



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

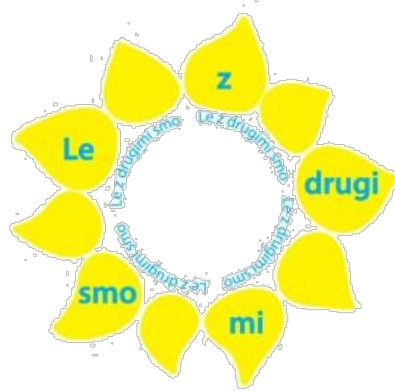


PEDAGOŠKI INŠTITUT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

»Krepitev socialnih in državljskih kompetenc strokovnih delavcev«



Le z drugimi smo

Prepoznavanje in preprečevanje zasvojenosti z IKT

ŠPELA REŠ, univ.dipl.psih.

LOGOUT – Center pomoči pri prekomerni rabi
interneta

Naložbo sofinancirata Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport Republike Slovenije in
Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada

LOGOUT

Center pomoči pri
prekomerni rabi interneta

ŠPELA REŠ, univ.dipl.psih.

Svetovalka na LOGOUT-u

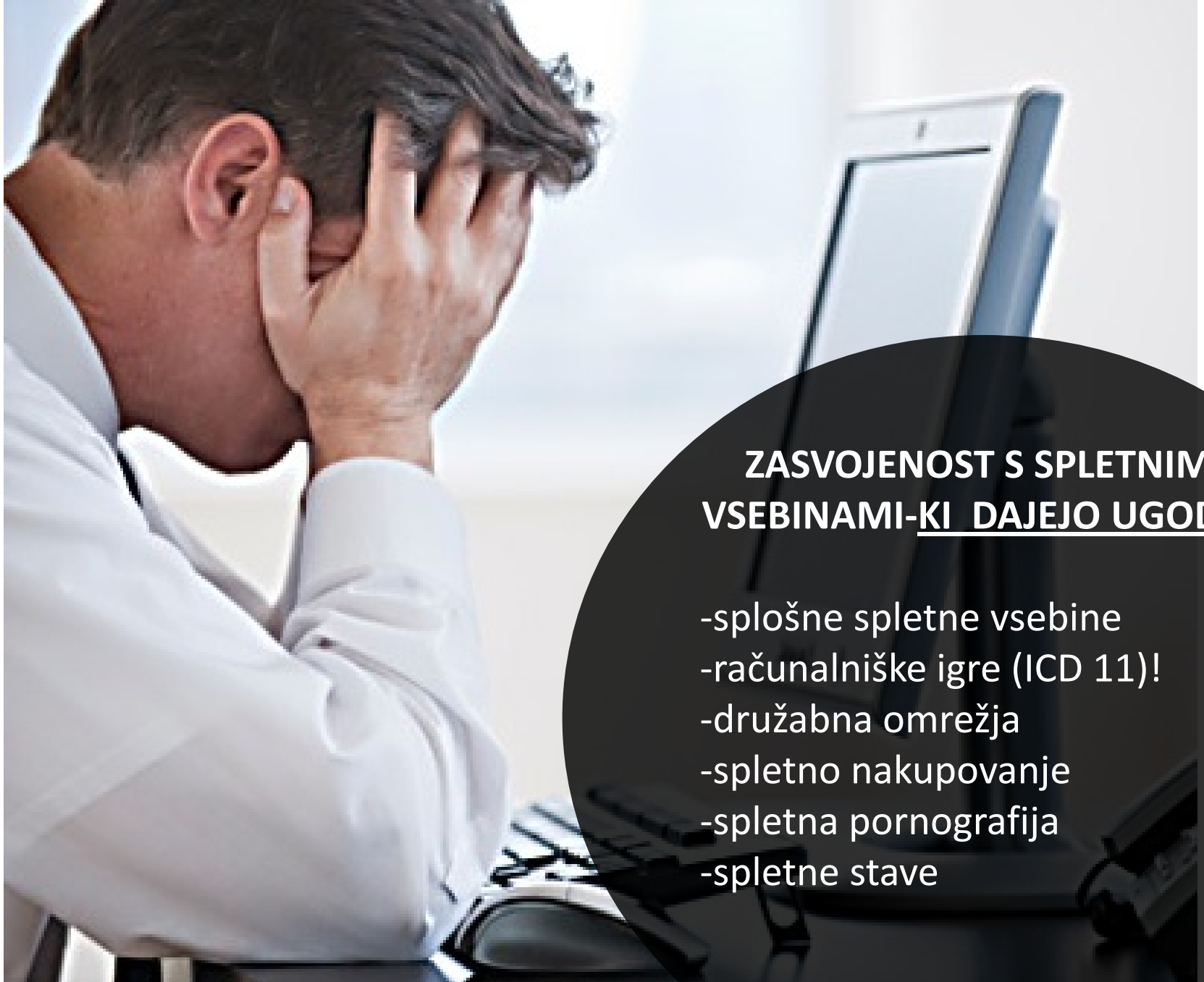
www.logout.si



**URAVNOTEŽENA
UPORABA**

**PREKOMERNA
UPORABA**

ZASVOJENOST



**ZASVOJENOST S SPLETNIMI
VSEBINAMI-KI DAJEJO UGODJE:**

- splošne spletne vsebine
- računalniške igre (ICD 11)!
- družabna omrežja
- spletno nakupovanje
- spletna pornografija
- spletne stave

Sistem nagrajevanja (odgovoren za ugodje)

- Nagrada/ugodje= strast, ljubezen, sreča, spolnost, alkohol, cigareti... tehnologija in informacije.
- Več kot posameznik išče sprožilce za sprostitvev dopamina (več ugodja, izognitev stresa ter bolečine) bolj možgani zmanjšajo senzitivnost do nagrade (posledično potrebujejo več).
- Obsesivno pregledovanje telefona, iščemo priložnosti za hitro dopaminsko nagrado.
- **Mladi (<18) so še toliko bolj dovzetni (slabša kontrola impulzov - nerazvit prefrontalni korteks).**



AKTIVNOST

CENTER ZA
UGODJE

DOPAMIN

DOBRO
POČUTJE

STISKE SVETOVANCEV

“ Star sem 24 let, študent. imam punco s katero se glede mojega igranja iger, zelo veliko prepirava. Zelo pogosto se ji ne javim na telefon in ne odgovorim na sporočila. Tudi ko pa sva skupaj razmišljam o igrinah, kar jo zelo moti. Oče je bil alkoholik, vendar se je ozdravil alkoholizma, nato je alkohol nadomestilo nepotrebno zapravljanje preko vsake zdrave meje, mama pa je vse to spremljala in ga ni nikoli spodila od hiše, kar ji zelo zamerim.”

