

Razgovor sa djecom o

# KORIŠTENJU MEDIJA





## KORIŠTENJE MEDIJA

Tinejdžeri se osjećaju „kao kod kuće“ u svijetu društvenih mreža (Facebook, Whatsapp, Instagram itd.). Oni koriste medije (knjige, filmovi, novine, televizija, internet ...) od svog djetinjstva. Škole koriste E-učenje kao dio svojih nastavnih planova i programa, te opremaju učenike tabletima i računarima. Digitalna revolucija napreduje tako brzo da se generacije roditelja osjećaju potpuno bespomoćno.

Mediji oblikuju identitet i rodni identitet; oni informišu i manipuliraju, a globalne mreže prodiru u našu privatnu sferu. Mnogi roditelji su skeptični i kritički gledaju na ta dešavanja.

Tinejdžeri neprestano komuniciraju putem interneta dok, paradoksalno, komunikacija s roditeljima postaje sve više marginalizirana ili, u najgorem slučaju, prestaje postojati.

Pa kako je moguće educirati tinejdžere o rizicima i mogućnostima koje mediji nude i uputiti ih ka odgovornoj upotrebi medija? Za vas smo sastavili izbor savjeta, strategija i korisnih informacija primjenljivih na sljedeće ključne pojmove:



Razmišljanje o vlastitim medijskim navikama ([strana 3](#))



Kako započeti razgovor sa tinejdžerima ([strana 4](#))



Uspostavljanje pravila ([strana 6](#))



Prepoznavanje problematičnog ponašanja ([strana 8](#))

**Dodatne informacije:**

[www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch) Information portal for promoting media competence (Languages: German, French and Italian)

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info) Media guide for families. Provides information about the risks and possibilities of media use with tips for media education (Languages: German and Turkish)

«Golden Rules» The most important tips for the safe use of digital media: <https://www.jugendundmedien.ch/de/angebote-beratung/bestellung-publikationen/flyer-in-16-sprachen.html> (in 16 languages)



### *Reflecting on one's own media habits*

Iako vam se sve više čini da tinejdžeri (sinovi ili kćeri) tokom svog puberteta više ne pridaju nikakvu vrijednost vašim mišljenjima i stavovima, ne biste trebali podcjenjivati vaš utjecaj na njihov proces formiranja mišljenja. Ključna ste osoba tokom razvoja vaše djece, u suštini, orijentir na koji se mogu osloniti i koji ih može voditi prema naprijed. Vaša djeca su od vas naučila kako se orijentirati u svijetu, razlikovati ispravno i pogrešno i kako komunicirati s drugim ljudima, medijima i drugim sredstvima komunikacije. Ova uloga ne prestaje jednostavno preko noći.

Dakle, nastavljate da ispunjavate važnu ulogu uzora. Uprkos činjenici da slabi utjecaj roditelja na tinejdžera u periodu adolescencije i dalje ste uzor svome djetetu. Zbog toga je važno da roditelji imaju stav i da poznaju vlastite navike. Ovdje imate priliku razmotriti i uvidjeti vlastito ponašanje prema medijima. Možda se prepoznajete po „naizgled nemogućem“ ponašanju tinejdžera?

Posmatrajte sebe:

- Kako komunicirate sa drugim ljudima?
- Kako komunicirate putem interneta? Razlikujete li to dvoje?
- Kada i u koje vrijeme koristite medije?
- Koliko često koristite medije u jednom danu?
- Koliko često otključavate svoj mobitel kako biste brzo provjerili vremensku prognozu, e-mailove ili odgovorili na WhatsApp poruku?
- U koje svrhe koristite medije?
- Da li posežete za mobitelom dok jedete ili tokom razgovora?
- Da li je vaš televizor uključen za vrijeme drugih slobodnih aktivnosti?
- Jesu li vaši računari ili mobilni uređaji stalno uključeni za primanje poruka?



### **Kako započeti razgovor sa tinejdžerima**

Jedan od mogućih načina komunikacije s tinejdžerima podrazumijeva i da ih uključite u razgovore na teme koje ih zanimaju. Umjesto iskazivanja nezadovoljstva zbog toga što vaš sin ili kćerka koriste elektronske uređaje, zainteresirajte se i pitajte u koju svrhu ih koriste.

