

OŠ Vojnik

MLADI IN SODOBNA TEHNOLOGIJA



Avtorici:

Pina Berk, 9. b

Neža Krajnc, 9. b

Mentorica:

Urška Kovač Jurčenko, univ. dipl. ped.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2019

OŠ Vojnik

MLADI IN SODOBNA TEHNOLOGIJA

Avtorici:

Pina Berk, 9. b

Neža Krajnc, 9. b

Mentorica:

Urška Kovač Jurčenko, univ. dipl. ped.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 201

KAZALO VSEBINE

KAZALO SLIK.....	4
KAZALO GRAFOV	4
POVZETEK.....	6
ZAHVALA.....	8
1 UVOD	9
2 TEORETIČNI DEL	
2.1 MLADI IN SODOBNA TEHNOLOGIJA	10
2.1.1 MLADOST	10
2.1.2 TELEKOMUNIKACIJE	12
2.2 UPORABA MOBILNE TEHNOLOGIJE	17
2.2.1 UPORABA INTERNETA IN TELEFONA MED MLADIMI	17
2.2.2 SOCIALNA OMREŽJA	18
2.2.3 RAČUNALNIŠKE IGRE	23
3 EMPIRIČNI DEL.....	26
3.1 CILJ RAZISKAVE	26
3.2 METODE RAZISKOVANJA	26
3.3 OPIS VZORCA	27
3.4 ANALIZA REZULTATOV	28
3.4.1 ANALIZA ANKET.....	28
3.4.2 ANALIZA INTERVJUJEV	48
3.5 ANALIZA HIPOTEZ.....	50
4 RAZPRAVA	51

5 ZAKLJUČEK	52
6 VIRI IN LITERATURA	53
7 PRILOGE	54
7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK.....	54
7.2 INTERVJU Z GOSPO PETRO BELINA	58
7.3 INTERVJU Z NEVO BOŠKIN.....	61

KAZALO SLIK

SLIKA1: NASLOVNICA.....	1
SLIKA2: SNAPCHAT.....	17
SLIKA3: INSTAGRAM.....	17
SLIKA4: VIBER.....	17
SLIKA5: FACEBOOK.....	18
SLIKA6: TWITTER.....	18

KAZALO GRAFOV

GRAF 0: Razred anketirancev	27
GRAF 1: Spol anketirancev	27
GRAF 2: Imaš svoj telefon?	28
GRAF 3: Kakšen telefon imaš?	29
GRAF 4: Koliko si bil star, ko si dobil svoj prvi telefon?	29
GRAF 5: Približno koliko časa dnevno posvetiš telefonu?	30
GRAF 6: Kdo odloča o uporabi telefona?	30
GRAF 7: Kaj poleg klicev še uporabljaš na telefonu?	31
GRAF 8: Katero od naštetih funkcij uporabljaš najpogosteje?	32
GRAF 9: Ali imaš telefon ves čas pri sebi?	32
GRAF 10: Ali uporabljaš telefon tudi tik pred spanjem?	33

GRAF 11: Če tudi ponoči uporabljaš telefon, približno do kdaj?	33
GRAF 12: Je tvoj telefon v sobi, ko spiš?	34
GRAF 13: Si pred spanjem na telefonu izklopiš omrežje wi-fi?	34
GRAF 14: Približno koliko klicev opraviš dnevno med tednom?	35
GRAF 15: Približno koliko klicev opraviš dnevno med vikendom?	35
GRAF 16: Približno koliko sporočil pošlješ dnevno?	36
GRAF 17: Kako s pomočjo telefona najpogosteje komuniciraš s prijatelji?	36
GRAF 18: Kako s pomočjo telefona najpogosteje komuniciraš s starši?	37
GRAF 19: Na kakšen način se lažje pogovarjaš s prijateljem/sošolcem?	37
GRAF 20: Ali uporabljaš socialna omrežja?	38
GRAF 21: Približno koliko časa dnevno si aktiven na socialnih omrežjih?	39
GRAF 22: Na katerih socialnih omrežjih si trenutno aktiven?	39
GRAF 23: Katero socialno omrežje uporabljaš najpogosteje?	40
GRAF 24: Ali imajo tudi tvoji starši profile na omrežjih, da te kontrolirajo?	41
GRAF 25: Za kaj največkrat uporabljaš socialna omrežja?	41
GRAF 26: Ti je pomembno, koliko sledilcev imaš na omrežjih in koliko všečkov zbereš? ...	42
GRAF 27: Kako pogosto objavljaš fotografije na socialnih omrežjih?	42
GRAF 28: Kakšne fotografije najpogosteje objavljaš?	43
GRAF 29: Koga vse sprejmeš za »prijatelja« na socialnih omrežjih?	43
GRAF 30: Kako imaš zavarovane profile na socialnih omrežjih?	44
GRAF 31: Ali igraš računalniške/mobilne igre?	45
GRAF 32: Koliko različnih iger trenutno igraš na telefonu?	45
GRAF 33: Katero igro največ igraš?	46
GRAF 34: Koliko časa dnevno posvetiš igram?	46
GRAF 35: Kakšnega tipa je igra, ki jo najpogosteje igraš?	47
GRAF 36: Ali starši nadzorujejo, koliko časa igraš igre?	47
GRAF 37: Ali zmaga/poraz vpliva na tvoje počutje čez dan?	48

POVZETEK

Za temo o sodobni tehnologiji sva se odločili, ker naju to zanima in sva se želeli bolje seznaniti s področjem.

Raziskovalna naloga povzema uporabo telefona med mladimi, trende na socialnih omrežjih ter najpopularnejše računalniške oz. mobilne igre.

Pri pisanju sva izhajali iz odgovorov, ki sva jih pridobili v anketnem vprašalniku, iz intervjujev ter iz svojih hipotez.

Kot metode sva uporabili anketni vprašalnik ter strokovni in laični intervju, pri pisanju pa sva si pomagali z informacijami s spleta.

Rezultate sva interpretirali v obliki grafov, opis vzorca pa sva prikazali s tortnim diagramom. Nekateri rezultati so naju pozitivno ali negativno presenetili, povezovali pa sva jih tudi s hipotezami.

