


10 pitanja i odgovora koje svaki roditelj želi znati.

U digitalnom dobu, roditeljstvo dolazi s novim izazovima. Kako postaviti granice, zaštititi dijete i ostati u toku s tehnologijom? Samo su neka od pitanja. Za Vas smo izdvojili 10 najčešćih pitanja s odgovorima koji vam mogu pomoći.

1. Kako postaviti granice, a da dijete ne osjeća da mu nešto zabranjujem?

Znam koliko može biti teško kada dijete uporno traži "još samo pet minuta". Ključ je u tome da granice budu jasne, dosljedne i dogovorene s djetetom.

- ✓ **Postavite pravila zajedno** – na primjer, "Ekрани su isključeni sat vremena prije spavanja".
- ✓ **Dajte djetetu izbor unutar granica** – može birati hoće li igrati igricu ili gledati crtić, ali vrijeme je ograničeno.
- ✓ **Objasnite razloge** – "Ne želim da navečer gledaš ekran jer ti to može otežati spavanje."


 **Savjet iz iskustva:** Kad smo zamijenili "Ne možeš više igrati" s "Što želiš učiniti prije nego što završi tvoje vrijeme za igranje?", prigovaranja je bilo manje.

#DSI2025

2. Kako djetetu objasniti da internet nije uvijek sigurno mjesto?

Djeca često vjeruju svemu što vide online. Važno ih je naučiti da budu oprezni, ali bez stvaranja straha.


- ✓ **Koristite primjere iz stvarnog života** – "Kao što ne pričamo sa strancima na ulici, ne razgovaramo ni s nepoznatima online."
- ✓ **Pitajte ih što misle** – "Kako bi znao je li neka vijest lažna?"
- ✓ **Ohrabrite ih da vam dođu ako nešto nije u redu** – umjesto kazne, ponudite podršku.

 **Što je upalilo kod nas:** Moje dijete je mislilo da su svi na internetu iskreni, pa smo zajedno gledali lažne vijesti i analizirali ih.

3. Moje dijete želi društvene mreže, ali mislim da je prerano. Što učiniti?

Mnogi roditelji čuju: "Ali svi moji prijatelji imaju Instagram!"




- ✓ **Provjerite minimalnu dobnu granicu** – većina društvenih mreža dopušta pristup tek od 13 godina.
- ✓ **Odgodite pristup, ali ponudite alternativu** – obiteljski profil gdje vi nadgledate aktivnosti.
- ✓ **Objasnite rizike** – od cyberbullyinga do dijeljenja privatnih podataka.



 **Iskustvo iz obitelji:** Kad je kći tražila TikTok, dogovorili smo da ga smije koristiti samo na obiteljskom tabletu uz moje prisustvo. Nakon nekoliko tjedana, izgubila je interes.

#DSI2025

4. Kako prepoznati da je moje dijete možda žrtva cyberbullyinga?

Djeca ne govore uvijek kad ih netko uznemirava online.
Obratite pažnju na:




-  **Povlačenje u sebe i nagle promjene raspoloženja.**
-  **Izbjegavanje interneta ili brisanje profila.**
-  **Tajnovitost o tome s kim komuniciraju.**


-  **Pitajte otvoreno, ali nježno** – "Jesi li primijetio da te netko ismijava online?"
-  **Osnažite ih da znaju da nisu sami** – razgovarajte o primjerima kako drugi rješavaju takve situacije.

 **Što smo naučili:** Kada smo u obitelji otvoreno pričali o cyberbullyingu, moje dijete je počelo dijeliti i manje neugodne situacije iz online svijeta.

5. Kako kontrolirati sadržaj koji dijete gleda, a da se ne osjećam kao policajac?

Nema roditelja koji nije zatekao dijete kako gleda nešto neprimjereno.

-  **Postavite roditeljske kontrole** – aplikacije poput Google Family Link pomažu filtrirati sadržaj.
-  **Pratite zajedno** – pokazujte interes za to što gledaju.
-  **Razgovarajte o tome što je prikladno** – bolje nego samo zabraniti.

 **Što je pomoglo kod nas:** Umjesto "Ne smiješ to gledati", pitala sam "Što ti se sviđa u tome?". Nakon razgovora, često su sami shvatili da nije primjereno.

#DSI2025

6. Koliko vremena pred ekranom je previše?

Preporuke kažu:



2-5 godina – do 1 sata dnevno.