- Za koju svrhu su vam potrebni laptop, tablet / pametni telefon?
- Koje vrste komunikacijskih kanala koristite?
- Koje aplikacije koristite?
- Možete li mi pokazati kako se slike / tekstovi / videozapisi dijele i mijenjaju na različitim društvenim mrežama?

Uključite tinejdžera u razgovor o upotrebi pojedinih medija. U tu svrhu, vi i vaše dijete možete odlučiti da vodite [medijski dnevnik](#) u dogovorenom vremenskom periodu

- Uporedite svoju upotrebu medija sa onom vašeg tinejdžera. Ko koristi koje medije i u koje svrhe?
- Koliki značaj imaju ovi mediji za obje strane?
- Kome šta smeta? Zašto?
- Kakve želje imate vi i vaša djeca?
- Pristanite na obostrano prihvatljiv medijski post ili odmor.

Čuvanjem medijskog dnevnika istovremeno možete utjecati na samokontrolu vaše tinejdžerke: Osjeća li da gubi vrijeme ili je korištenje medija dodatno obogaćuje? Napokon, glavni cilj medijskog obrazovanja sastoji se u svjesnom usvajanju znanja i svjesnom korištenju medija.

Koristite medije zajedno i na taj način uključite svoje sinove i kćeri u razgovor. Možda možete razmotriti sljedeće mogućnosti:

- Pažljivo proučite jednu od svojih omiljenih TV emisija, sapunica ili internetsku igru: kako kreativci rade? Koje ciljeve imaju programi ili igre? Kako su predstavljeni glumci ili takmičari? Kako na njih utiču gledatelji? Da li se pojavljuje otvoreno ili prikryeno? Koliko je stvaran „reality show“?



- Zajedno koristite aplikacije sa telefona (npr. za digitalnu obradu slika, pravljenje video zapisa). Racionalnim korištenjem pametnih telefona i medija općenito, te učešćem u sofisticiranim igrama i aplikacijama, možete kreirati puno toga što ima smisla (npr. Stvaranje e-knjige, foto romana). Još jedan pozitivan rezultat ovakve saradnje jeste veći kritički osvrt na medijske sadržaje. Ako iz ličnog iskustva znam kako se pravi film, kako se slike mijenjaju/dorađuju itd., onda imam drugačiji pogled na ono što vidim na internetu.
- Pretraživanje na internetu: zajedno sa tinejdžerima potražite informacije o sebi ili poznanicima i rođacima. Razgovarajte o tome što ste pronašli i šta bi ove informacije mogle značiti za pojedince. Jesu li prekršena pravila privatnost? Kako mogu zaštititi svoju ličnu privatnost? Kako bih se želio predstaviti na internetu? Koje vrste informacija o sebi nikada ne bi smjele dospjeti na internet?



### Uspostavljanje pravila?

Opća zabrana upotrebe medija (internet, televizija, pametni telefon, itd.) nije preporučljiva i vjerovatno nije moguća. Mediji su dio naše svakodnevice i nude, među rizicima, i brojne prednosti, poput mogućnosti učenja, kontakata s prijateljima, igre i zabave, informiranja, prosvjetljenja (širenje vidika) i na taj način doprinose uspostavi naših demokratskih društava.

Stoga je važno dogovoriti zajednička pravila za upotrebu medija. Ova pravila mogu biti utvrđena u zajedničkom sporazumu, koji je svima lako dostupan (npr. pričvršćen na vrata frižidera). Uključite svoje tinejdžere u razgovor o sljedećim tačkama. Dogovorite zajednički stav i zabilježite ga u pisanom obliku. Moguće posljedice bilo kojeg kršenja pravila trebaju biti zabilježene i u pisanom obliku. Kao i bilo koji drugi ugovor, i ovaj medijski ugovor mora sadržavati potpisnike, mjesto i datum.

Kako bi konkretno izgledao takav ugovor? Na [strani 11](#) ćete naći primjerak ugovora o upotrebi pametnih telefona<sup>3</sup>.