Sklepava, da je uporaba mobilnih telefonov med mladimi zelo razširjena in da bomo morali posvečati vedno več pozornosti ustrezni uporabi spleta. Meniva pa tudi, da se bo z generacijami večalo število odvisnikov od mobilne tehnologije in da se bo morala civilizacija prilagajati virtualnemu življenju.

ZAHVALA

Najprej se zahvaljujema mentorici za vse ideje in pomoč pri pisanju.

Zahvaljujema se gospe Petri Belina, univ. dipl. psihologinji iz Centra pomoči pri prekomerni uporabi interneta LogOut, za strokovne odgovore na najina vprašanja.

Zahvaljujema se gospe Nevi Boškin tudi za njen pogled na sodobno tehnologijo med mladimi.

1. UVOD

Namen najine raziskovalne naloge je ugotoviti, kateri so trendi med mladimi na naši šoli pri uporabi socialnih omrežij in računalniških/mobilnih igrar, koliko časa mladi namenijo telefonu in kako socialna omrežja in igre vplivajo na mlade. Prav tako pa sva se dotaknili teme o zasvojenosti s sodobno tehnologijo.

Od anketirancev sva pridobili podatke o tem, koliko so sami aktivni na socialnih omrežjih, kako pogosto jih uporabljajo, koga sprejmejo za »prijatelja«, katera socialna omrežja najpogosteje uporabljajo ter za kaj jih največkrat koristijo, koliko časa posvetijo igram in katere igre so letos najbolj priljubljene.

Najin cilj je ozavestiti mlade o nevarnostih mobilne tehnologije in osveščati o problemih prepogoste uporabe mobilnih telefonov.

Najine hipoteze so:

H1: Dekleta v povprečju pošljejo več sporočil in opravijo več klicev kot dečki.

H2: V času uporabe telefona med spoloma ni velikih razlik.

H3: V povprečju mladi uporabljajo tri socialna omrežja.

H4: Mladi med sabo pogosteje komunicirajo preko socialnih omrežij kot v živo.

H5: Mladi so med socialnimi omrežji največ aktivni na Snapchatu.

H6: Dekleta so bolj aktivna na socialnih omrežjih, dečke pa bolj pritegnejo računalniške igre.

H7: Najpopularnejša igra med dečki je Fortnite.

Za metode dela sva uporabili anketne vprašalnike, ki so jih izpolnjevali učenci 8. in 9. razredov naše šole. Pri pisanju sva si pomagali tudi z intervjujem s strokovnjakinjo iz ambulate Log Out, Petro Belina, ter znano slovensko youtuberko Nevo Boškin, ki sta nama podali še drug pogled na področje, ki ga raziskujemo.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 MLADI IN SODOBNA TEHNOLOGIJA

2.1.1 MLADOST

Mladostništvo ali adolescenca je razvojno obdobje pri človeku med otroštvom in odraslostjo. Začne se z nastopom pubertete in konča z vstopom v odraslost, torej približno med 11. (za dečke 13.) in 20.–24. letom starosti. Kot prehod med otroštvom in adolescenco velja nastop pubertete, ki pomeni doseganje zrelosti in ga kažejo navzven očitni znaki: hitra telesna rast (t. i. rastni sunek) ter razvoj sekundarnih spolnih znakov (dečki: povečanje mišične mase, mutacija glasu, pojav brade, brkov, sramnih dlačic, izoblikovanje in rast zunanjih spolnih organov ter nočni izliv ali "mokre sanje"; deklice: rast in razvoj dojk, pojav sramnih dlačic, pojav dlačic pod pazduhami, izoblikovanje bokov in stegen ter prva menstruacija).

Splošno prepričanje je, da je adolescenca razvojno obdobje oziroma čas, ko mladostnik oblikuje svojo identiteto. Oblikovanje identitete je psihološki proces, v katerem se posameznik opredeli glede lastnosti in značilnosti, za katere verjame, da predstavljajo njega samega.

V obdobju adolescence se zelo spremenijo odnosi mladostnikov z vrstniki, s starši in z vso okolico. V času mladostništva se število konfliktov s starši ter prijatelji poveča. Mladostnike lahko razburijo in užalijo že najmanjša nasprotovanja in nestrinjanja. Prav tako se pojavijo čustvena nihanja, zaradi katerih se lahko v nekem trenutku počutijo vesele, v naslednjem pa že jezne ali žalostne. Kar pomeni, da na odnose z okolico močno vpliva tudi trenutno počutje mladostnika. Prijateljstva v tem obdobju temeljijo predvsem na zaupanju, iskrenosti ter odprtosti, čustveno pa so zelo intenzivna. V zgodnjem obdobju mladostništva so na prvem mestu telesna privlačnost in prvi vtis, ki ga mladostniki naredijo na vrstnike, nato prijateljstvo, intimnost, ljubezen ter spolne izkušnje, v poznem obdobju adolescence pa razumevanje, skupni interesi, intimnost in podobni načrti za prihodnost.

Mladostniki v procesu osamosvajanja od staršev preizkušajo lastne vzorce vedenja (z izbiro glasbe, ki jo poslušajo, z uporabo slenga – govorice mladih, s spremenjenim zunanjim videzom, ki ga poudarjajo z drugačno pričesko ali modnim slogom). Spremembe v odnosu mladostnik–starši se odražajo v izmenjavi konfliktov ter čustvene povezanosti. Svojo

različnost od staršev mladostnik med drugim dokazuje z odklanjanjem starševskih nasvetov in zavračanjem njihovih stališč.

V obdobju mladostništva postajajo odnosi mladostnika s posamezniki podobne starosti, podobnih pogledov in prepričanj vse bolj pomembni. Za mladostnike je značilno, da si z vrstniki izmenjujejo čustva, razpoloženja in doživetja. Mladostnike z vrstniki povezujejo osebnostne značilnosti, skupni interesi in želje, z njimi razpravljajo o prihodnosti in svojih ciljih. Z vrstniki si delijo in pridobivajo informacije o tistih področjih svojega življenja, o katerih se s starši bolj malo ali redko pogovarjajo. Številni telefonski pogovori brez konca so ena najpomembnejših mladostniških socialnih dejavnosti. Pogovori na daljavo in množica sporočil so pokazatelji priljubljenosti posameznika in hkrati dokaz, kako visoko je mladostnik uvrščen v skupini vrstnikov. Včasih so se mladi zbirali na igriščih in se družili ob raznih športnih in drugih aktivnostih, česar je vedno manj zaradi uporabe mobilne tehnologije. Raje kot v živo se pogovarjajo preko telefona oz. s pošiljanjem sporočil ter komunicirajo preko socialnih omrežij.

