

Uticaj interneta na decu

Seminarski rad u okviru kursa
Metodologija stručnog i naučnog rada
Matematički fakultet

Miodrag Todorović, Marija Čulić, Jovana Đurović, Luka Radenković
mi231037@alas.matf.bg.ac.rs, mi231035@alas.matf.bg.ac.rs, jovana.djurovich@gmail.com,
mi231042@alas.matf.bg.ac.rs

17. decembar 2023.

Sažetak

Kao i sve moderne tehnologije, internet ima svojih dobrih i loših strana. U ovom radu ćemo se pozabaviti načinom na koji deca koriste internet, kao i kako samo korišćenje interneta utiče na njihov emocionalni i fizički razvoj. Takođe, jedna od ključnih tačaka biće i to kako deca, kroz sve sadržaje koji su im dostupni na internetu formiraju svoju ličnost. Na kraju ćemo se pozabaviti ličnim iskustvima i stavovima vezanim za prethodno navedena pitanja i za to kako bismo mi pokušali da rešimo i smanjimo negativne uticaje interneta na razvoj dece.

Sadržaj

1	Uvod	2
2	Pozitivni uticaji interneta na decu	2
3	Negativni uticaji interneta na decu	3
4	Uticaj interneta na formiranje ličnosti i društvenih normi	4
5	Lično mišljenje vezano za negativne uticaje korišćenja interneta i formiranja ličnosti i društvenih normi	6
6	Uticaj interneta na našu generaciju	8
7	Zaključak	9
	Literatura	9

1 Uvod

Internet je za kratko vreme postao nezamenljivi deo svakodnevnog života. Pojava interneta je vremenom svakoj osobi na neki način uticala na život, menjala navike, nametnula novi sistem vrednosti, uvela nove vidove komunikacije i informisanja i stvorila platformu na kojoj se nadmeću ideje i kreativnost.

Koliko je tehnologija za kratko vreme postala sastavni deo svačijeg života govori činjenica da i najmoćnije vojske sveta potpuno funkcionišu preko „dži-pi-esa“. Njihovi generali putem satelita i kamera na terenu jednostavno nadziru vojne akcije, baš kao u mnogim strateškim kompjuterskim igrama. Pojavom interneta ljudi počinju manje da pamte stvari jer je „Gugl“ uvek tu i za traženi pojam nam daje hiljade podataka.

Takođe, tokom vožnje se sve ređe prate saobraćajni znaci i putokazi, jer je prisutna elektronska navigacija kojoj ljudi počinju da veruju više nego svojim očima. Nema sumnje da su internet i nove tehnologije doneli mnoge pogodnosti, ali sa sobom oni nose i skrivene opasnosti. Upravo iz tog razloga, u daljem tekstu će biti priče o pozitivnim ali i o negativnim uticajima interneta na decu. Posebna pažnja se posvećuje tome kako internet utiče na formiranje ličnosti i društvenih normi. U vidu grafikona će biti predstavljeno kako internet utiče na samopovređivanje i suicidalno ponašanje grupa ispitanika. Na kraju priče će biti reči o tome koje je naše lično mišljenje o navedenim temama i kakav uticaj je internet imao na našu generaciju.

2 Pozitivni uticaji interneta na decu

Postoje mnogi benefiti koje internet može da pruži deci. Kako internet pruža pristup obimnom resursu informacija, omogućava deci pristup edukativnim materijalima, onlajn kursevima i tutorijalima, smatra se da je jedan od glavnih pozitivnih uticaja interneta na decu - obrazovanje. Zbog velike količine informativnog sadržaja i dostupnosti širokog spektra znanja, internet podstiče decu na čitanje, pisanje i kritičko razmišljanje. Takođe, postoji mogućnost pojačavanja stepena samoizražavanja ukoliko se deca uključe u debate na internet stranicama ili kreiraju sadržaj.

Razvoj veština predstavlja još jedan pozitivan uticaj interneta na decu. Naime, deca razvijaju različite veštine, uključujući digitalnu pismenost, istraživačke veštine, kreativnost i rešavanje problema kroz interakciju s onlajn sadržajem. Primera radi, mnoga deca koriste internet u cilju gledanja tutorijala na YouTube-u ili koristeći onlajn aplikacije koje pomažu pri savladavanju sviranja nekog muzičkog instrumenta. Pored toga, internet se koristi za posećivanje raznih besplatnih onlajn radionica iz najrazličitijih oblasti.