U nastavku ćete pronaći teme navedene u ugovoru i izvedene u uobičajenom obliku:

- Vremenski okvir: Koliko vremena provodite dnevno ili sedmično uz medije (posebno smisleno sa starijom djecom). Pokušajte razlikovati na sljedeći način, ako je moguće:
  - Štampani mediji
  - Surfanje internetom
  - Igranje (putem interneta / s elektronskim uređajima)
  - Razgovor telefonom sa prijateljima / rođacima
  - Četanje sa prijateljima / rodbinom
  - Gledanje filmova ili video zapisa
- Zaštita podataka:
  - Uzdržite se od neopreznog otkrivanja vlastitih ličnih podataka
  - Samo privatne podatke, poput fotografija, prenosite pouzdanim i poznatim osobama. Prvo, uvijek razmislite: hoćete li možda kasnije biti ometani zbog sadržaja? Ako je sumnjivo, suzdržite se od objavljivanja / prenošenja takvih podataka.
  - Podatke drugih (npr. fotografije, video zapise itd.) kreirajte i prosljeđujte samo uz izričit pristanak tih osoba.

- Uključite lokacijske usluge (npr. GPS), Bluetooth ili NFC (komunikacija u blizini polja) samo kad je to potrebno.
- Mobilni telefon:
  - Pokrivanje troškova: Ko plaća za šta?
  - Instalacija i administracija aplikacija: ko je odgovoran?
  - Otključajte kodove i postavke za zaštitu djece i mladih: instalirajte zajedno i povremeno provjerite da li su postavke još uvijek odgovarajuće.
  - Dogovorite se o slobodnom vremenu / mjestima za mobitele i poštujujte institucije poput vjerskih objekata, bolnica itd.
- Internet:
  - Koristite i često mijenjajte odgovarajuće lozinke.
  - Kada koristite sadržaj dobiven s Interneta: razgovarajte o zaštiti intelektualnog vlasništva s djetetom u skladu s godinama, kao i o tome kako pravilno navesti izvore u domaćim zadacima i prezentacijama.
  - Redovno provjeravajte svoje postavke privatnosti s porukama i društvenim mrežama.
  - Pridržavajte se zakona o autorskim pravima: ne distribuirajte sadržaj koji se plaća poput muzike, video zapisa itd.
  - Internet pauze: Ako su vaša djeca bila prevarena (npr. nenamjerna kupovina ili pretplata), nemojte ih kriviti i pokušajte zajedno riješiti situaciju.
  - Neophodno je dobiti prethodno roditeljsko odobrenje za kupovinu i narudžbe.
- Video i TV:
  - Pridržavajte se televizijske ponude koja odgovara starosnoj dobi.
  - Nema gledanja televizije sa strane kada obavljate domaće zadatke ili se bavite nekim drugim uobičajenim aktivnostima poput jela ili razgovora.
  - Gledajte TV programe i filmove zajedno kao uobičajenu aktivnost i pustite ukućane da naizmjenično odlučuju koji će program gledati.
- Igre:
  - Nove igre i konzole: prethodno moraju biti kupljene uz odobrenje roditelja te se pridržavati utvrđenog mjesečnog budžeta.
  - Pridržavajte se starosnih ograničenja.
  - Roditelji ne bi trebali jednostavno ugaziti online igre svojih tinejdžera ne pružajući im priliku da ih sačuvaju.
  - Pridržavajte se primjerene glasnoće zvuka.
  - Igrajte se zajedno.
- Roditelji moraju svojim tinejdžerima jasno dati do znanja: Ako vam se nešto čini čudno ili ako ste uznemireni zbog određenog sadržaja, ako ste zbog nečega šokirani ili traumatizirani, ako vas je sramota ili ako vama nepoznata osoba traži vrlo lične podatke, slobodno me kontaktirajte odmah! Uzorak ugovora za upotrebu pametnih telefona





### **Prepoznavanje problematičnog ponašanja**

IU razgovorima sa tinejdžerima obavezno naglasite rizike upotrebe medija, posebno digitalnih medija. Komunicirajte sa svojom djecom i zanimajte se za njihove aktivnosti. Obratite pažnju na izražene promjene u ponašanju i budite na oprezu.

Ako je oslabio uspjeh u školi ili se se vaše dijete potpuno isključuje od društvenih događaja, ako je njegovo/ njeno fizičko ili emocionalno stanje svakodnevno loše, zatražite procjenu i pomoć stručnjaka, kao na primjer nastavnika.