Zasvojenost s spletnimi
vsebinami je
PONAVLJAJOČ
VEDENJSKI VZOREC, ki se
kaže v:



Simptomi zasvojenosti

Razvoj tolerance in izguba občutka za čas	Spremenjene prehranjevalne navade in spalni vzorec	Nihanje razpoloženja	Preokupiranost z vsebinami	Neupoštevanje dogovorov
Nadaljevanje z vedenjem, kljub zavedanju psihosocialnih problemov	Zanemarjanje šolskih ali delovnih obveznosti, tudi izpad iz sistema	Neuspešni poskusi zmanjševanja oz. abstinence (pomanjkanje samokontrole)	Izguba oz. pomanjkanje interesa za druge aktivnosti	Prikrivanje, zanikanje ali laganje o težavah
	Izguba pomembnih odnosov	Odtegnitveni simptomi (tesnoba, žalost, ni fizičnih)	Uporaba spletnih aktivnosti kot strategija umika od težav, beg, lajšanje negativnega razpoloženja (bolečine, krivde(; (OM)	

ZASVOJENOST Z VIDEO IGRAMI

najmanj 5 od 9 predlaganih kriterijev spodaj (v zadnjih 12 mesecih)-DSM-V

1. **preokupacija** z igrami
2. **odtegnitveni** simptomi (razdražljivost, anksioznost ali žalost, ni pa prisotnih fizičnih znakov)
3. **toleranca**
4. neuspešni poskusi **prenehanja** in nadzorovanja aktivnosti
5. **izguba zanimanja** za prejšnje prostočasne aktivnosti in razvedrilo
6. kontinuirano **prekomerno igranje** kljub zavedanju psihosocialnih problemov;
7. **laganje** družinskim članom, terapevtom in drugim glede količine časa igranja
8. uporaba internetnih iger za pobeg ali **lajšanje negativnega razpoloženja**
9. ogrožanje ali **izguba** pomembnega odnosa, službe ali karijerne priložnosti zaradi igranja internetnih iger

Zasvojenost z družbenimi omrežji

- Pretirana in kompulzivna uporaba (Nenehno posodabljanje profila, nalaganje slik, komentarjev, branje in brskanje profilov drugih ljudi, iskanje novih prijateljev)
- Nekritično deljenje informacij
- Preokupacija (pregledovanje, čakanje na komentarje, odgovarjanje, nenehna vpletenost)
- Potreba po uporabi, tudi med druženjem v živo (slikanje hrane, sprotno objavljanje, objavijo vse kaj počnejo)
- Iskanje potrjevanja in prijateljstva
- Strah pred zavrnitvijo (sledilci, všečki)
- Slabo razpoloženje, ko niso online
- Edin vir zabave in užitka
- Več druženja preko spleta kot v živo

Družbena omrežja in duševno zdravje mladih

- Porast depresije, anksioznosti, občutkov osamljenosti
- Povezanost z uporabo spleta in načina preživljanja prostega časa.
- Mladi, ki preživijo več časa online (družabna omrežja) so manj zadovoljni

Raziskave:

- odrasli so se odpovedali FB za en teden: bolj zadovoljni, manj osamljeni in manj depresivni.
- otroci, en teden brez naprav: bili boljši v branju čustev drugih ljudi.
- mladostniki, odvisni od naprav: višje rezultate na testih anksioznosti, depresije, nespečnosti in impulzivnosti



Vprašanja za posameznike/družine o morebitnih težavah

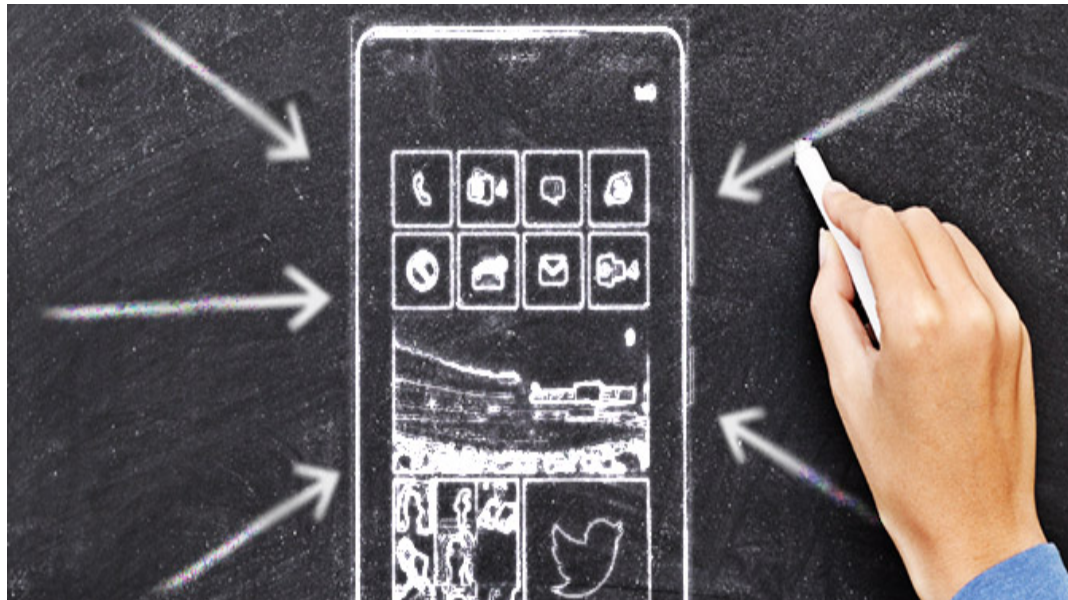
- Koliko časa oseba preživi na spletu dnevno in katere vsebine?

Kako to vpliva na ostala področja v njegovem življenju (šola/slужba, hobiji, družina, prijatelji)

- **Spanje**
- **Prehrana**
- **Gibanje**
- **Aktivnosti**
- **Družinski odnosi**
- **Počutje**

PREPOZNAVANJE TEŽAV V ŠOLI


- Zmanjšana pozornost in koncentracija pri pouku
- Pogosta uporaba telefona tudi med poukom
- Igranje igrvic na šolskih računalnikih
- Neprespanost, zaspanost
- Glavna tema pogovora z vrstniki (soigralci) - igre
- Konflikti v domačem okolju povezani z uporabo naprav
- Pogosto izostajanje od pouka
- Zmanjšana motivacija za učenje, delo, druženje



Diagnostika

- Internet Addiction Test (IAT)
- Online Cognition Scale (OCS)
- Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS)
- Problem Video Player Scale (PVP)
- The Internet Disorder Scale (IDS-15, SF -9)
- The Internet Gaming Disorder Test (IGD-20, SF-9)