Vrstniki lahko tudi negativno vplivajo na mladostnika, če ga zavračajo, odpravljajo iz družbe ali mu namenjajo žaljive opazke in se iz njega norčujejo. Vedno več je tudi spletnega nasilja, ki se kaže z žaljivimi komentarji in objavami žaljivo predelanih fotografij. To mladostnike še bolj potre, saj se na socialnih omrežjih želijo pokazati v svoji najboljši luči.

Pomembno vlogo v mladostnikovem življenju igrajo prijatelji. Prijateljske zveze so običajno čustveno tesne in psihološko močne. Prijateljstva v razvojnem obdobju mladostništva so omejena na istospolna prijateljstva, na dekliška in fantovska, kasneje pa se spola v družbah pomešata. Prijateljske povezave temeljijo na podobnih osebnostnih lastnostih, značilnostih, interesih in pogledih na prihodnost. Pogovori s prijatelji so odkriti, zaupni ter iskreni. Prijatelji se pogovarjajo o doživljanju in razumevanju lastnih čustev, dožemanju in spoznavanju intimnih platí življenja, razmišljajo o konfliktnih situacijah, delijo si nasvete in izmenjujejo informacije o tem, kakšen vtis naredijo drug na drugega.

Dekliška prijateljstva v razvojnem obdobju so tesna, notranje povezana in intimna. Prijateljstva med fanti, ki jih povezuje skupno zanimanje in skupne dejavnosti, so v primerjavi z dekliškimi bolj številčna. To pomeni, da se dekleta bolj navežejo na manjše število prijateljic, fantje pa lažje zaupajo več prijateljem.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Mladostni%C5%A1tvo>, dostop 12. 2. 2019)

2.1.2 TELEKOMUNIKACIJE

Telekomunikacije so področje elektrotehnike in znanstvena veda, ki obravnava prenos informacij na daljavo. Telekomunikacijska zveza omogoča izmenjavo in posredovanje informacij. V ožjem pomenu je to izmenjava podatkov z uporabo elektrotehnike, elektronike ali pa druge sodobne tehnologije. Naloga telekomunikacij je prenesti signal najboljše kakovosti, z najmanjšo porabo moči s pomočjo najenostavnejše strojne opreme.

Mednarodna telekomunikacijska zveza je telekomunikacije definirala kot vsak prenos, oddajanje ali sprejemanje znakov, signalov, besedil, slik in zvokov ali informacij kakršne koli vrste po žičnih, radijskih, optičnih ali drugih elektromagnetnih sistemih.

Informacije se tako lahko prenašajo preko dolgih razdalj in celotnega sveta. Sprva je prenos informacij potekal s pomočjo vizualnih signalizacij, kot so svetilnik, dimni signali, ritmično bobnenje. Z napredovanjem tehnologije so se telekomunikaciji pridružile še telegrafija, telefonija, radio, televizija, optična vlakna, optične komunikacije, računalniška omrežja in internet. Danes so telekomunikacije sestavni del informacijsko-komunikacijskih tehnologij.

V srednjem veku so bile kot sredstvo za posredovanje signala običajno uporabljene verige svetilnikov, ki so bile nameščene na vrhovih gričev. Vendar so le-te imele pomanjkljivost, lahko so prenašale eno samo informacijo, zato si je bilo potrebno pomen sporočila, kot je *"sovražnik je bil opažen"*, dogovoriti vnaprej. Leta 1792 je francoski inženir zgradil prvi pritrjen sistem vizualne telegrafije med krajema Lille in Pariz. Vendar je sistem signalnih naprav (semaforjev) utrpel potrebo po usposobljenih izvajalcih in stroških grajenja stolpov vsakih 10–30 kilometrov. Zaradi konkurence in nastanka električnega telegrafa je bila zadnja signalna naprava opuščena leta 1880. Prvi preboj v sodobni telekomunikaciji je prišel v letu 1830 z željo, da v celoti razvijejo telegraf. Uporaba teh električnih komunikacijskih sredstev se je v 19. stoletju eksplozivno začela širiti na vseh kontinentih sveta in tako povezala celine s pomočjo kablov na dnu oceanov. Prva dva priljubljena sistema električne telekomunikacije sta bila telegraf in telefon, ki pa sta za uporabo zahtevala namestitvev prevodnih kovinskih žic. Revolucija v brezžični telekomunikaciji se je začela v prvem

desetletju 20. stoletja, ko je Guglielmo Marconi leta 1909 pridobil Nobelovo nagrado za fiziko za svoj pionirski razvoj brezžične radijske komunikacije.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Telekomunikacije>, dostop 11. 2. 2019)

Kasnejši pomembnejši mejniki v brezžični komunikaciji:

Telefon je telekomunikacijska naprava za sprejem in oddajo zvoka na veliko razdaljo. Še v 90. letih 20. stoletja je bila telefonija sinonim za fiksno telefonijo, vezano na razvejana žična omrežja. Danes se zelo hitro širi mobilna telefonija, ki omogoča uporabo telefona skoraj povsod. Izumiteljstvo telefona ni povsem jasno, bistveno pa so k izumu prispevali Antonio Meucci, Philip Reis in Alexander Graham Bell, slednji je pogosto naveden kot edini izumitelj. Prve naprave, uporabne za prenos signala, so bile razvite že leta 1849, vendar je šele junija 1875 Bellu uspel prenos glasu.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Telefon>, dostop 12. 2. 2019)

Rádio je tehnologija, ki omogoča prenos signalov s prilagajanjem elektromagnetnih valov. Škotski fizik James Clerk Maxwell je leta 1864 predvidel obstoj elektromagnetnih valov, ki potujejo s svetlobno hitrostjo. Heinrich Rudolf Hertz je leta 1888 s poskusi potrdil Maxwellovo teorijo. Guglielmo Marconi je odkritje uporabil za komunikacije. Leta 1896 je v Združenem kraljestvu pošiljal in sprejemal radijski signal na razdalji 70 km. Leta 1902 je iz Cornwalla v Veliki Britaniji poslal v Kanado črko »S« v Morsejevi abecedi. Uporabil je antene z dvema 60 m visokima stolpoma. Marconi se je ukvarjal predvsem s prenosom telegrafskega signala (Morsejeva abeceda), saj prvi oddajniki niso bili primerni za prenos zvoka.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Radio>, dostop 12. 2. 2019)