Najveći broj dece koristi internet za zabavu, odnosno najčešće igranje kompjuterskih igara.[1] Pozitivna strana toga odnosi se na pomoć detetu pri pravljenu jednostavnih izbora (npr. odabir lika ili pozadine za sliku) i kreativnih odluka. Što igre ili aplikacije nude više interakcije, više pomažu deci da efikasnije uče. Avatari i igre mogu da pruže starijoj deci i

tinejdžerima priliku da razvijaju identitet i empatiju pružajući im mogućnost da isprobaju različite fizičke i psihološke karakteristike.

Ono što se takođe smatra benefitom interneta je globalno povezivanje. Naime, internet omogućava deci da komuniciraju s vršnjacima širom sveta, što proširuje njihovu perspektivu, razumevanje različitih kultura i podstiče međunarodnu saradnju. Vrlo bitan faktor je razvoj socijalnih veština. Kroz onlajn igre, društvene mreže i interaktivne platforme, deca mogu razviti socijalne veštine i izgraditi prijateljstva.

Vreme provedeno na internetu nije nužno pokazatelj problematične upotrebe. Od količine vremena, mnogo je važniji kvalitet vremena, odnosno vrsta aktivnosti na internetu. Prema nalazima istraživanja sprovedenih na nacionalnom uzorku, učenici internet koriste uglavnom za zabavu (gledanje video-klipova i slušanje muzike), komunikaciju sa porodicom i prijateljima, igranje video-igara i društvene mreže. [4]

3 Negativni uticaji interneta na decu

Svi prethodno navedeni pozitivni uticaji interneta na decu gube smisao ukoliko sadržaj koji se konzumira nije kvalitetan, kao i ukoliko je vreme provedeno na internetu veće od prihvatljivog broja sati. Glavni negativni uticaj interneta na decu je na emocionalni i mentalni razvoj, odnosno psihički razvoj dece na koji utiče nasilni i neprikladni sadržaj na internetu.

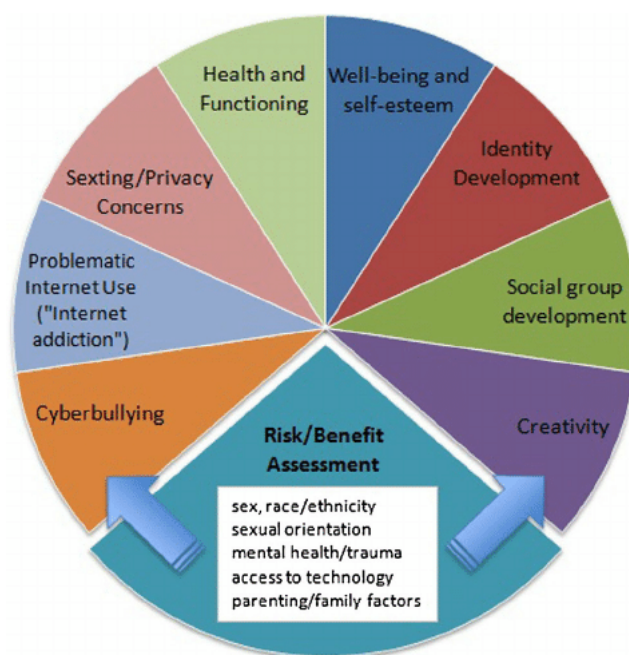
Takođe, internet ima negativne uticaje na decu preko nepouzdanosti informacija. Deca mogu biti izložena netačnim informacijama tj. dezinformacijama na internetu, što može uticati na njihovo kritičko razmišljanje i sposobnost razlikovanja istine od laži. Kako se na društvenim mrežama uglavnom plasiraju luksuz, bogatstvo i savršena lepota (a ređe prave vrednosti), deca stiču pogrešnu sliku odnosno veruju da je sve što vide na internetu realnost. Konstantnim korišćenjem društvenih mreža deca želeći da preslikaju takav stil života mogu vremenom zapasti u ozbiljnu psihičku krizu, koja kasnije može izazvati nezadovoljstvo, bes, frustraciju, opsesiju, i na kraju se ta težnja za nedostižnim može završiti depresivnim stanjem. Poznato je da deca do određenog uzrasnog doba nemaju izgrađen identitet i da im je potrebno da se sa nekim identifikuju. Ako je taj model pogrešan, posledice mogu biti velike.