Možne posledice



Zasedenost - prekomerna teža
Slabo razvita hrbtenica & težave
s hrbtenico
Težave z vidom
Težave s pozornostjo in
koncentracijo
Distrakcija - nenamerna slepota
Bolečine v zapestju in prstih
Bolečine v vratu
Nespečnost
Učinki sevanja
Stres
Površinski odnosi

PRIDRUŽENE TEŽAVE

**ANKSIOZNE MOTNJE
MOTNJE RAZPOLOŽENJA
(DEPRESIJA)
SAMOPOŠKODOVALNO VEDENJE
SUICIDALNOST
ADHD
MOTNJE AVTISTIČNEGA SPEKTRA
(ASPERGER)
OSEBNOSTNE MOTNJE
UČNE TEŽAVE**

STISKE STARŠEV

“imam 15 let starega sina. Je otrok z ADHD motnjo, aspergerjevim sindromom in blažjo srčno motnjo. Pedopsihiatrinja je diagnosticirala tudi depresivno razpoloženje. Težava je predvsem v tem, da nima volje do učenja, v šolo gre z "muko", v šoli ne sodeluje, simulira slabost , ipd.

Če mu damo prepoved, se upre in ne dela nič.

Pravi, da mu je računalnik edina motivacija.

2x mi je že "sunil" denar in si preko spleta kupil igre oz. dostop do njih. Prosim za vašo pomoč, nasvet.”

**SPLET KOT
MEDIJ**

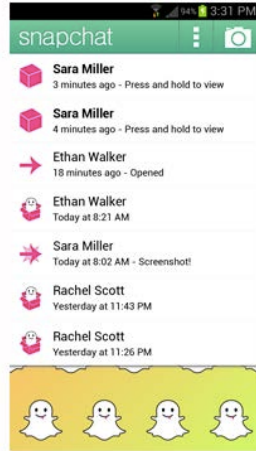
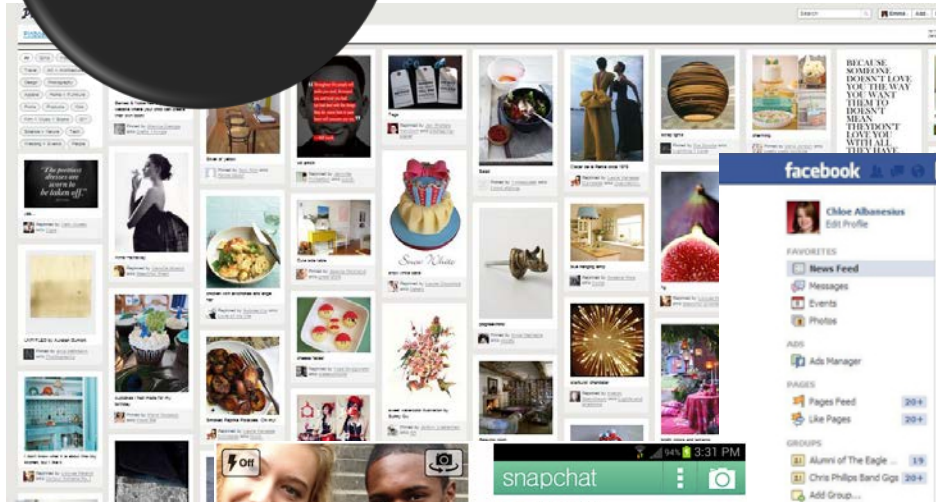
**OSEBNOSTNE
IN DRUGE
ZNAČILNOSTI**

**ZASVOJENOST
S SPLETOM**

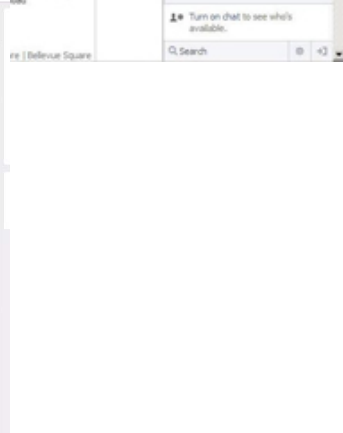
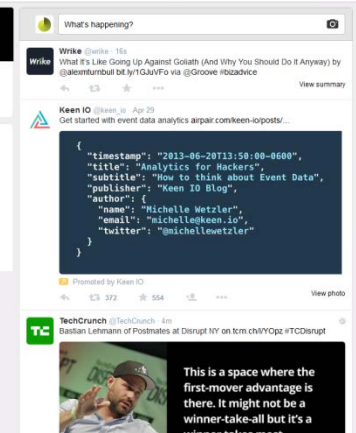
**INDUSTRIJA
SPLETNIH
APLIKACIJ,
IGER...**


**VPLIVI
OKOLJA**

SPLET KOT MEDIJ



ZAKAJ JE SPLET TAKO PRIVLAČEN?

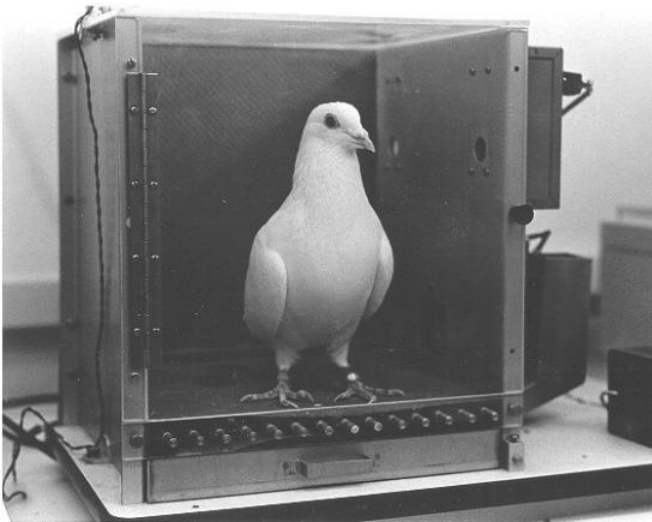
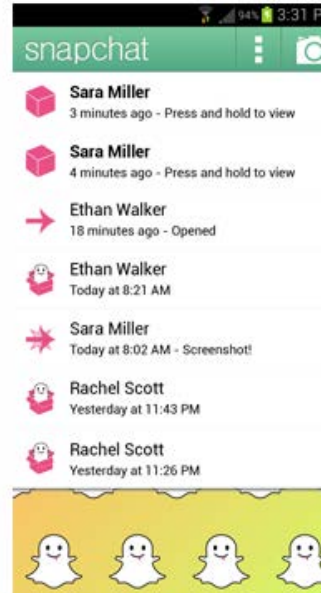




**lahka dostopnost
poceni
enostavna uporaba
vsakodnevna uporaba (navada)
hitra zad. potreb
ugodje takoj
izzivi-nepredvidljivost
anonimnost
druženje
samopotrditev
iracionalna prepričanja**