Televizija je tehnologija prenosa negibnih ali gibajočih se slik in zvoka na daljavo. Tehnične zasnove so bile razvite že v 19. stoletju, praktično uporabne izvedbe pa so se pojavile okoli leta 1930. Na olimpijadi v Berlinu leta 1936 so že oddajali televizijski signal. Prva generacija televizorjev ni bila čisto elektronska, saj je imel ekran vgrajen motor in sistem vrtečih se plošč s spiralno razmeščenimi luknjicami, s katerimi so dobili sliko predmeta na zaslonu. Ta sistem je leta 1883 izumil Paul Nipkow, ki je s tem dal zamisel za dejansko prenašanje slike. Do udejanjenja je prišlo šele veliko let kasneje. To se je zgodilo leta 1926, ko je škotski izumitelj John Logie Baird izvedel prvi prikaz televizije na svetu in pri tem uporabil Nipkove plošče. Kasneje so jih opustili in namesto njih uporabili katodno cev, ki se je z napredkom tehnologije krajšala. Sistem elektromehanske televizije so najprej uvedli

v ZDA leta 1928, nato leta 1929 v Združenem kraljestvu in Nemčiji ter leta 1931 še v Franciji in Sovjetski zvezi.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Televizija>, dostop 12. 2. 2019)

Internet je v splošnem smislu računalniško omrežje, ki povezuje več omrežij. Nastanek interneta sega v obdobje povojnih Združenih držav Amerike, kjer je Vennevar Bush, univerzitetni profesor, vplival na močno investiranje v opismenjevanje družbe glede tehnoloških novosti. Ustanovila se je Nacionalna znanstvena fundacija, ki je poskrbela za izboljšano finančno podporo znanosti v družbi v povojnem času izobilja v ZDA. Fundacija je omogočala dobro sodelovanje med vlado, akademskim okoljem in gospodarstvom. V naslednjih tridesetih letih je financirala velik del akademskega in industrijskega raziskovanja. Z ministrstvom za obrambo sta pokrili skoraj tolikšen del investicij, kot jih je opravilo samo zasebno gospodarstvo. Ob pomembnih univerzah so tako nastali inštituti zasebnih raziskovalcev, ki so bili deloma financirani tako od vlade kot od zasebnega sektorja. Internet je pričel nastajati konec šestdesetih in osemdesetih let, ko je začel delovati kot ARPANET. Med najpomembnejšimi znanstveniki in organizatorji je potrebno omeniti Josepha Carla Robnetta Licklida, znanstvenika, ki se je sprva ukvarjal predvsem s psihoakustiko, a se je ob študiju navdušil nad kibernetiko in psihologijo in postal pomemben motivator za izboljševanje interakcije med uporabniki, računalnikom, programi in terminali. S takšnimi namerami se je ukvarjal predvsem z izboljševanjem knjižnic, znanstvenih besedil in izboljševanjem poizvedb pri takšnih enormnih poplavih podatkov. Vlada ZDA ga je preusmerila v delo za DARPA, saj je po Sputniku ostala velika želja po znanstvenem dokazovanju. Licklider je sprejel delo znotraj ministrstva za obrambo za skrb pri izboljševanju vojaških odločitev, in sicer zaradi bolj izčiščenih informacij računalniške obdelave. Prav tako je sprejel delo preučevanja psiholoških faktorjev pri sprejemanju vojaških odločitev. Sam je tako podpiral izrazito mreženje znanstvenikov in njihovih sredstev in tako množenje tako interpretacij kot dostopnosti rezultatov med različnimi univerzami, raziskovalnimi centri. Že v zgodnji zasnovi je bil internet načrtovan kot necentralizirana mreža preko najetih telefonskih kablov namenjenih le-tej dejavnosti, za kar sta se odločila Larry Roberts in Robert Taylor predvsem zaradi varnosti in obstojnosti mreže ob stresnih dogodkih. Centraliziran računalnik je bil kot ideja kaj kmalu opuščena. Ob sponzorstvu agencije za napredne raziskave pri ameriškem obrambnem ministrstvu DARPA (Defense Advanced Research Projects Agency) je bil razvit sklad protokolov IP (Internet Protocol) in TCP (Transmission Control Protocol).

Podatkovno omrežje, zasnovano na tem protokolnem skladu, naj bi služilo povezavi oddaljenih raziskovalnih institucij s superračunalniki za potrebe raziskav, ki jih je naročalo ameriško obrambno ministrstvo. Prav tako so pred samim arpanetom dorekli značilnosti decentraliziranih omrežij, paketno preklapljanje informacij ter teorijo čakajočih vrst.

(<https://sl.wikipedia.org/wiki/Internet>, dostop 11. 2. 2019)

V sodobnem času si tudi življenja doma in v prostem času ne moremo več predstavljati brez urejene telekomunikacije. Telefonija je postala že nekaj tako vsakdanjega, da brez internetne in telefonske povezave resnično ne znamo več živeti. Skoraj ne najdemo več doma brez brezžične povezave (wi-fi), ki je tudi potrebna za večino aplikacij, ki jih ljudje uporabljamo na telefonu. Za uporabo socialnih omrežij in vedno večje število iger potrebujemo povezavo z omrežjem.

(<https://www.elektro-pecaver.si/telekomunikacije-in-telefonija>, dostop 11. 2. 2019)

PREDNOSTI BREZŽIČNIH OMREŽIJ

Brezžična omrežja uporabnikom ponujajo veliko prednosti – od cenovne ugodnosti do popolne vključitve v druga omrežja.

- **Priročnost:** brezžična svoboda uporabnikom omogoča uporabo omrežnih sredstev iz katerekoli lokacije, pokrite s signalom.
- **Prenosnost:** s pojavom javnih brezžičnih omrežij lahko uporabniki do interneta dostopajo tudi izven njihovega delovnega okolja.
- **Postavitev:** namestitev omrežja zahteva le malo več od dostopne točke, za razliko od klasičnih omrežij, ki za delovanje na vseh lokacijah potrebujejo žice.
- **Razširljivost:** dodajanje novih uporabnikov ne zahteva nobene dodatne strojne opreme, vse dokler je uporabnik v dosegu signala.
- **Cena:** strojna oprema, potrebna za postavitve brezžičnega omrežja, je le malenkost dražja od opreme za običajno omrežje, vendar pa je glede na prosto razširljivost strošek upravičen.