Privatnost i sigurnost podataka dece na internetu je vrlo bitna tema. Preko kontakta sa nepoznatim osobama ili objavljene lokacije deteta na društvenim mrežama, nepoznate osobe mogu ući u trag detetu, a da ono nije ni svesno toga. Takođe, neke društvene mreže imaju podrazumevano obavezno prihvatanje deljenja geolokacije prilikom prijavljivanja, pa samim tim olakšavaju cyber napade. Preko tih ali i mnogih drugih situacija, može doći do ugrožavanja odnosno gubitka privatnosti.

Uznemirujuća iskustva i vršnjačko nasilje na internetu su česte pojave kod dece. U takvim situacijama, dešava se da dete ne želi ni sa kim da priča o svom problemu što takođe negativno utiče na mentalni razvoj. U

Evropi, digitalno vršnjačko nasilje doživelo je 16% učenika, dok je 15% doživelo nasilje u interakciji uživo. [7]

Prekomerna upotreba interneta može dovesti do zavisnosti, s negativnim uticajem na mentalno ali i fizičko zdravlje (npr. smanjena fizička aktivnost, pokretljivost, gojaznost, oštećenje vida, skolioza kičme, poremećaji spavanja itd.)



Slika 1: Rizici i prednosti korišćenja interneta od strane adolescenata

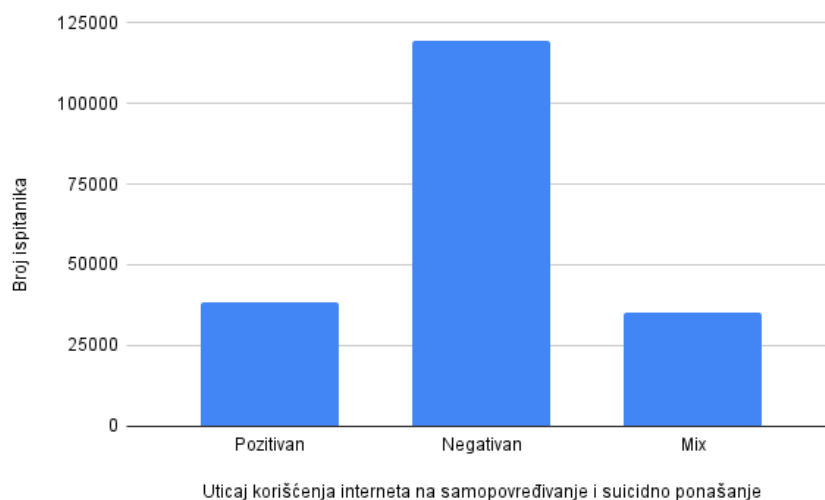
4 Uticaj interneta na formiranje ličnosti i društvenih normi

Internet ima značajan uticaj na formiranje ličnosti i društvenih normi na više nivoa, kao što je i ilustrovano na slici 1. Neki od ključnih aspekata života gde se primećuje značajan uticaj interneta su sama prisutnost pojedinca na društvenim mrežama, internet kultura i subkultura, društveni aktivizam, informisanost i obrazovanje, kritika i samoregulacija pojedinca, kao i mnogi drugi.

Društvene mreže nam omogućavaju slobodu izražavanja naše ličnosti kroz profil, deljenje sadržaja i aktivnu komunikaciju sa ostalim korisnicima na internetu. Putem slika, statusa i međusobnih interakcija, formira se digitalna slika o pojedincu, koja dosta može uticati na samo psihičko stanje pojedinca, kao i na sliku koju je pojedinac izgradio o sebi, pod uticajem društvenih mreža.

Prema istraživanju iz 2017, izloženost ekranskim medijima dovodi do gojaznosti kod dece i adolescenata usled povećane ishrane tokom gledanja, kao i do konzumiranja visokokalorične hrane i pića, koja imaju nizak sadržaj hranjivih materija. Posledice izloženosti ekranskim medijumima su primetne i kod dužine trajanja sna kod ispitanika, kao i kod izbora hrane pri kupovini i preferencama dece ka hrani koja je bila promovisana i prikazana kroz ekranske medijume [6].