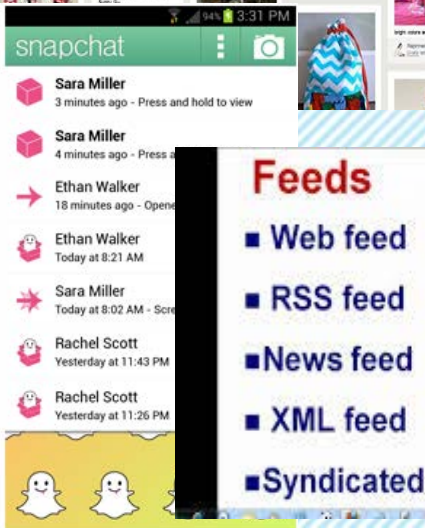
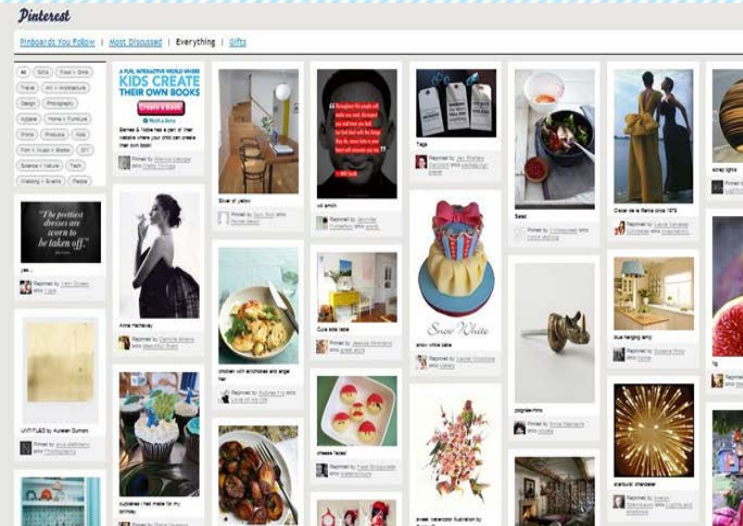
KAJ IMAJO Skinnerjev golob, igralni avtomat in internet SKUPNEGA?

LOGOUT



NESKONČNI NAKLJUČNI PODAJALCI VSEBIN..

LOGOUT



Feeds

- Web feed
- RSS feed
- News feed
- XML feed
- Syndicated feed



Larasa Pelkie



Logout

TWEETS 68 FOLLOWING 81 FOLLOWERS 382

Trends Change

- #OutfitTeaser
- #tagoretribedje
- #DennisFofa
- Ramsey
- #ROWSClubson
- José Wladou
- Jessie Hemada
- John Wick 2
- #whatGonnaGetWhen
- Charlotte Elizabeth Diana

What's happening?

Wrike *Wrike* *Wrike* - 16s
What It's Like Going Up Against Goliath (And Why You Should Do It Anyway) by @aemtriboutlet for @GulfPo via @GroveHbzAdvice

Keen IO @keem_io Apr 25
Get started with event data analytics arpar.com/keen-io/poster/

```
{
  "timestamp": "2013-06-20T13:50:00-0600",
  "title": "Analytics for Marketers",
  "subtitle": "How to think about Event Data",
  "publisher": "Keen IO Blog",
  "author": {
    "name": "Michelle Metzler",
    "email": "michelle@keen.io",
    "twitter": "michellemetzler"
  }
}
```

Promoted by Keen IO

TechCrunch @TechCrunch 4m
Bastian Lehmann of Postmates at Disrupt NY on term chn/YOpe at TCDiscip

This is a space where the first-mover advantage is there. It might not be a winner-take-all but it's a winner-take-most.





FOMO - fear of missing out

- Oblika socialne anksioznosti - strah pred zamujenim
- Dodatno poglobljane stiske predvsem pri otrocih/mladih, ki se že počutijo depresivne (objave drugih dodatno opomnijo, da niso del zabave).
- Osamljenost in slabo počutje (primerjanje slik in življenjskih stilov drugih na njihovih profilih)
- Zavist, ljubosumje (želja, da je naše živ. kot od drugih na druž.om.)



Instagram



LOGOUT



SOCIALNA OMREŽJA-izzivi



NEMODERIRANI FORUMI

Adanaaaa: i nekepe ics player r

NiP nuke joined the room.

NiP nuke: I hope

NiP nuke: you

Mamboox joined the room.

Grand Marshal joined the room.

Prince Discharge: BRONZE V

Prince Discharge: omg

NiP nuke: get cancer and die fucking trash jews, i will gass your famailies

EPIK TROGLODY I AM joined the room.

Xiaolaro: i think

Send

INDUSTRIJA
SPLETNIH
APLIKACIJ,
IGER...

“GAMING,
DRUŽABNA
OMREŽJA...”

=

INDUSTRIJA



Video igre

- 2,2 milijarde igričarjev
- 135 milijard (billions \$)
- E-šport
- Strelske, simulacije, hitrost, strateške, itd.
- Virtualna resničnost



LAN party



Speedrunning event



LOL tournament



PEGI-Pan European Game Information



- vsebine primerne za vse starosti, prisotno nasilje v komičnem kontekstu, fantazijski junaki, ne vsebuje strašljivih zvokov, slik, ni neprimerne besednjaka



-možne zastrašujoče vsebine in zvoki
(primerno za uporabnike nad 7 let)



-grafične nasilne vsebine, grafične scene
golote, blažje oblike neprimerne besednjaka (primerno za uporabnike nad 12let)



-realistične nasilne in seksualne vsebine, neprimeren besednjak, pojavljanje tobaka, drog alkohola (primerno za uporabnike nad 16 let)



-hudo realistično nasilje, mučenja, lahko sproži psihične reakcije (primerno za uporabnike nad 18 let)

PEGI-Pan European Game Information



neprimeren besednjak



vsebina uči ali spodbuja
gambling



vsebina spodbuja
diskriminacijo



vsebina vsebuje prizore
seksa



vsebina uprizarja
uporabo drog



vsebina vsebuje prizore
nasilja



vsebine, ki povzročajo
reakcijo strahu



spletna igra




**VPLIVI
OKOLJA**

DRUŽINA:

- prezgodnji stik z napravo (nenadzorovan)
- slab zgled
- kaotične družinske navade
- neaktivno preživljanje prostega časa
- slabe strategije reš.težav
- slabi medosebni odnosi

ŠOLA, VRSTNIKI

- socialni pritisk vrstnikov
- nejasna pravila uporabe
- neprisotnost preventivnih programov
- ne-naslavljanje problema zasvojenosti s spletom
in drugih rizičnih spletnih vedenj