SLABOSTI BREZŽIČNIH OMREŽIJ

Brezžična omrežja so kljub zgoraj navedenim prednostim še vedno nepopularna v marsikaterem okolju, in sicer predvsem zaradi podedovanih slabosti tehnologije.

- **Varnost:** brezžična omrežja imajo podedovano napako, da lahko signale prejema vsakdo v območju pokritosti.
- **Doseg:** za doseg večjih razdalj potrebujemo dodatne dostopne točke ali ponavljalnik. Druge tehnologije, kot je WiMax, pa ponujajo doseg preko 100 km, kar je veliko več od navadnega omrežja.
- **Zanesljivost:** brezžični signal je zelo dovzeten za vplive iz okolja, zato lahko povezava postane nestabilna. Zaradi tega se uporaba brezžične povezave za pomembne omrežne vire, kot so strežniki, močno odsvetuje.

(https://sl.wikipedia.org/wiki/Brez%C5%BEi%C4%8Dno_omre%C5%BEje, dostop 12. 2. 2019)

2. 2 UPORABA MOBILNE TEHNOLOGIJE

2. 2.1 UPORABA INTERNETA IN TELEFONA MED MLADIMI

Večina staršev ima pod nadzorom, kaj njihovi otroci počnejo, medtem ko so prijavljeni na različna socialna omrežja, portale itd. Kaj pa se dogaja z otroki, ki jih starši nimajo pod nadzorom? Kaj le-ti počnejo na spletu? Pojavlja se vprašanje, kaj nam prinaša vse novejša in novejša tehnologija.

Po podatkih spletne strani MediaSmarts (Nacionalna raziskava 2013 v Kanadi, učenci stari od 9 do 17 let, 5436 anketirancev) ima kar 99 % učencev dostop do interneta tudi izven šole. Najbolj uporabljane naprave za »srfanje« po internetu so mobilni in pametni telefoni. Skoraj polovica, natančneje kar 49% učencev do četrtega razreda, ima osebni telefon ali redno dostop do svojega telefona ali do telefona koga drugega.

Večina mladih danes uporablja internet kot primarno sredstvo za dostop do informacij.

Po podatkih zgoraj omenjene agencije pa učenci internet največkrat uporabljajo za zabavo in komuniciranje s prijatelji in družino:

- igranje igrice na spletu (59 % učencev),
- prenos ali poslušanje glasbe, gledanje TV-nadaljevanj in filmov (51 % učencev),
- branje ali komentiranje na tujih socialnih omrežjih (52 % učencev),
- objave na lastnih socialnih omrežjih (41 % učencev).

Spletna varnost je zelo pomembna in o njej je treba govoriti, ko se otrok začne udeleževati v tovrstnih aktivnostih ali še prej.

39 % učencev s svojimi telefoni spi, saj le-ti želijo biti dosegljivi, če bi jih nekdo poklical ali napisal sms tekom noči. Enako počne 20 % učencev, starih od 9 do 10 let, medtem ko ta številka do 17. leta naraste na več kot 50 %. Koliko sevanja naprava oddaja in kako moti naše spanje, je za mnoge nepomembno vprašanje.

Zelo pomembno je, da mladi poznamo ustvarjalnost interneta, da se skozenj lahko razvijamo, nadgrajujemo svoje znanje ter naučimo marsikaj novega pa tudi zabavamo. Pri tem pa moramo previdni. Zanimivo je, da raziskava ni pokazala, da bi se učenci v večjih odstotkih opredelili, da uporabljajo internet kot sredstvo za učenje, študij ali raziskovanje. Za to lahko krivimo poleg staršev tudi izobraževalne ustanove, ki otrok, dijakov, študentov ne osveščajo o tem in jih ne učijo, kako pametno in koristno uporabljati internet.

(<http://mediasmarts.ca/blog/reflecting-about-life-online>, dostop 12. 2. 2019)

2.2.2 SOCIALNA OMREŽJA

Socialna omrežja so aplikacije, ki jih mladi večinoma uporabljamo za komunikacijo s prijatelji, objavo fotografij in spremljanje dogajanja v svetu slavnih. Skoraj vsak mladostnik do 16. leta jih že uporablja, saj se tako počuti enakovreden vrstnikom. Ko mladi spoznavamo nove ljudi, nas ti najprej povprašajo o socialnih omrežjih, na katerih smo aktivni, in niti ne pomislijo, da jih mogoče kdo ne uporablja. V mladostništvu je aktivnost na socialnih omrežjih zelo pomemben dejavnik, saj se večina pogovorov odvija prav tam. Na socialnih omrežjih se mladi radi pokažemo v svoji najboljši luči, zato jih še raje uporabljamo.

Uporabniki socialnih omrežij moramo najprej ustvariti svoj profil, ki vsebuje različne informacije osebne narave (ime, starost). Seveda pa lahko na svoj profil naložimo tudi svoje fotografije, objavimo svoj blog, iščemo druge uporabnike s podobnimi interesi ter zbiramo in delimo seznam stikov. Dodatek uporabniških profilov pa je mesto, kjer so komentarji prijateljev in drugih uporabnikov. Za varstvo uporabnikove zasebnosti imajo socialna omrežja navadno nastavitve, ki uporabniku omogočajo, da si sam nastavi, kdo lahko vidi njihov profil, jih kontaktira, doda na seznam stikov ipd. V zadnjem času si različna podjetja prav tako ustvarjajo profile na socialnih omrežjih z namenom promoviranja lastnih produktov in storitev.

Prav tako se vedno pogosteje pojavljajo nagradne igre, s katerimi želi določena oseba pridobiti več sledilcev ali v primeru podjetja, kupcev. Pomembno pri sodelovanju v teh nagradnih igrah je previdnost. Če nagradni sklad obljublja zelo drage dobitke, lahko podvomimo o resničnosti nagradne igre. Oseba, ki je nagradno igro pripravila, verjetno samo išče dodatne "followerje" (sledilce). Če pa so za sodelovanje potrebni osebni podatki, je nujno premisliti, ali bomo sploh sodelovali, saj lahko zlorabijo naše osebne podatke.