### **Kako prepoznati cyberbullying (internetsko zlostavljanje/maltretiranje)<sup>4</sup>?**

Pokazatelji zlostavljanja/maltretiranja često nisu vidljivi, jer počinioci, žrtve i gledatelji najčešće ne žele da razgovaraju o tome. Međutim, sasvim je sigurno da žrtve internetskog zlostavljanja mijenjaju svoje ponašanje tako da:

- ... se povlače od društva, ne žele ići u školu. Njihov rad u školi slabi, a njihovi interesi se značajno mijenjaju.
- ... Pokazuju fizičke i psihološke simptome (npr. nedostatak apetita, poremećaji spavanja, omalovažavanje, osjećaj inferiornosti i depresije).
- ... Više ne uživaju u korištenju interneta. Odustaju od razgovora ako neko drugi pogleda na ekran ili se osjećaju zanemareno i neprivlačno nakon čitanja novih postova i poruka.
- ... Dosljedno prekidaju bilo kakve razgovore o promjenama u ponašanju ili drugim vidljivim promjenama, negirajući ih, ili se osjećaju postićeno i izbjegavaju pitanja.

### **Šta roditelji mogu učiniti:**

- Pružiti podršku: Djeca se trebaju osjećati slobodno da s roditeljima u bilo kojem trenutku i sa punim povjerenjem razgovaraju o svojim iskustvima na Internetu.
- Pokažite razumijevanje: reagirajte racionalno i pokažite suosjećanje na moguće promjene u djetetovom ponašanju.
- Stvari shvatite ozbiljno: djeca trebaju biti svjesna da se shvataju ozbiljno i da će dobiti pomoć. Ako roditelji

žele poduzeti konkretne korake u vezi s određenim pitanjima, korisno je uključiti dijete u njihove razgovore i pokušaje iznalaženja rješenja.

- Izbjegavajte kazne: Zabrana upotrebe mobitela ili zabrana interneta nije korisna. Internetsko zlostavljanje uglavnom nije prouzrokovano djetetovim ponašanjem; sadržaji o žrtvi se mogu objavljivati nezavisno od njene/njegove upotrebe interneta ili mobilnih uređaja.
- Kontaktirajte školu: Može biti od koristi da se o pitanju i problemima internetskog zlostavljanja razgovara u školi, učionici.
- Pomozite tinejdžerima u prikupljanju i spremanju snimaka zaslona (screenshot) kao dokaza o maltretiranju. Ako su počinitelji poznati, zamolite ih da obrišu sadržaj koji je sporan. Ako se to ne dogodi, zatražite da pružatelj platforme poduzme odgovarajuće mjere.
- Ozbiljni slučajevi zlostavljanja bi trebali biti prijavljeni policiji. Takođe bi moglo biti korisno dobiti prethodnu pravnu pomoć.
- Za dodatne informacije o maltretiranju općenito, pogledajte [„Razgovor sa djecom o maltretiranju“](#).

### **Kako prepoznati ovisnosti<sup>5</sup>?**

U slučaju ovisnosti o internetu, centar života osobe sve se više pomiče iz stvarnog u virtualnu stvarnost. Ovisnici često odbijaju zajedničke obroke, radije žive u zamračenim sobama ispred svog PC-a, nego što obavljaju aktivnosti na otvorenom s drugima, a totalno su umorni od stalnog nedostatka sna. Ostale posljedice su smanjenje uspješnosti u školi, socijalno povlačenje, gubitak interesa za aktivnosti sa vršnjacima.

### **Šta roditelji mogu učiniti:**

- Poštujte starosna ograničenja uz računarske igre.
- Održavajte kontakt sa svojom djecom, naterajte ih da vam pokažu igre koje igraju i razgovarajte s njima o njihovim aktivnostima na društvenim mrežama, kao i preferiranim web lokacijama.
- Razmislite kako potrebe za avanturom i pripadnošću, priznanjem i uspjehom mogu biti ostvarene i u stvarnom svijetu.
- U slučajevima prekomjernog korištenja interneta i igara: ograničite upotrebu po danu ili sedmici i zajedno sa djetetom osmislite aktivnosti u slobodno vrijeme. Kao što je ranije sugerirano, ugovor o korištenju medija mogao bi biti od pomoći u tom pogledu.
- Ako ne možete doprijeti do svog djeteta, potražite savjet stručnjaka. U centrima za savjetovanje o ovisnosti zaposleni su stručnjaci za pitanja „ovisnosti o društvenim mrežama/internetu“.