OSEBNOSTNE
IN DRUGE
ZNAČILNOSTI


- introvertiranost/ekstravertiranost
- osamljenost, sramežljivost
- čustvena labilnost

- nizka samopodoba

- anksioznost
- ADHD (motnja pozornosti in hiperaktivnost)
- aspergerjev sindrom
- depresivno razpoloženje

VAROVALNI DEJAVNIKI (ŠOLA)

- Jasna pisna pravila glede uporabe telefonov, tablic...
- Seznanjenost učencev/dijakov in staršev ter učiteljev s pravili
- Uvajanje in dosledno izvajanje posledic kršenja pravil
- Ničelna toleranca do spletnega nasilja
- Pozitiven zgled osebja šole
- Močna preventivna dejavnost

A photograph of a woman and a young girl sitting at a table, looking at a laptop. The woman is on the left, wearing a white shirt, and the girl is on the right, wearing a white top. They are both smiling and looking at the laptop screen. The background is a blurred indoor setting with a framed picture on the wall.

**KAKŠNA SO
SPLOŠNA
PRIPOROČILA,
ki jih lahko
date staršem?**



Splošna priporočila

LOGOUT

- Starši so zgled
- Jasna (pisna) pravila
- Ne kupuje z lastnimi prihranki, ne dobi za darilo
- Ocenite kdaj kupiti otroku prvi telefon
- Otroška soba ni prostor za naprave
- Prehranjevanje za računalnikom/ob telefonu ni sprejemljivo (cela družina)
- Starš naj namešča aplikacije, pozna gesla (vsaj do 14.l)
- Uporaba Parental control aplikacij, Rescue time, Quality time, Surfblocker, Time doctor, Time boss...
- Zablockirajte rizične vsebine; Leechblock, Net nanny
- Uporaba naprave za zabavo naj ne bo najvišja nagrada, niti "vsesplošna" kazen
- Spodbujajte funkcionalno/kreativno rabo/didaktične vsebine
- Starosti prilagojen pogovor o varnosti
- »e-post« (cela družina)

PRIPOROČILA

LOGOUT

- UPOŠTEVANJE **STAROSTNE OMEJITVE** VIDEO IGER, DRUŽBENIH OMREŽIJ
- POSKRBE TI, DA BODO MLADOSTNIKI NA SOC.OMR. ZNALI NASTAVITI **ZASEBNI PROFIL IN PRIJAVITI NEPRIMERNO VSEBINO**
- UPORABLJANJE **YOUTUBE ZA OTROKE (Youtube kids)**
- NA YOUTUBU VKLOPITI **“SLEDILEC ČASA” IN ČASOVNA OPOZORILA**
- **IZKLOPITI AVTOMATSKO PREDVAJANJE NA YOUTUBU**
- **“UNFOLLOW” KANALE, KI SO “KRADLJIVCI ČASA”**
- TELEFON NA **ČRNO-BEL POGLED**
- **UGASNITI OPOZORILA**
- **NASTAVITI FILTRE NA “GOOGLE PLAY”**



PRIPOROČILA

LOGOUT

- **ZABLOKIRATI UPORABO TELEFONA ZA DOLOČEN ČAS (“FlipD”)**
- **VKLJUČITI “ADD BLOCKER”**
- **ZABLOKIRATI VSEBINE, KI SO “KRADLJIVCI ČASA”**
- **ZABAVA NA NAPRAVI JE PRIVILEGIJ**
- **MOTO: “NAJPREJ DELO, POTEM ZABAVA”**
- **DRUŽENJE V ŽIVO IMA PREDNOST**
- **NAPRAVE UPORABLJATI TUDI ZA UČENJE, RAZISKOVANJE**
- **PRED UPORABO NAJ STARŠE VPRAŠAJO ZA DOVOLJENJE**
- **NAPRAVE SO LAST STARŠEV**
- **DOGOVORITE SE, DA STARŠI NAMEŠČATE NOVE APLIKACIJE, PROGRAME IN IMAJO VSA GESLA**

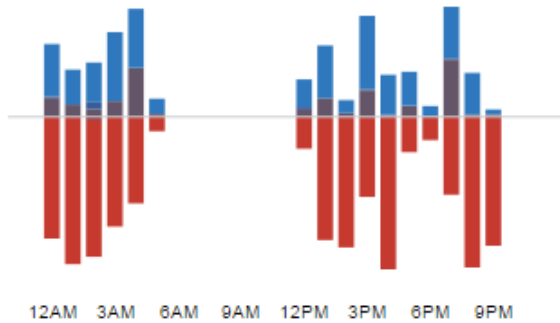


VPLIV VZGOJE

- Neprimerna vsebina (nasilje, spolnost...
- Veliko časa pred napravami
- Prevelika senzorna stimulacija
- Pomirjanje otroka s pomočjo naprav
- Objavljanje neprimernih fotografij lastnih otrok
- Odpiranje uporabniških računov svojih otrok
- Zloraba otroka za večjo gledanost

 **12h 35m** Logged so far today
4.2h more than the day before

time by hour



productivity pulse



42% Entertainment



15% Social Networking



12% News & Opinion



10% Reference & Learning



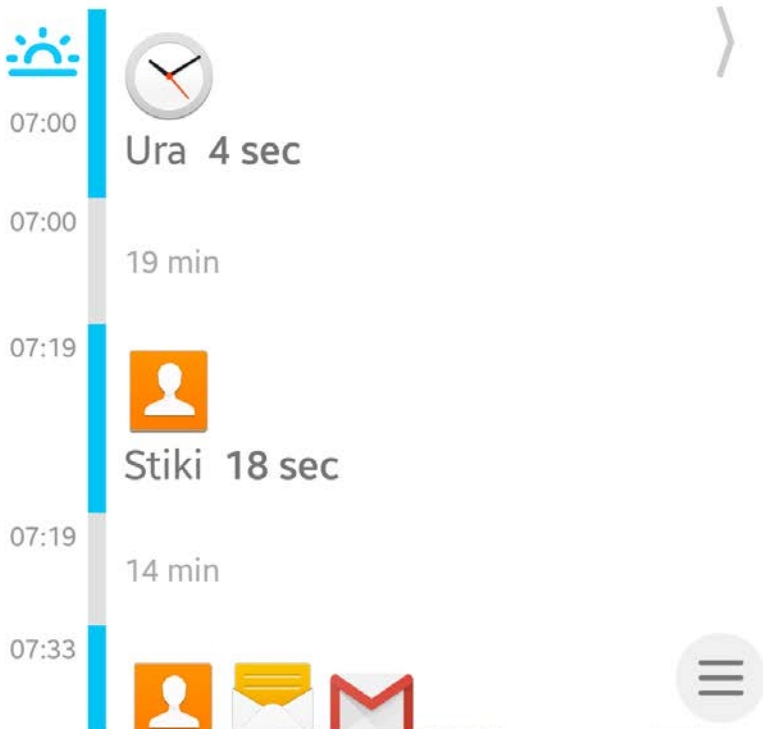
10% Business



You've logged 12h 35m so far today. You've earned yourself a break!

pon., 13. nov.