Potencialne slabosti socialnih omrežij so sledeče.

- **Zasebnost uporabe:** uporabniki v svojem spletnem profilu oz. podobi objavijo svoje osebne podatke, ki jih posamezniki lahko zlorabijo (npr. kraja identitete). Pojavijo se lahko vprašljivo pristni profili, celo dvojni profili, lažni profili in lažne informacije. Problem je, da ko enkrat objavimo informacije na internetu, jih je skoraj nemogoče popolnoma izbrisati. Krivcev za ogrožanje uporabnikove zasebnosti pa je več. Uporabniki lahko nenazadnje objavijo zasebne informacije, ki jih spletna stran nezadostno zavaruje in tako omogoči tretji strani, da prosto uporablja objavljeno na družbenih omrežjih v različne namene. Včasih nam niti zaščita z geslom ne pomaga. Hoteli ali ne, naši podatki kmalu postanejo dostopni vsem poznanim in neznanim uporabnikom interneta.
- **Ponarejeni profili:** mladostniki lahko svoje vrstnike tudi "ponaredijo" oz. ustvarijo njihov profil na socialnih omrežjih in se tam iz posameznika

norčujejo, objavljajo njegove slike, ki jih sam ne bi želel objaviti, ali grdo pišejo o njem.

- **Spletno izsiljevanje:** če nočemo narediti, kar sovrstnik ali katera koli druga oseba želi od nas, nas lahko izsiljuje z neprimernimi slikami, ki jih izdaja za naše ipd.
- **Zasvojenost:** prekomerna uporaba socialnih omrežij.
- **Pojav nesocialnosti v realnosti:** veliko mladim se pojavi težava, da se v realnem življenju ne znajo več izražati, nekateri se celo ne morejo več pogovarjati v živo.
- **Pretirana osredotočenost na svoj videz zaradi lepotnih idealov:** na socialnih omrežjih so slavne osebnosti, ki jim sledi veliko deklet, ker so jim lepotni ideal. Problem je, ker je veliko teh lepotnih idealov podvrženih lepotnim operacijam ali ima osebno ekipo stilistov in vizažistov.

Potencialne prednosti socialnih omrežij so sledeče.

- **Izmenjava informacij:** če zbolimo in manjkamo v šoli, nam lahko sošolci posredujejo snov, ki so jo obravnavali tisti dan.
- **Stik z ljudmi po celem svetu:** če imamo prijatelje iz drugih držav ali smo od njih zelo oddaljeni, lahko preko socialnih omrežij lažje komuniciramo.
- **Olajšanje iskanje romance:** skupnost za samske v iskanju partnerja.
- **Iskanje zaposlitve prek socialnih omrežij.**
- **Pridobivanje informacij o izdelkih in storitvah.**
- **Prejemanje podpore od podobno mislečih posameznikov.**
- **Iskanje osebne pomoči.**
- **Marketing:** na nekaterih socialnih omrežjih je mogoče že s klikom poizvedeti o ceni produkta, ki je bil objavljen na profilu določenega podjetja,

kar pa podjetja dobro izkoristijo za prepoznavnost in boljšo dostopnost njihovih izdelkov.

- **Izobraževanje:** socialna omrežja imajo veliko koristi za učence in učitelje. Omogočajo nam izobraževanje. Lahko sledimo vsakomur, da se učimo od njega in izboljšamo svoje znanje o katerem koli področju. Ne glede na našo lokacijo in izobrazbo se lahko izobražujemo sami, ne da bi za to plačali.
- **Informacije:** glavna prednost socialnih medijev je, da se informiramo o najnovejših dogodkih po svetu. Včasih so televizijski in tiskani mediji pristranski in ne posredujejo pravega sporočila. S pomočjo socialnih omrežij lahko tako dobimo dejstva in resnične informacije.
- **Boljše počutje:** če mladostnik za svojo sliko dobi všečke, to vpliva na njegovo počutje. Več všečkov kot dobi, bolj pomembnega se lahko počuti.

Nekaj najpopularnejših socialnih omrežij

Snapchat



Snapchat je aplikacija za izmenjavo večpredstavnostnih sporočil. Ena od glavnih značilnosti Snapchata je, da so slike in sporočila običajno na voljo le za kratek čas, preden postanejo nedostopni za njihove prejemnike. Aplikacija se je razvila iz prvotne osredotočenosti na izmenjavo fotografij med dvema osebama in trenutno vključuje storys ("zgodbe") uporabnikov, ki vsebujejo 24-urno dostopno vsebino. Od februarja 2018 ima Snapchat 187 milijonov dnevni aktivnih uporabnikov.

Instagram



Aplikacija omogoča uporabnikom nalaganje fotografij in videoposnetkov v storitev, ki jih je mogoče urejati z različnimi filtri in organizirati z oznakami in podatki o lokaciji. Objave v računu se lahko delijo javno ali s predhodno odobrenimi spremljevalci. Uporabniki lahko brskajo po vsebini drugih uporabnikov po oznakah in lokacijah ter si ogledujejo vsebine, ki so v trendu. Uporabniki lahko »všečkajo« fotografije in sledijo drugim uporabnikom.

Viber



Viber je aplikacija za večpredstavnostna sporočila, ki jo upravlja japonska multinacionalna družba Rakuten in je na voljo kot brezplačna programska oprema za Microsoft Windows, MacOS, Linux, Android in iOS platforme. Za delovanje je potrebna telefonska številka. Poleg neposrednega sporočanja omogoča uporabnikom tudi izmenjavo medijev, kot so slike in videoposnetki. Od decembra 2016 je imel Viber 800 milijonov registriranih uporabnikov.

Facebook



Facebook je spletna stran, ki deluje v okviru zasebnega starševskega podjetja Facebook, Inc. Brezplačen dostop do strani omogoča uporabnikom, da se povežejo na eno ali več omrežij in tako lažje komunicirajo z ostalimi ljudmi iz istega omrežja. Spletna stran ima po celem svetu več kot 845 milijonov aktivnih uporabnikov. Je tudi najbolj priljubljena spletna stran za nalaganje fotografij – dnevno jih dandanes naložijo kar 254 milijonov. Glede na priljubljenost strani se je v svojem kratkem obstoju Facebook že srečal z nekaterimi kritikami in nasprotovanji, predvsem zaradi nezagotavljanja zasebnosti, političnih prepričanj njegovih ustanoviteljev in vprašanj cenzure.

