prostor za daljnja istraživanja u području mrežnog nasilja i problematike pretjerane upotrebe digitalnih tehnologija.

Zanimljivo je primijetiti da rezultati, u većini slučajeva, ne pokazuju varijacije u stavovima učenika prema digitalnim tehnologijama ovisno o spolu, osim na jednoj varijabli. Na temelju dobivenih rezultata može se uočiti razlika u odgovorima za utjecaj korištenja digitalnih tehnologija na kvalitetu odnosa u obitelji. Samim tim, odbacuje se druga hipoteza jer dječaci u prosjeku više smatraju pozitivnim utjecaj tehnologija na kvalitetu odnosa s članovima obitelji od djevojčica.

Rezultati istraživanja (Marić Jurišin 2010, prema Marić Jurišin i Kostović, 2016) koje je prevedeno u završnom razredu osnovne škole i završnom razredu gimnazije pokazali kako su djevojčice pokazale veći stupanj emocionalne pismenosti i mogućnost veće diferencijacije emocija. Prema Nolleru (1986), razlike između prepoznavanja facijalnih ekspresija, u kojima su djevojčice pokazale bolje rezultate, istraživači povezuju s većim stupnjem empatije i ekspresivnosti kod djevojčica te njihovom većom zainteresiranost za emocionalni život uopće (Malkić – Aličković, 2017) pa je to moguće objašnjenje nalaza ovog istraživanja gdje su djevojčice iskazale veću razinu zabrinutosti utjecaja digitalnih tehnologija na njihovu generaciju. Naime, varijable u kojima se uočava razlika na temelju spola ispitanika su pitanja o samoprocjeni problematičnosti zlostavljanja u mrežnom okruženju i količina vremena koju mladi ljudi provode online. Prema dobivenim rezultatima primjećuje se kako djevojčice u većoj mjeri iskazuju oprez za ovu tematiku pa se prva hipoteza odbacuje.

6. ZAKLJUČAK

Prema provedenom istraživanju rezultati pokazuju kako su mladi svjesni problematike pretjeranog korištenja digitalne tehnologije, no to ne osporava činjenicu da ju svakodnevno koriste i da smatraju kako im služi kao pomoć i motivacija u nastavi (Kojčić, 2012). Isto tako provedeno istraživanje pokazuje stavove učenika sedmih razreda kako korištenje digitalne tehnologije većinski ne utječe ni pozitivno ni negativno u svakodnevnom životu pa tako ni na njihovo zdravlje. S druge strane, smatraju da je digitalna tehnologija vrlo koristan alat u informiranju o trenutnim zbivanjima te u održavanju i kvaliteti prijateljskih odnosa. To možemo povezati sa hipotezom kako je mladima lakše uspostaviti prvi kontakt preko društvenih mreža, nego uživo, a isto tako i održavanje odnosa i komunikacija je preko interneta puno lakša i brža. Uz pozitivne strane interneta, postoji i nekoliko negativnih strana, a to je prije svega problematičnost pretjeranog korištenja te zlostavljanja u online okruženju. Ovo istraživanje otvara vrata novim mogućim istraživanjima vezanim uz kvalitetu korištenja interneta i društvenih mreža te digitalne tehnologije općenito. Digitalna tehnologija može biti moćan alat za podršku mentalnom zdravlju ako se koristi promišljeno i odgovorno.