App usage



Daily Usage 51m

- | Rank | App | Usage |
|------|-------------|-------|
| 1 | RTV 4D | 22m |
| 2 | Gmail | 11m |
| 3 | Facebook | 4m |
| 4 | S Planner | 4m |
| 5 | Stiki | 3m |
| 6 | QualityTime | 3m |



Pomembnost dolgčasa

- Dolgčas “izumira”
- Potreba po nenehni stimulaciji z zunanega sveta.
- Otroci (tudi odrasli) potrebujejo čas, ko jim je dolgčas (**kreativne pavze**).
- Domišljija
- Kreativnost
- Nove ideje
- Cilji
- Produktivnost
- Refleksija notranjega in zunanega sveta
- Potrpežljivost



Pravila in dogovori

- KDAJ
 - KOLIKO ČASA
 - KJE
 - KAJ (katere aplikacije, programe, igre),
 - PRIORITETE (uporaba šele po opravljeni DN, učenju, drugih zadolžitvah),
 - NAGRADA (nagrada naj ne bo dodaten čas za napravo)/POSLEDICA
-
- Jasna napovedu
 - Uresničitev
 - Zdržati odziv/pritisk
 - Varnost

PRIPOROČILA
ZA ŠOLE



©tidystudyprints
**IN THIS
CLASSROOM**

THERE ARE

NO



CELLPHONES ALLOWED

IF I SEE IT, I TAKE IT

CONSIDER THIS YOUR WARNING



PRIPOROČILA ŠOLI

- Jasna pisna (v pravilniku šolskega reda) opredelitev **pravil glede uporabe naprav za zabavo** med poukom/med odmorom
- Jasna pisna opredelitev pravil glede **uporabe naprav za učenje** (kurikulum)
- Jasno in **kontinuirano informiranje** učencev/dijakov, staršev in učiteljev o pravilih
- Dosledno **izvajanje posledic kršenja** pravil (odvzem naprave-prevzame le starš, ustni/pisni opomin, ukor..)
- Pogovor z učenci/dijaki **o varovanju zasebnosti, spletnem nasilju, sextingu, nevarnostih zasvojenosti**
- Opredeljen **postopek ukrepanja v primeru spletnega nasilja** in seznanjenost učencev/dijakov z njim
- **Ničelna toleranca do spletnega nasilja (prijava spletnih zlorab!)**



PRIPOROČILA ŠOLI

- **Kontinuirani preventivni programi**
- **WI-FI dostopen le v nadzorovanih učilnicah** in zaklenjen z geslom
- Označeni **kotički za uporabo telefonov/kotički brez telefonov**
- **Plakati** , preventivni programi..
- **Slogan**, povezan z uporabo naprav
- **“Dan brez telefonov”**
- Priprava **“spletne deklaracije”**, ki jo lahko podpiše vsak učenec/dijak (safe.si)
- **Spodbujanje kreativne in poučne rabe spleta in tehnologij**



Smernice 7 - 10 let

- nakup prve naprave ne pred 9. letom
- jasna pravila in dogovori
- skupen prostor odlaganja
- poznamo gesla, nadzorujemo aktivnosti
- samostojno uporablja le preverjene aplikacije oz. vsebine
- Pogovor
- Aplikacije in nastavitve starševskega nadzora (Parental Control)
- Do 30 minut na dan





LOGOUT

Smernice 11 - 14 let

- prvi profili (skupaj uredimo nastavitve zasebnosti, javno ne komentiramo objav)
- pogovor o bontonu in tveganjih
- opozorimo na zmernost s selfiji
- naslovimo tudi pornografske vsebine
- naprava še vedno v skupnem prostoru, še vedno smo seznanjeni z gesli in odobrimo aplikacijo
- zelo pomembni so digitalni posti
- krepitev interesov in pomoč pri strukturi časa
- Jasna pravila
- Do 60 minut na dan