Twitter



Twitter je spletno družbeno omrežje in mikroblogna storitev, ki svojim uporabnikom omogoča, da med seboj izmenjujejo kratka sporočila, dolga do 280 znakov. Takšnim sporočilom rečejo »tweets«.

(<https://en.wikipedia.org/wiki/Snapchat>, dostop 12. 2. 2019;

<https://en.wikipedia.org/wiki/Instagram>, dostop 12. 2. 2019;

<https://en.wikipedia.org/wiki/Viber>, dostop 12. 2. 2019;

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Facebook>, dostop 12. 2. 2019;

<https://en.wikipedia.org/wiki/Twitter>, dostop 12. 2. 2019)

2.3 RAČUNALNIŠKE IGRE

Računalniške igre so računalniški programi, ki se jih uporablja za razvedrilo in zabavo. So vrsta videoiger, ki jih običajno poganjajo osebni računalniki. Na voljo je veliko raznovrstnih računalniško nadzorovanih iger, pri katerih je računalnik lahko nasprotnik človeškemu igralcu. Računalniške igre običajno uporabljajo hitro animirano grafiko na zaslonu in sintetiziran zvok.

Angleški filozof, matematik in računalnikar Charles Babbage je že v 19. stoletju trdil, da bi lahko njegov mehanski računalnik igral igro križci in krožci. Zamisel se je uresničila čez slabo stoletje, leta 1951, na Illiacu, enem izmed prvih elektronskih računalnikov. Dejstvo, da lahko elektronski stroj premaga človeka, je poželo navdušenje. Na Brookhavenskem narodnem laboratoriju, ameriškem inštitutu za atomske raziskave, je William Higinbotham leta 1958 izdelal prvo računalniško igro, imenovano Tennis for Two. Tri leta kasneje so Wayne Wutanan, Martin Graetz in Stephen R. Russel izdelali prvo vesoljsko strelsko igro za dva igralca, imenovano Spacewar!. Igralec je moral pri igri le udarjati po tipkah, kasneje pa je bila igralnost izboljšana z oteževanjem manevriranja vesoljskih raket. Spacewar! so javno predstavili maja 1962, in sicer ob dnevu odprtih vrat na Tehnološkem inštitutu Massachusettsa. Obiskovalci so bili navdušeni, igra pa se je hitro razširila in v ameriških raziskovalnih ustanovah.

Razvoj mikroprocesorja sredi sedemdesetih let je botroval nastanku komercialnih računalniških iger. Na voljo je cela paleta iger: od šaha do simulacije bojnega letala ali vesoljskega plovila. Nekatere izmed najbolj priljubljenih računalniških iger v zgodnjih devetdesetih letih so bile Wolfenstein 3D in Doom razvijalca ID-Software. Zasnovane so bile za igranje preko omrežja, vključno z internetom. Ko so uporabniki z ID-ovo pomočjo ustvarili svoje lastne dodatke igram, se je okrog teh iger razvila cela subkultura.

Računalniške igre hitro zasvojijo, saj nam ponujajo vedno nove izzive in prepreke, ki jih moramo rešiti. Novi izzivi povečajo željo po izpolnitvi oz. doseganju ciljev in ko jih dosežemo, nam nagrade dajo veselje in seveda voljo za naslednji izziv. Lahko nas zasvojijo, saj si želimo vedno več nagrad in bomo pripravljeni storiti marsikaj, da bomo do njih prišli. Mladi računalniške igre igramo ali na telefonu ali na računalniku.

Nekaj najpopularnejših računalniških iger:

Fortnite

Dogajanje v Fortnitu je postavljeno na Zemljo, kjer nenaden pojav nevihte povzroči izginotje 98 % prebivalcev, hkrati se pojavijo zombijem podobna bitja in pričnejo napadati preživele. Do štirje igralci sodelujejo v različnih nalogah, kjer na naključno generiranem odprtem ozemlju zbirajo zaloge, gradijo fortifikacije okrog varovanih objektov in sestavljajo orožja ter pasti, da bi jim pomagale preživeti napade valov sovražnikov, ki poskušajo uničiti omenjene objekte. Z uspešno opravljenimi misijami igralci dobivajo nagrade, s katerimi nadgrajujejo svoje like, podporno osebje in orožja, to pa jim omogoča opravljanje zahtevnejših misij.

Minecraft

Minecraft je videoigra, v kateri ima zelo pomemben del igranje vlog s poudarkom na ustvarjalnosti igralca in je bolj znana kot ena izmed redkih iger za enega igralca. Igra je napisana v programskem jeziku Java, zato potrebuje najnovejšo verzijo Jave za uspešno poganjanje.

Po podatkih razvijalca je bilo do septembra 2013 prodanih 12 milijonov izvodov za osebni računalnik in skupno 33 milijonov na vseh platformah.

Fifa

FIFA, znana tudi pod imenom FIFA Football ali FIFA Soccer, je serija združenih nogometnih video iger ali nogometnega simulatorja, ki jo letno izda Electronic Arts pod oznako EA Sports. Nogometne video igre, kot sta Sensible Soccer, Kick Off in Match Day, so bile razvite v poznih osemdesetih letih in so že bile konkurenčne na trgu iger, ko je EA Sports napovedal nogometno tekmo kot naslednji dodatek k svoji oznaki EA Sports.

Hay day

Hay Day je mobilna kmetovalska igra, ki jo je razvil in izdal Supercell. Po poročilu iz leta 2013 je Supercell zaslužil 30 milijonov dolarjev na mesec od svojih iger. V letu 2013 je bil Hay Day četrti najvišji dosežek v prihodkih.

Sudoku

Sudoku je logična igra, katere cilj je zapolniti kvadratno mrežo, običajno velikosti 9×9 , s števili od 1 do 9. Vsako število se lahko pojavi točno enkrat v vsakem stolpcu, vsaki vrstici in vsakem manjšem kvadratu velikosti 3×3 . V mreži so nekatera števila že podana. Namesto števil lahko nastopajo tudi kaki drugi različni simboli.