Koliko je veliki uticaj korišćenja interneta na formiranje ličnosti, nam pokazuje i istraživanje koje se bavilo izučavanjem odnosa korišćenja interneta i samopovređivanja i suicidalnog ponašanja mladih osoba [5]. Istraživanje se fokusiralo na širok spektar internet medija, kao što su društvene mreže, generalna upotreba interneta, namenske veb stranice za samopovređivanje, forumi, blogovi, sajtovi za onlajn terapije... . Zaključak istraživanja je da postoji veliki potencijal da korišćenje interneta može izazvati neželjeno ponašanje i loše psihičko stanje kod pojedinca (eng. *normalisation, triggering, competition, contagion*), ali i značajan potencijal da se iskoriste prednosti interneta (pružanje terapije, smanjenje društvene izolacije i osećaja samoće, podrška u psihičkoj krizi), kao što se može primetiti na grafikonu 2.



Slika 2: Grafikon

Istraživanje koje je imalo za cilj da istraži kako je upotreba društvenih medija povezana sa nezadovoljstvom tela ispitanika i da li bi idealna internalizacija ispitanika ublažila ili povećala nezadovoljstvo ispitanika nakon upoređivanja sa drugim korisnicima društvenih mreža [10], dalo je očekivane rezultate. Upotreba društvenih mreža i idealna internalizacija

bili su u pozitivnoj korelaciji sa nezadovoljstvom tela kod oba ispitana pola.

Koliko internet zapravo nesvesno utiče na naša očekivanja i razmišljanja, pokazalo je sledeće istraživanje [2]. Kako je internet postao sve popularniji izvor informacija o zdravstvenoj zaštiti, a kako su istraživanja pokazala da čak 85% lekara primeti da pacijenti sve češće donose informacije sa interneta u ordinaciju [8], nešto se moralo preduzeti. Čini se da većina lekara zadržava neutralan stav prema informacijama koje pacijenti donose, čak i ako su one neprikladne ili netačne. Kako bismo proučili uticaj korišćenja interneta na ishod operacija za popravku ingvinalne kile i opšte zadovoljstvo pacijenata, sprovedeno je ovo istraživanje.

Pacijentima koji su tražili konsultaciju zbog kile, dodeljena su tri unapred odabrana internet sajta, s instrukcijom da ih pročitaju pre prvog hirurškog pregleda. Rezultati su pokazali da je 79,4% pacijenata iz grupe koja je koristila internet izvestilo o vrlo visokom nivou zadovoljstva nakon operacije, u poređenju sa 45,5% u kontrolnoj grupi. Kada su pitani da li su njihova očekivanja ispunjena tokom celog procesa, 74% pacijenata iz internet grupe je odgovorilo sa "veoma da", dok je to isto izjavilo samo 30 u kontrolnoj grupi.

Ovi podaci nam sugerišu da bi lekarima bilo korisno da preporučuju pacijentima sajtove o zdravlju gde su informacije pouzdane i da ih usmeravaju ka direktnim izvorima pouzdanih informacija.

Tabela 1: Rezultati sprovedenih studija o uticaju internet nasilja na samopovređivanje dece [3].

broj naučnih članaka	broj nezavisnih studija
33	26
broj dece/negativan uticaj	broj dece/nema uticaj
159 910	5646

5 Lično mišljenje vezano za negativne uticaje korišćenja interneta i formiranja ličnosti i društvenih normi

Iako smo već analizirali potencijalne negativne strane uticaja interneta na decu, želimo se dodatno fokusirati na ključne tačke i dodati lično iskustvo i mišljenje o ovoj temi.

Jedan od ključnih izazova koje internet postavlja pred decu jeste rizik od ometanja njihovog emocionalnog i mentalnog razvoja, ali i fizičkog razvoja. Prisustvo nasilnog ili neprikladnog sadržaja može ostaviti dubok i negativan utisak na dečiju psihu. Svoje mišljenje zasnivamo na tome da je važno naglasiti ulogu roditelja u praćenju sadržaja s kojim se deca susreću na internetu i pružanju podrške u obradi tih iskustava, kao i da

odsustvo iste, može veoma negativno uticati na dete, kao što vidimo na slici 3.