SVETOVANJE PRI PREKOMERNI UPORABI IN ZASVOJENOSTI S SPLETOM

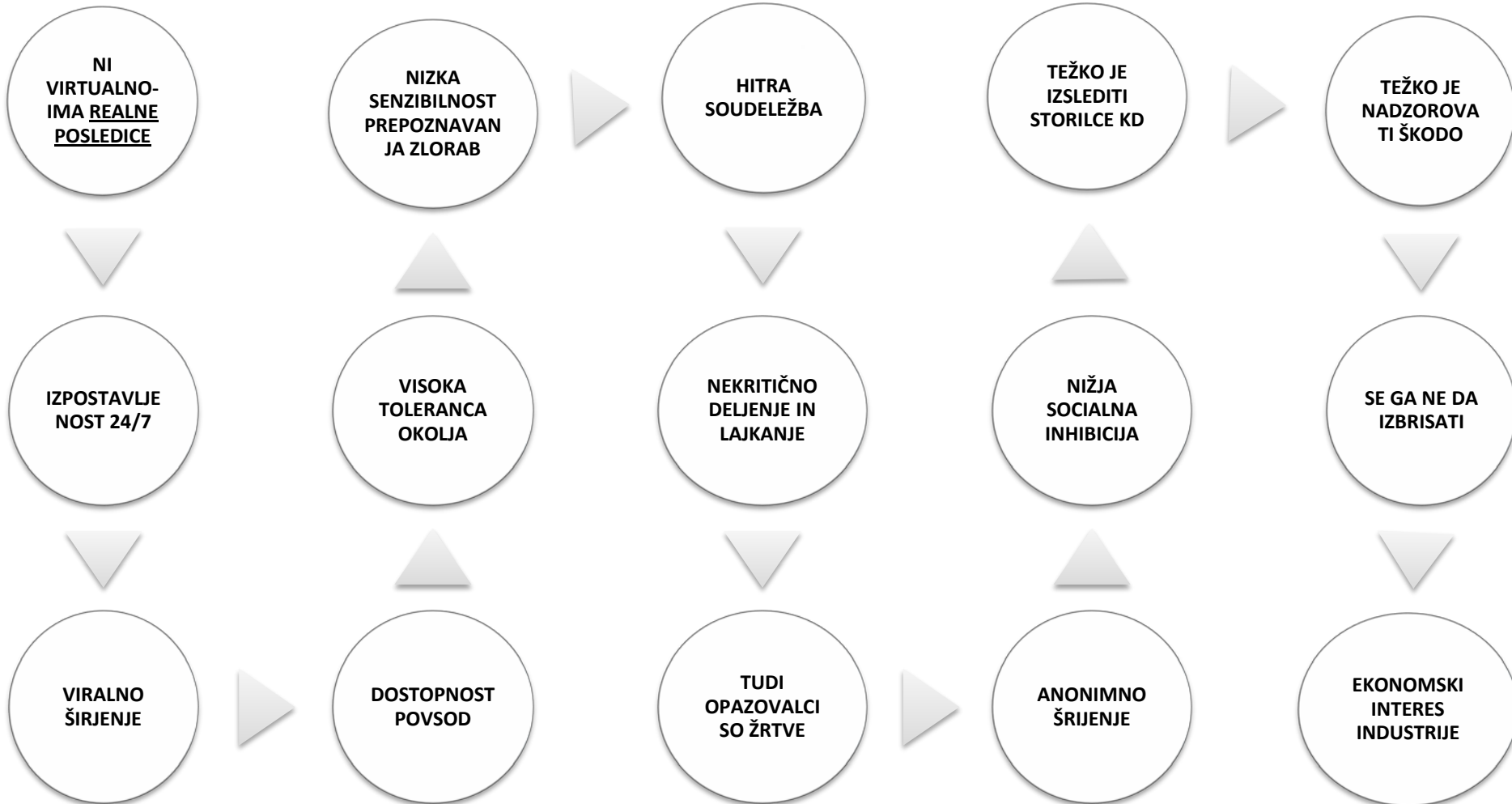


- Pomen **prvega stika in odnosa**
- **Raziščite področja:** “tipičen dan”, uporaba naprav, šola, hobiji, soc.mreža, medosebni odnosi doma, samopodoba, stališča do zasvojenosti s spletom, kaj je že poskušal/a sam/a
- **Ne “obsojajte”** igranja iger, uporabe druž.omrežij, ipd-pokažite zanimanje
- **Informirajte se** o aktualnih vsebinah
- Natančneje analizirajte “**online vedenje**” in **trigerje**
- Pomagajte pri **planiranju** prostega časa in postavljanju ciljev (SMART)
- Pomagajte pri **soočanju s čustveno stisko** in konstruktivnem soočanju s težavami
- Po potrebi sodelujte **s starši**
- **Sodelujte z zunanjimi organizacijami**



**RIZIČNA
SPLETNA
VEDENJA**

ZNAČILNOSTI SPLETNEGA OKOLJA



RIZIČNA SPLETNA VEDENJA



CYBERBULLYING

- spletno trpinčenje, ustrahovanje, izsiljevanje, nadlegovanje, poniževanje,
- vključuje nesramna, zastašujoča, grozeča sporočila, e-pošto, objave na druž.omrežjih
- objava neprijetnih videoposnetkov, fotografij (tudi predelanih)
- zasmehovanje/namerno žaljenje in spodbujanaje preko komentarjev, forumov , chatov, spletnih iger, s ciljem čustvenega odziva žrtve...("flaming"/"trolling")

SOCIALNA OMREŽJA

“Stara sem 16 let. Veliko časa preživim na socialnih omrežjih in klepetalnicah, saj rada spoznavam nove ljudi. Imam pa težave s sošolci. Ustvarili so vsaj 5 lažnih profilov z mojim imenom in z mojo fotko. Na teh profilih objavljajo laži o meni, me ponižujejo, zasmehujejo, objavljajo fotošop fotke na katerih sem jaz. Čisto sem že obupana.”

RIZIČNA SPLETNA VEDENJA



SEXTING

- je pošiljanje in prejemanje **seksualno eksplicitnih** fotografij, sporočil, videov...(lastnih ali drugih, ki jih poznaš)
- je najpogostejši preko pametnih telefonov, spletnih kamer
- med mladimi je lahko oblika raziskovanja lastne spolne identitete
- navadno posredovanj **impulzivno**
- se večkrat uporablja za izsiljevanje ("**sextorsion**")
- distribucija seksualno eksplicitnih vsebin **mladoletnih** oseb je **kaznivo dejanje**.

GROOMING

- je spletno nadlegovanje, pri katerem storilec vzpostavi močan emocionalen stik, s pretvezo da želi biti prijatelj
- storilci imajo navadno lažne profile
- cilj groominga je navadno seks in sektorsion
- najpogosteje na spletnih klepetalnicah, druž.omrežjih
- ima hude psihološke posledice za žrtev

SEXTING

“Imam eno težavo. A mi lahko pomagate? Star sem 14 let in sem odvisen od sextinga. Preko snapchata sem si izmenjeval gole fotografije z neznanci, ki niso bili vsi polnoletni. V zadnjem letu sem si, na mojo pobudo, izmenjal več kot 500 golih fotografij. Njihove usernamse od Snapa sem dobil na spletni strani sexting. Zadnje čase me je začelo skrbeti kaj se bo zgodilo z mojimi fotografijami, saj mi niso vsi vrnil njihovih fotk.”

SEXTING USERNAME FINDER



[Home](#) [All Usernames](#) [Dirty Usernames](#) [Snapchat Sexting](#)

If you want to:

- ✓ search for more snapchat usernames
- ✓ get added by girls or boys
- ✓ have many snapchat friends
- ✓ trade pictures or selfies
- ✓ start sexting on snap ?

Then submit your username here, with your best profile picture

SEXTING USERNAME FINDER

📍 US



johnbol33

18 years old

Gender	Orientation
Male	Other

Description

6'4" athletic, big dick, nice ass , like everything and very kinky

 [VIEW PROFILE](#)

📍 DE



MissySucks

19 years old

Gender	Orientation
Female	Straight

Description

Bored 19F wanting guys to rate my nudes on snap :P add me @ MissySucks

 [VIEW PROFILE](#)

KZ-GROOMING

Pridobivanje oseb, mlajših od petnajst let, za spolne namene

173.a člen

(1) Kdor osebo, mlajšo od petnajst let, prek informacijskih ali komunikacijskih tehnologij nagovarja za srečanje z namenom, da bi zoper njo storil kaznivo dejanje iz prvega odstavka 173. člena tega zakonika ali zaradi izdelave slik, avdiovizualnih ali drugih predmetov pornografske ali drugačne seksualne vsebine, in so nagovarjanju sledila konkretna dejanja za uresnitev srečanja, se kaznuje z zaporom do enega leta