Digitalna tehnologija sama po sebi nije ni dobra ni loša već način na koji je koristimo određuje njezin utjecaj na naše živote. Integracija digitalne komunikacije s tradicionalnim načinima interakcije može pružiti najbolji ishod, omogućujući nam da iskoristimo prednosti obje vrste komunikacije. Iako nosi rizike, pravilno korištenje može značajno unaprijediti pristup informacijama, terapiji i podršci. Ključ je u pronalaženju balansa i razvijanju zdravih navika koje će omogućiti da koristimo tehnologiju na način koji podržava naše mentalno blagostanje. Isto tako, bitno je i edukacija i podizanje svijesti o odgovornoj upotrebi interneta. Ljudi, a posebice mladi trebali bi biti svjesni rizika koje Internet i digitalne tehnologije donose, kao na primjer online zlostavljanje. Također, kako je preko interneta prenošenje poruka svedeno samo na verbalni način, mnoge poruke mogu biti krivo protumačene zbog toga što nismo u mogućnosti vidjeti i osjetiti govor tijela druge osobe. Sve to bitno je savladati zato što je danas online komunikacija postala sastavni dio našeg života jer omogućava komuniciranje s ostalima iz komfora vlastitog doma te isto tako gotovo pa sve informacije možemo naći na internetu te je bitno znati kako se njime služiti u kvalitetne i pozitivne svrhe. Kako bi djeca odrastala u pozitivnom digitalnom okruženju važno je digitalno ih opismeniti te učiti ih kritičkom mišljenju, odnosno poticati ga kod djece kako bi sama postala svjesna okruženja i kako bi bili u stanju samostalno procjenjivati. Isto tako, što se tiče okruženja u kojem djeca odrastaju i odgajatelja, važno je senzibilizirati ih i educirati kako bi prenijeli to na djecu.

Digitalne tehnologije imaju dubok i složen utjecaj na mlade. Dok im pružaju nevjerojatne mogućnosti za učenje i povezivanje, također donose rizike za njihovo fizičko i mentalno zdravlje. Kroz edukaciju, podršku i promicanje odgovorne upotrebe tehnologije, moguće je osigurati da mladi iskoriste sve prednosti digitalne ere, a istovremeno se zaštite od njezinih negativnih posljedica.

PRILOG

ANKETNI UPITNIK O ZDRAVSTVENOM ODGOJU I OBRAZOVANJU²

Dragi učenice/učenice!

Pred tobom se nalazi anketni upitnik koji obuhvaća teme zdravlja, zdrave prehrane, tjelesne aktivnosti, digitalne tehnologije i spolne edukacije. Važni su nam tvoji odgovori jer će upravo oni pomoći u osmišljavanju sadržaja “Zdravstvenog odgoja i obrazovanja”, izvannastavne aktivnosti koja će se uskoro provoditi u školama.

Anketni upitnik je u potpunosti anoniman i nitko neće saznati tvoje odgovore. Ni na kojem mjestu ne trebaš napisati svoje ime i prezime. Tvoje sudjelovanje u istraživanju je u dobrovoljno, stoga možeš u bilo kojem trenutku odustati od sudjelovanja.

<i>Molimo te procijeni kako tvoje korištenje digitalnih tehnologija utječe na sljedeće:</i>	Izrazito negativno	Negativno	Ni negativno ni pozitivno	Pozitivno	Izrazito pozitivno
Kvalitetu prijateljskih odnosa	1	2	3	4	5
Kvalitetu odnosa s članovima obitelji	1	2	3	4	5
Kvalitetu provođenja slobodnog vremena	1	2	3	4	5
Tvoju informiranost o trenutnim zbivanjima	1	2	3	4	5
Tvoje učenje	1	2	3	4	5
Tvoje zdravlje	1	2	3	4	5
Kvalitetu tvog života	1	2	3	4	5

<i>Koliko je sljedeće problematično u tvojoj generaciji?</i>	Nimalo	Malo	Osrednje	Dosta	Izrazito
Količina vremena koju mladi ljudi provode ONLINE	1	2	3	4	5
Zlostavljanje (cyberbullying) u ONLINE okruženju	1	2	3	4	5