Slika 3: Odsustvo roditelja u kontrolisanju sadržaja kom je dete izloženo na internetu



Dodatno, izazovi vezani za pritisak stvaranja idealizovane slike stvarnosti na društvenim mrežama često dovode do nerealnih očekivanja i narušavaju samopouzdanje dece. Kao primer toga, navešćemo sve veće i češće promovisanje kocke, kladenja, raznih rijaliti programa i još mnogo programa ovakvog karaktera koji za cilj imaju stvaranje iskrivljene slike realnosti i pravih životnih vrednosti. Kroz komunikaciju i postavljanje realnih standarda, roditelji mogu pomoći deci da razviju realističan pogled na svet oko sebe i usmeravati ih i odvrćati od praćenja ovakvog sadržaja.

Sigurnost dece na internetu postaje sve značajnija tema. Internet pruža mogućnost stvaranja nepoznatih kontakata i potencijalno uznemirujućih situacija. Roditelji ili staratelji moraju biti proaktivni u zaštiti dece od takvih pretnji i redovno kontrolisati aktivnosti svoje dece na internetu, ne ugrozivši njihovu samostalnost i ne narušavati njihovo samopouzdanje. Postoje razni softveri koji omogućavaju roditeljsku kontrolu dece, među najpoznatijim su: NetNanny, CyberPatrolParentalControlS, SafeEyes i SentryPC.

Takođe, prekomerna upotreba interneta može dovesti do zavisnosti, što može imati dugoročne posledice po mentalno i fizičko zdravlje dece. Ohrabrivanje fizičkih aktivnosti, društvenih interakcija i postavljanje jasnih granica u vezi s vremenom provedenim onlajn čini se ključnim u očuvanju ravnoteže.

Uprkos izazovima, ključna stvar je postojanje roditeljskog nadzora i obrazovanja o bezbednom korišćenju interneta. Aktivna komunikacija između roditelja i dece može stvoriti otvoreno okruženje u kojem deca osećaju sigurnost da dele svoje onlajn iskustvo. Edukacija o rizicima i pružanje alata za prepoznavanje potencijalnih opasnosti mogu pomoći deci da razviju kritičko razmišljanje.

Na ličnom nivou, verujemo da internet sam po sebi nije zlonameran.

Ključna komponenta leži u vođenju dece kroz digitalni svet na način koji podstiče odgovorno korišćenje. Umesto apsolutne zabrane, podržavamo ideju postavljanja smernica i granica koje omogućavaju deci da razvijaju digitalnu pismenost i odgovorno ponašanje na internetu. Dodatno, mišljenja smo da sam sistem obrazovanja mora da se posveti i ovom problemu. S obzirom da prosečno dete provodi podjednako vremena sa svojim nastavnicima/učiteljima kao i sa svojim roditeljima, potrebno je da školski program bude prilagodjen tako da deci ne bude još dodatno nametnuto korišćenje interneta i modernih tehnologija, već da se u nekoj meri sačuva i održi tradicionani pristup učenju i istraživanju.

Sam fizički razvoj dece je bitan koliko i emocionalni, te internet ne sme biti zamena igri i druženju i treba podsticati decu da neguju zdrav život, da stvaraju zdrave navike, da se bave sportom i da izbalansiraju vreme provedeno koristeći internet sa vremenom gde će fizički biti aktivni i provoditi vreme sa svojim vršnjacima razmenjujući znanja i iskustva.

Negativni uticaji interneta na decu zahtevaju pažljivo praćenje i aktivno roditeljsko učešće. Kroz ovo partnerstvo, možemo oblikovati onlajn iskustvo dece kako bi bilo produktivno, obrazovno i sigurno.

6 Uticaj interneta na našu generaciju

Generacija kojoj pripadamo, koja je rođena i rasla u eri interneta, suočava se sa velikim izazovima i mogućnostima koje je internet doneo. Izloženost dece internetu počinje već od ranog detinjstva, kao što možemo videti i na slici 4. Društvene mreže su postale glavno mesto za izgradnju i održavanje međuljudskih veza, pružajući nam mogućnost da budemo povezani sa ljudima iz različitih delova sveta. Na društvenim mrežama delimo trenutke radosti, putovanja i uspehe, što drugima može da izgleda kao idealan, nedostižan život i može da dovede do manjka samopouzdanja ili depresije.