### **Prikazivanje nasilja na internetu<sup>6</sup>**

Danas je u medijima nasilje veoma prisutno. Adolescenti su naročito putem digitalnih medija izloženi brojnim prikazima nasilja, što predstavlja poseban rizik. Štoviše, tiraž slika stvarnog nasilja sve je već zbog mogućnosti snimanja i objave vlastitih videozapisa snimljenih pametnim telefonima. Gledanje nasilnog materijala može imati negativne efekte na djecu i adolescente, jer mogu izazivati osjećaje kao što su: bijes, strah, iritacija. Također i gledanje nasilja može utjecati na njihovo ponašanje. Uz prisutnost određenih drugih faktora rizika, adolescenti su skloniji nasilju ako promatraju brojne prikaze nasilja.

### **Šta roditelji mogu učiniti:**

- Pobrinite se da tinejdžeri igraju samo igre i gledaju videozapise koji su odobreni za njihov uzrast.
- Poboljšajte tehničku zaštitu svojih elektronskih medija (npr. s filterom za zaštitu djece).
- Ograničite korištenje medija svojih tinejdžera.
- Razgovarajte sa tinejdžerima o njihovim osjećajima i potencijalnim strahovima koji se tiču njihove upotrebe medija.

### **Pornografija na internetu<sup>7</sup>**

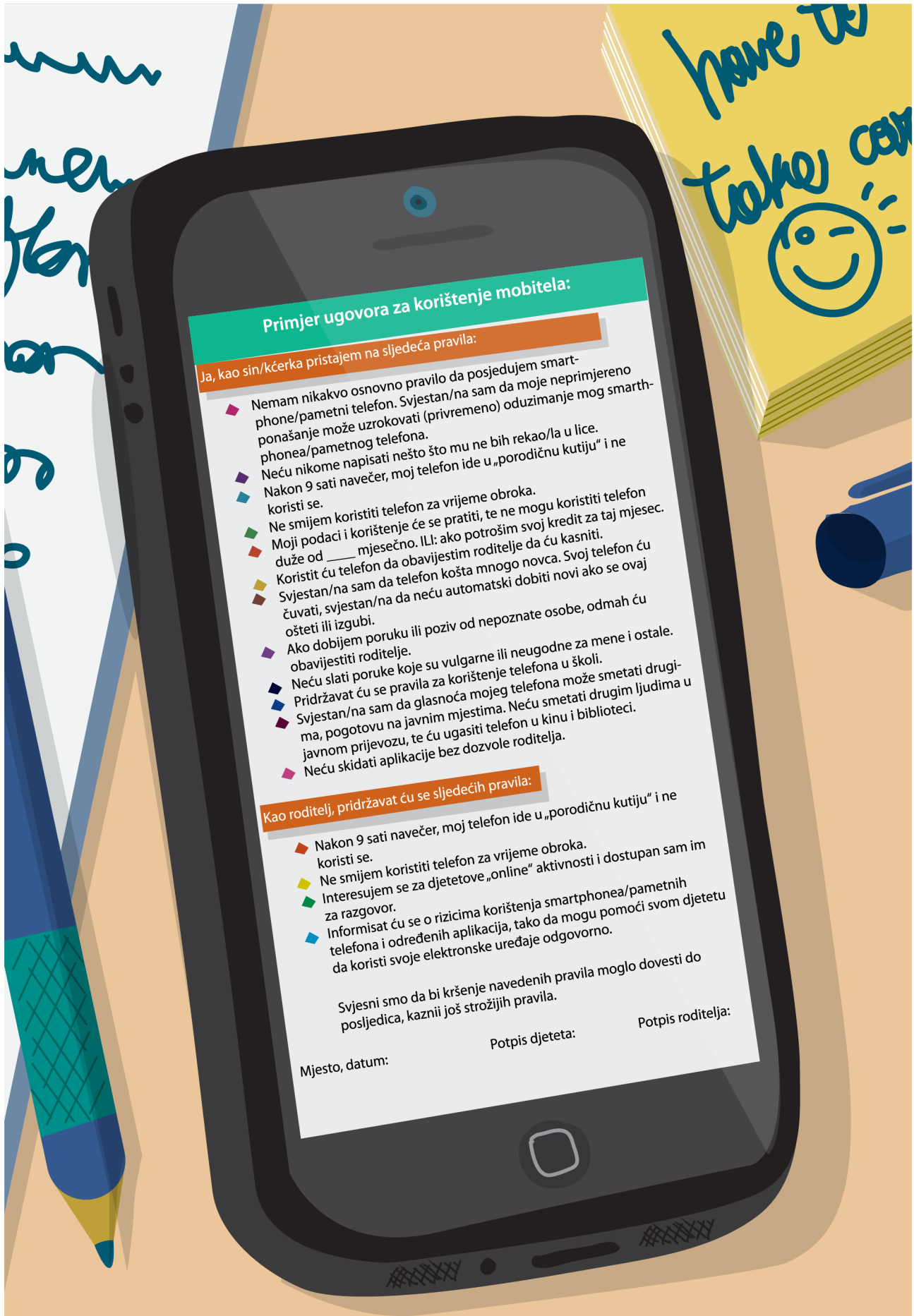
Ako adolescenti surfaju internetom radi informacija o određenim temama, oni će se prije ili kasnije susresti sa pornografskim slikama. Interesovanje za seksualnost i sopstveni fizički izgled potpuno je prirodna pojava i sastavni je dio procesa zdravog razvoja. Međutim, slike sa izraženom seksualnošću mogu imati uznemirujuće ili čak zastrašujuće dejstvo na adolescente. Pornografija često ima zastrašujuće dejstvo na tinejdžere koji nisu imali nikakva prethodna seksualna iskustva u životu ili su ona bila ograničena. Zbog toga je u mnogim zemljama protiv zakona prikazivanje pornografskih slika maloljetnicima (djeci mlađoj od 16 godina).