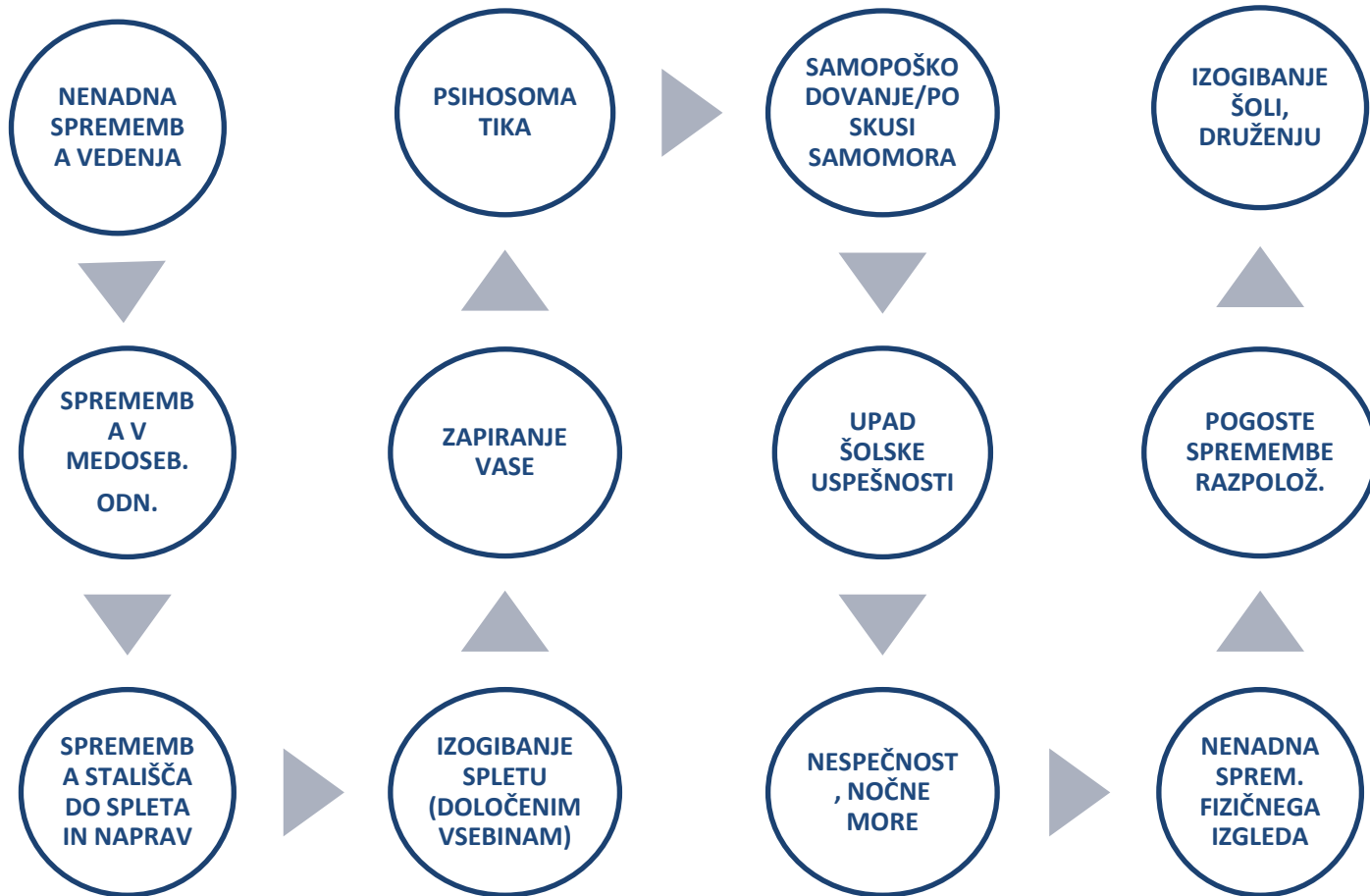
Prikazovanje, izdelava, posest in posredovanje pornografskega gradiva

176. člen

(neuradno prečiščeno besedilo)

- (1) Kdor osebi, mlajši od petnajst let, proda, prikaže ali z javnim razstavljanjem ali kako drugače omogoči, da so ji dostopni spisi, slike, avdiovizualni ali drugi predmeti pornografske vsebine, ali ji prikaže pornografsko ali drugačno seksualno predstavo, se kaznuje z denarno kaznijo ali zaporom do dveh let.
- (2) Kdor s silo, grožnjo, preslepitvijo, prekoračitvijo ali zlorabo pooblastil, novačenjem, nagovarjanjem ali zaradi izkoriščanja navede, pridobi ali spodbudi mladoletno osebo za izdelavo slik, avdiovizualnih ali drugih predmetov pornografske ali drugačne seksualne vsebine, za sodelovanje v pornografski ali drugačni seksualni predstavi ali kdor taki predstavi vedoma prisostvuje, se kaznuje z zaporom od šestih mesecev do osmih let.
- (3) Enako kot v prejšnjem odstavku se kaznuje, kdor zase ali za drugega pridobiva, proizvede, razširi, proda, uvozi, izvozi ali drugače ponudi pornografsko ali drugačno seksualno gradivo, ki vključuje mladoletne osebe ali njihove realistične podobe, ali kdor poseduje tako gradivo ali pridobi dostop do takega gradiva s pomočjo informacijskih ali komunikacijskih tehnologij, ali razkriva identiteto mladoletne osebe v takem gradivu.

PREPOZNAVANJE ŽRTVE SPLETNE ZLORABE



5-KA

LOGOUT



1. **(S)HRANIM** dokaze (screenshot)
2. **NE ODGOVARJAM**
3. **BLOKIRAM** nadlegovalca
4. **PRIJAVIM** neprimerno vsebino
5. **POVEM** zaupni odrasli osebi



LOGOUT

O LOGOUT-u

- Specializirani center za pomoč posameznikom pri prekomerni rabi interneta
- 8 let delovanja
- brezplačna svetovanja za vse

Prve **specializirane ambulante** za pomoč pri prekomerni rabi interneta.

NAROČANJE

4 psihološke ambulante

- **Logout Ljubljana** (od 2011)
- **Logout Izola** (od 2016)
- **Logout Celje** (od 2018)
- **Logout Radeče** (od 2018) sodelovanje z ZD Radeče

Anonimno svetovanje

- brezplačna klicna številka
- splet

PROGRAMI POMOČI

Logout&Restart - digitalna zasvojenost

Celosten program namenjen posameznikom, ki so s tehnologijami zasvojeni.

Digitalna dieta - digitalna preobremenjenost

Program namenjen posameznikom, ki prekomerno uporabljajo tehnologije.

Logout&SpeakOut! - spletno nasilje

Program pomoči namenjen otrokom žrtvam spletnega nasilja.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Mestna občina
Ljubljana

HVALA ZA POZORNOST

www.logout.si

T: 041 233 474

E: spela.res@logout.si

LOGOUT

Center pomoči pri
prekomerni rabi interneta