Internet je postao glavni izvor informacija. Za bilo koju sferu interesovanja, odgovori i informacije su nam dostupne istog trenutka. onlajn kursevi, podkasti, Youtube tutorijali omogućavaju nam svakodnevno unapređenje našeg znanja i veština. Takođe, obrazovanje je pretrpelo značajne promene. onlajn kursevi su nam omogućili pristup obrazovanju iz udobnosti našeg doma i prilagođavanje vremena za učenje našim obavezama. U moru svih informacija koje kruže internetom, postao je veliki izazov filtrirati tačne informacije od netačnih.

Zavisnost od društvenih mreža i pametnih telefona postala je sveprisutna. Ova zavisnost može da ima negativan uticaj na san, produktivnost, fokus i mentalno i fizičko zdravlje. Upotreba društvenih medija i praćenje lajkova, komentara i uspeha drugih, može izazvati depresiju i anksioznost. Veliki problem kod naše generacije je zamena fizičke komunikacije digitalnom interakcijom i gubljenje socijalnih veština.

Prema istraživanju, potreba da budete onlajn može dovesti do kompulzivnog korišćenja interneta. Cilj ovog istraživanja je da se ispitaju odnosi

između zavisnosti od interneta i zavisnosti od društvenih medija i nekih psiholoških karakteristika koje mogu uticati na nastanak poremećaja kao što su strah od propuštanja (FOMO) i emocionalne poremećenosti. Uzet je uzorak od 598 studenata španskog univerziteta prosečne starosti 22 godine. Rezultati su pokazali da su pozitivna veza između zavisnosti od interneta i društvenih mreža sa osobinama kao što su neraspoloženost, tuga i emocionalna nestabilnost. Takođe, rezultati su pokazali da postoji negativna veza između zavisnosti od interneta i osobina kao što su odgovornost i organizovanost[9].



Slika 4: Izloženost dece internetu od ranog detinjstva

7 Zaključak

U digitalnoj eri u kojoj živimo, internet ima veliku ulogu i uticaj na život dece, ali to može da bude mač sa dve oštrice. Pravilnim korišćenjem interneta, deca mogu da izvuku sav njegov potencijal, za obrazovanje, za laku dostupnost informacija, kao i međusobnu povezanost sa svojim vršnjacima. Ali sa druge strane, deca mogu da naiđu na neprikladan i štetan sadržaj, koji može da ima negativan uticaj na njihov mentalni i emocionalni razvoj. Roditelji i nastavnici imaju glavnu ulogu u edukaciji i usmeravanju dece kroz digitalni svet.

Literatura

- [1] Joshep Ortiga Bader Chaarni. Association of video gaming with cognitive performance among children, 2022.
- [2] Solh M. Kolachalam RB. Danquah G., Mittal V. Effect of Internet use on patient's surgical outcomes. 2007.
- [3] Marchant A Montgomery P Stewart A Wood S Lloyd K Hawton K. John A, Glendenning AC. Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review. 2018.
- [4] Popadić D. i Milošević T. Kuzmanović D., Pavlović Z. *Korišćenje interneta i digitalne tehnologije kod dece i mladih u Srbiji*. Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu, Beograd, 2019.
- [5] Stewart A. Montgomery P. Singaravelu V. Lloyd K. Purdy N. Daine K. John A. A Marchant A., Hawton K. A systematic review of the

- relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: The good, the bad and the unknown. 2017.
- [6] Hale L. Lu AS. Fleming-Milici F. Calvert SL. Wartella E. Robinson TN., Banda JA. Screen Media Exposure and Obesity in Children and Adolescents. 2017.
 - [7] UNICEF Srbija. Korišćenje interneta i digitalne tehnologije kod dece i mladih u srbiji, 2019.
 - [8] Trpkov C. Tonsaker T., Bartlett G. Health information on the Internet: gold mine or minefield? 2014.
 - [9] Manuel Varchetta, Francisco González-Sala, Emanuela Mari, Alessandro Quagliari, Angelo Frascchetti, Clarissa Cricenti, Anna Maria Giannini, and Manuel Martí-Vilar. Psychosocial risk factors of technological addictions in a sample of spanish university students: The influence of emotional (dys)regulation, personality traits and fear of missing out on internet addiction. *Psychiatry Research*, 2023.
 - [10] Doley JR. McLean SA. Vuong AT., Jarman HK. Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescents: The Moderating Role of Thin- and Muscular-Ideal Internalisation. 2021.