Ako adolescenti sami snimaju materijal s erotskim sadržajem (fotografije ili videozapisi) i prosljeđuju ga kome žele (ili čak grupama prijatelja), to se naziva sexting. Tada treba biti posebno oprezan. Prije svega, primaoci takvih materijala mogu ga zloupotrebiti na brojne načine (kompromitirajuće slike mogu se širiti bez pristankapošiljaoca). Drugo, maloletnici mogu biti krivično gonjeni ako proizvode i prosljeđuju materijale pornografskog sadržaja. Roditelji bi se trebali informirati o zakonskim odredbama za države u kojim žive.

Cyber ili internetska pedofilija se događa kada odrasle osobe pristupaju djeci ili adolescentima na internetu u svrhu eventualnog bavljenja seksualnim činom. Anonimnost interneta olakšava takvo druženje, omogućujući tako da se pedofili predstave kao vršnjaci u traženju kontakata sa djecom i adolescentima. Na taj način, vrlo brzo može do seksualnog zlostavljanja: egzibicionizam, slanje pornografskog sadržaja, šokantni izrazi i radnje.

#### **Šta roditelji mogu učiniti:**

- Veoma je važno da roditelji sa djecom razgovaraju na temu pornografije u skladu sa njihovim godinama i da budu na raspolaganju da odgovore na njihova pitanja i da objasne sadržaj koji su ranije gledali. Seksualno obrazovanje je vrlo važno za zdrav razvoj. Za dodatne informacije o ovoj temi, pogledajte poglavlja [„Razgovor sa decom o njihovom tijelu i seksualnosti“](#) i [„Razgovor sa djecom o seksu i ljubavi“](#).
- Moguće je blokirati sadržaj oznakom X na vašem računaru/korisničkom nalogu, ali imajte na umu da tinejdžeri mogu primati pornografske sadržaje i putem računara/korisničkih naloga svojih prijatelja. Stoga, potaknite svoju djecu da na temu provokativnih sadržaja razgovaraju s osobom u koju imaju povjerenja.
- Budite svjesni dobnih granica za gledanje videa i igranje kompjuterskih igrica.
- O temi “sexting”: Razgovarajte sa djetetom na temu objavljivanja vlastitih slika na internetu: Kako biste željeli da vas percipiraju drugi? Možete li živjeti s činjenicom da se kompromitirajuće slike o vama donose u školu ili kruže negdje drugo bez vašeg znanja/pristanka?
- O temi „pedofilija na internetu“: Jasno objasnite svojoj djeci da se odmah mogu obratiti vama ako na internetu postoji nešto što im se čini „jezivo“ ili uznemiravajuće, posebno tokom razgovora putem interneta. Obavijestite druge korisnike, u krajnjem slučaju ih ili blokirajte ih ili obrišite kontakt za chat/razgovor putem interneta. Adolescentima treba naglasiti koliko je važno da budu oprezni s kim kontaktiraju na internetu. Isto tako, ne bi trebali slati svoje neprimjerene fotografije ili uključivati svoje web kamere na računaru. Tinejdžeri nikada ne bi smjeli dopustiti da ih neko nagovori da negdje sami upoznaju osobu sa kojom su do sada samo chatali/razgovarali putem interneta.