6-12 godina – do 2 sata dnevno, uz balansirane aktivnosti.



13+ godina – ovisno o potrebama, ali uz pravila.

- ✓ **Više kvalitete, manje kvantitete** – radije sat vremena edukativnog sadržaja nego dva sata besciljnog skrolanja.
- ✓ **Uvedite digitalni detoks** – vrijeme bez ekrana prije spavanja.



Kako smo smanjili vrijeme pred ekranom: Dogovorili smo "dane bez ekrana", ali smo im zauzvrat nudili zanimljive alternative.

7. Kako uključiti baku i djeda u digitalna pravila?

Baka i djed vole ugađati unucima, ali važno je da i oni poštuju obiteljska pravila.

- ✓ **Objasnite im pravila na pozitivan način.**
- ✓ **Uključite ih u zajedničke aktivnosti offline.**
- ✓ **Dajte im alternativne ideje – društvene igre, priče, šetnje.**




Što je pomoglo kod nas: Umjesto "Nemojte mu davati mobitel", rekli smo "Baš voli kad mu pričate priče iz svog djetinjstva".

#DSI2025

8. Kako naučiti dijete da prepozna lažne informacije na internetu?

Djeca često vjeruju svemu što vide online.

- ✓ Objasnite im pravila na pozitivan način.
- ✓ Uključite ih u zajedničke aktivnosti offline.
- ✓ Dajte im alternativne ideje – društvene igre, priče, šetnje.

 **Primjer iz prakse:** Kad je sin rekao da je čuo da psi mogu pričati ako im se da posebna hrana, zajedno smo pretražili internet i razotkrili mit.

9. Kako postati digitalni uzor vlastitom djetetu?

Ako želimo da dijete ne bude stalno na ekranu, moramo i mi smanjiti svoje vrijeme.

- ✓ Ostavite mobitel po strani za vrijeme obiteljskih obroka.
- ✓ Uključite se u aktivnosti bez ekrana zajedno s djecom.
- ✓ Govorite o prednostima i opasnostima tehnologije.

 **Što je promijenilo situaciju:** Kad sam smanjila vrijeme na telefonu, i djeca su prirodno manje tražila ekran.

#DSI2025

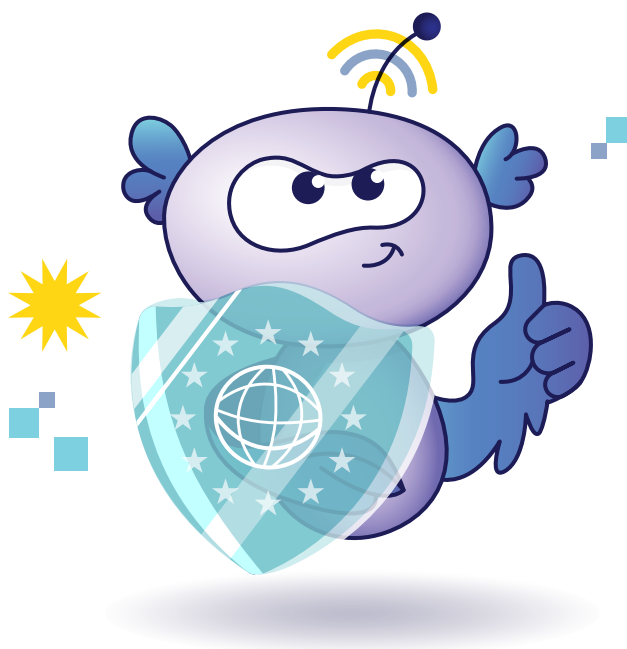
10. Kako internet može biti saveznik u učenju i razvoju?

Internet nije samo prijetnja – može biti i sjajan alat za učenje.

- ✓ Istražujte edukativne aplikacije i sadržaje.
- ✓ Potaknite kreativno korištenje tehnologije – programiranje, dizajn, glazba.
- ✓ Neka internet bude alat, a ne zabava bez kontrole.

 **Što smo otkrili:** Kad su djeca dobila priliku koristiti tehnologiju za nešto kreativno (izrada stripova, snimanje vlastitih priča), manje su trošila vrijeme na besciljno gledanje videa.

Materijal je pripremljen u suradnji s volonterkama Centra za sigurniji internet, Teom i Gordanom – mama koje se trude aktivno raditi na zaštiti svoje i djece širom svijeta po pitanju sigurnosti na internetu.



#DSI2025