² Dio anketnog upitnika na temelju kojeg su obrađeni gore navedeni podaci

LITERATURA

1. Balarin F. Pristup psihičkim poremećajima djece i mladih. Dostupno na: https://nzjz-split.hr/wp-content/uploads/2021/05/pristup_psih_poremecajima_djece_mladih-1.pdf (pristupljeno 18.06.2024.)
2. Bilić, V., & Ljubin Golub, T. (2011). Patološko igranje videoigara: uloga spola, samopoštovanja i edukacijske sredine. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 47(2), 1-13.
3. BRAJŠA-ŽGANEC, A. & SLUNJSKI, E. (2007). Socio-Emotional Development in Pre-School Children: A Correlation between Understanding Emotions and Prosocial Behaviour. *Društvena istraživanja*, 16 (3 (89)), 0-0. Retrieved from <https://hrcak.srce.hr/19080>
4. Car, S. (2010). Online komunikacija i socijalni odnosi učenika. *Pedagogijska istraživanja*, 7(2), 281-289.
5. Carević, N., Mihalić, M., & Sklepić, M. (2014). Ovisnost o internetu među srednjoškolcima. *Socijalna politika i socijalni rad*, 2(1), 64-81.
6. Globokar, R. (2018). Impact of digital media on emotional, social and moral development of children. *Nova prisutnost*, XVI (3), 545-559. <https://doi.org/10.31192/np.16.3.8>
7. Jurman, J., Boričević Maršanić, V., Paradžik, L., Karapetrić Bolfan, L., & Javornik, S. (2017). Ovisnost o internetu i video igrama. *Socijalna psihijatrija*, 45(1), 36-42.
8. Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International journal of adolescence and youth*, 25(1), 79-93.
9. Kojčić, Z. (2012). Upotreba mobilnih tehnologija u nastavi. *Metodički ogledi: časopis za filozofiju odgoja*, 19(2), 101-109.
10. Kosić, S. (2010). Online društvene mreže i društveno umrežavanje kod učenika osnovne škole: navike Facebook generacije. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 56(24), 103-125.

11. Lagator, I. (2017). *Odnos roditeljskog nadzora i ponašanja na internetu* (Doctoral dissertation, Josip Juraj Strossmayer University of Osijek. Faculty of Humanities and Social Sciences. Department of Psychology).
12. Maloča, M. (2023). Povezanost upotrebe digitalnih tehnologija s razvojem receptivnog rječnika djece rane i predškolske dobi (Diplomski rad). Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet. Preuzeto s <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:189:032086>
13. Markić, I. (2010). Socijalna komunikacija među učenicima. *Pedagoški istraživanja*, 7(2), 307-315.
14. McCrae, N., Gettings, S., & Purssell, E. (2017). Social media and depressive symptoms in childhood and adolescence: A systematic review. *Adolescent Research Review*, 2, 315-330.
15. Nowland, R., Necka, E. & Cacioppo, J. T. (2017). Loneliness and social internet use: Pathways to reconnection in a digital world? *Perspectives in Psychological Science*, 13, 70-87
16. Puharić, Z., Meter, I., Puharić, F., & Lauš, D. (2023). Ovisnost o internetu—jesmo li u opasnosti?. *Policija i sigurnost*, 32(1/2023.), 50-62.
17. Rafla, M., Carson, N. J., & DeJong, S. M. (2014). Adolescents and the internet: what mental health clinicians need to know. *Current psychiatry reports*, 16, 1-10.
18. Rezić, L. (2006). Emocionalni razvoj djeteta-Kako pomoći djetetu da se snađe s onim što se događa u njemu i oko njega?. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 12(45), 7-9.
19. Singh, A. K., & Singh, P. K. (2019). Recent trends, current research in cyberpsychology: a literature review. *Library Philosophy and Practice*, NA-NA.
20. Šikanić-Dugić, N., & Pustišek, N. (2021). Pubertet: spolno odrastanje i zdravlje kože: vodič za djevojčice i djevojke.
21. Yamamoto, J., & Ananou, S. (2015). Humanity in Digital Age: Cognitive, Social, Emotional, and Ethical Implications. *Contemporary Educational Technology*, 6(1), 1-18.
22. Yao, M. Z., & Zhong, Z. J. (2014). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 30, 164-170.

23. Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). 'Internet addiction': a critical review. *International Journal of mental health and Addiction*, 4, 31-51.
24. Üneri, Ö. Ş., & Tanıdır, C. (2011). Evaluation of internet addiction in a group of high school students: a cross-sectional study. *Dusunen Adam Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24(4), 265.