### Primjer ugovora za korištenje mobitela:

Ja, kao sin/kćerka pristajem na sljedeća pravila:

- ◆ Nemam nikakvo osnovno pravilo da posjedujem smart-phone/pametni telefon. Svjestan/na sam da moje neprimjereno ponašanje može uzrokovati (privremeno) oduzimanje mog smartphonea/pametnog telefona.
- ◆ Neću nikome napisati nešto što mu ne bih rekao/la u lice.
- ◆ Nakon 9 sati navečer, moj telefon ide u „porodičnu kutiju“ i ne koristi se.
- ◆ Ne smijem koristiti telefon za vrijeme obroka.
- ◆ Moji podaci i korištenje će se pratiti, te ne mogu koristiti telefon duže od \_\_\_\_ mjesечно. Ili: ako potrošim svoj kredit za taj mjesec.
- ◆ Koristit ću telefon da obavijestim roditelje da ću kasniti.
- ◆ Svjestan/na sam da telefon košta mnogo novca. Svoj telefon ću čuvati, svjestan/na da neću automatski dobiti novi ako se ovaj ošteti ili izgubi.
- ◆ Ako dobijem poruku ili poziv od nepoznate osobe, odmah ću obavijestiti roditelje.
- ◆ Neću slati poruke koje su vulgarene ili neugodne za mene i ostale.
- ◆ Pridržavat ću se pravila za korištenje telefona u školi.
- ◆ Svjestan/na sam da glasnoća mog telefona može smetati drugima, pogotovu na javnim mjestima. Neću smetati drugim ljudima u javnom prijevozu, te ću ugaziti telefon u kinu i biblioteci.
- ◆ Neću skidati aplikacije bez dozvole roditelja.

Kao roditelj, pridržavat ću se sljedećih pravila:

- ◆ Nakon 9 sati navečer, moj telefon ide u „porodičnu kutiju“ i ne koristi se.
- ◆ Ne smijem koristiti telefon za vrijeme obroka.
- ◆ Interesujem se za djetetove „online“ aktivnosti i dostupan sam im za razgovor.
- ◆ Informisat ću se o rizicima korištenja smartphonea/pametnih telefona i određenih aplikacija, tako da mogu pomoći svom djetetu da koristi svoje elektronske uređaje odgovorno.

Svjesni smo da bi kršenje navedenih pravila moglo dovesti do posljedica, kaznii još strožijih pravila.

Mjesto, datum:

Potpis djeteta:

Potpis roditelja:

**„Razgovor sa djecom o medijima“ baziran je na sljedećim izvorima:**

<sup>1</sup> Informationsportal «Jugend und Medien». *Medientagebuch*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

<sup>2</sup> Landesanstalt für Medien NRW. *Mediennutzungsvertrag*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.mediennutzungsvertrag.de/>

<sup>3</sup> Fritz, Bianca. 2014. «Mustervertrag für das eigene Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 69.

<sup>4</sup> Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Cybermobbing: Das verbirgt sich hinter den Begriff*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/artikel/cybermobbing-terror-im-netz/>

<sup>5</sup> Informationsportal «Jugend und Medien». *Internet und Computerspiele können süchtig machen*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/onlinesucht.html>

<sup>6</sup> Informationsportal «Jugend und Medien». *Gewalt im Netz*. retrieved 05.06.2018

<https://www.jugendundmedien.ch/chancen-und-gefahren/gefahren-im-ueberblick/gewalt.html>

<sup>7</sup> Informationsportal «Jugend und Medien». *Sexualität und Pornografie im Netz*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/sexualitaet-pornografie.html>

Fritz, Bianca. 2014. «Smart mit dem ersten eigenen Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 66-69.

Informationsportal «Jugend und Medien». *Jugendschutz. Tipps und Hinweise für Eltern*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Papa, leg das Handy weg! Eltern als Vorbild*. retrieved 20.03.2019

<https://www.schau-hin.info/artikel/papa-leg-das-handy-weg/>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». 2018. *Regeln finden zwischen Helikoptereltern und Handysucht*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/news/regeln-finden-zwischen-helikoptereltern-und-handysucht/>