(<https://en.wikipedia.org/wiki/Fortnite>, dostop 12. 2. 2019;

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Minecraft>, dostop 12. 2. 2019;

<https://en.wikipedia.org/wiki/FIFA>, dostop 12. 2. 2019;

https://en.wikipedia.org/wiki/Hay_Day, dostop 12. 2. 2019;

<https://en.wikipedia.org/wiki/Sudoku>, dostop 12. 2. 2019)

3 EMPIRIČNI DEL

3. 1. CILJ RAZISKAVE

Cilj najine raziskave je ugotoviti trende glede uporabe telefonov, socialnih omrežij in računalniških iger med učenci 8. in 9. razredov OŠ Vojnik. Poleg tega sva v raziskavo vključili intervju s strokovnjakinjo Petro Belina in pa intervju z znano slovensko youtuberko Nevo Boškin.

3. 2. METODE RAZISKOVANJA

Pri teoretičnem delu sva si pomagali s podatki, informacijami, ki sva jih našli na spletu. Pri empiričnem delu sva uporabili metodo anketnega vprašalnika za učence in metodo intervjuja za odrasli osebi, ki sva ju vključili v raziskavo.

Anketni vprašalnik sva razdelili na tri dele, prvi del je zajemal vprašanja o uporabi telefonov, drugi vprašanja o socialnih omrežjih, tretji pa vprašanja o računalniških igrah.

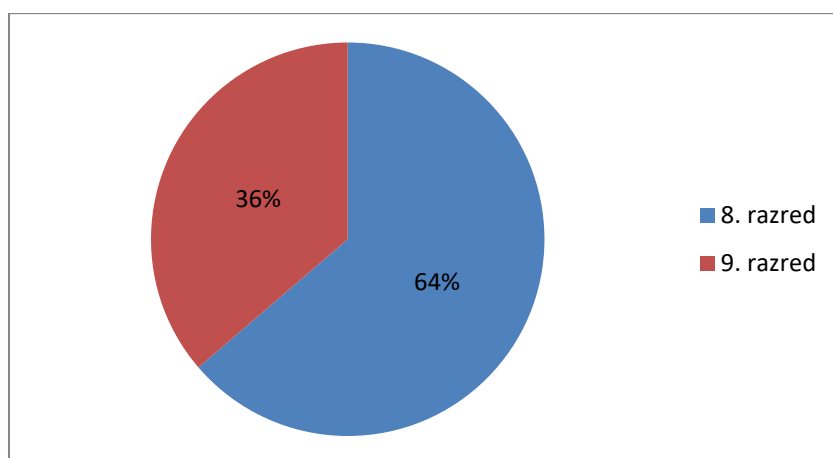
Ge. Petri Belina, sva zastavili vprašanja o uporabi telefona in vpliva uporabe le-tega na zdravje, Nevi Boškin pa o uporabi telefona splošno.

3.3 OPIS VZORCA

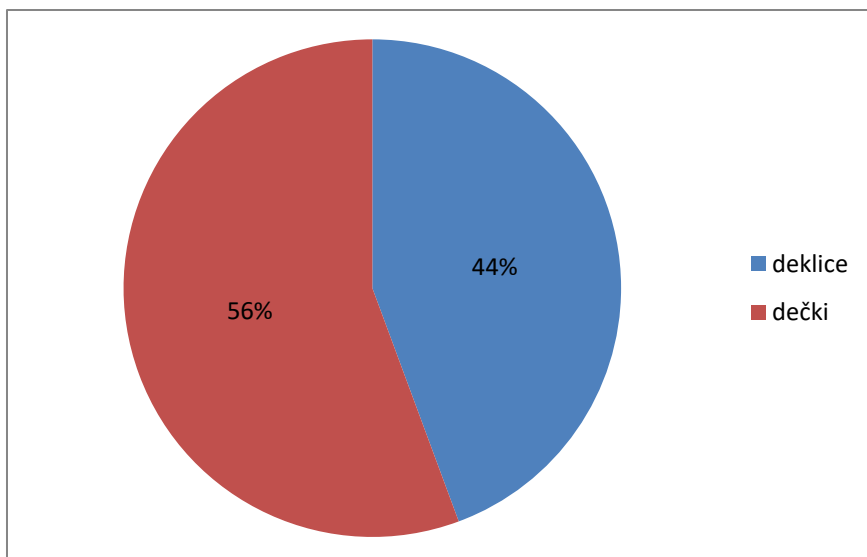
V raziskavi je v anketnem vprašalniku sodelovalo 124 učencev. Od tega jih je bilo 79 učencev 8. razreda in 45 učencev 9. razreda oz. 55 deklic in 69 dečkov.

Intervju sva izvedli z dvema odraslima ženskama.

GRAF 0: Razred anketirancev



GRAF 1: Spol anketirancev

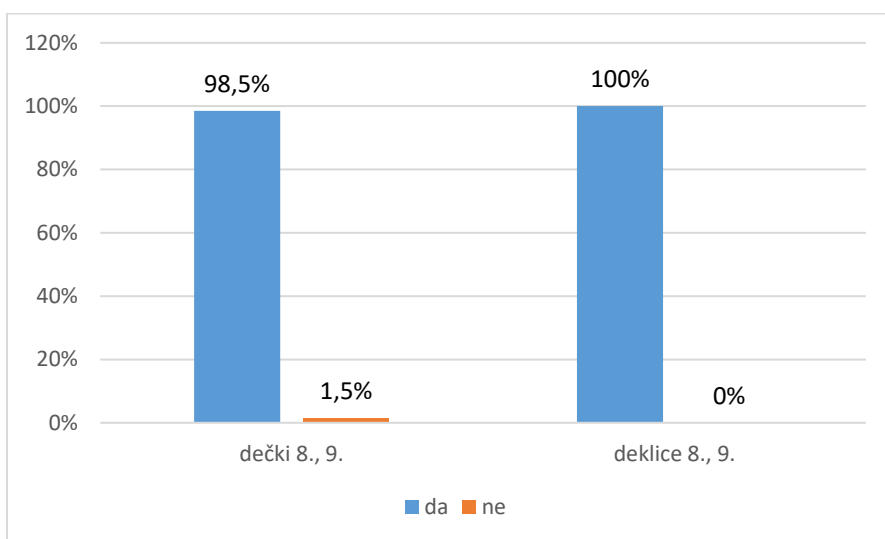


3. 4 ANALIZA REZULTATOV

3.4.1 ANALIZA ANKET

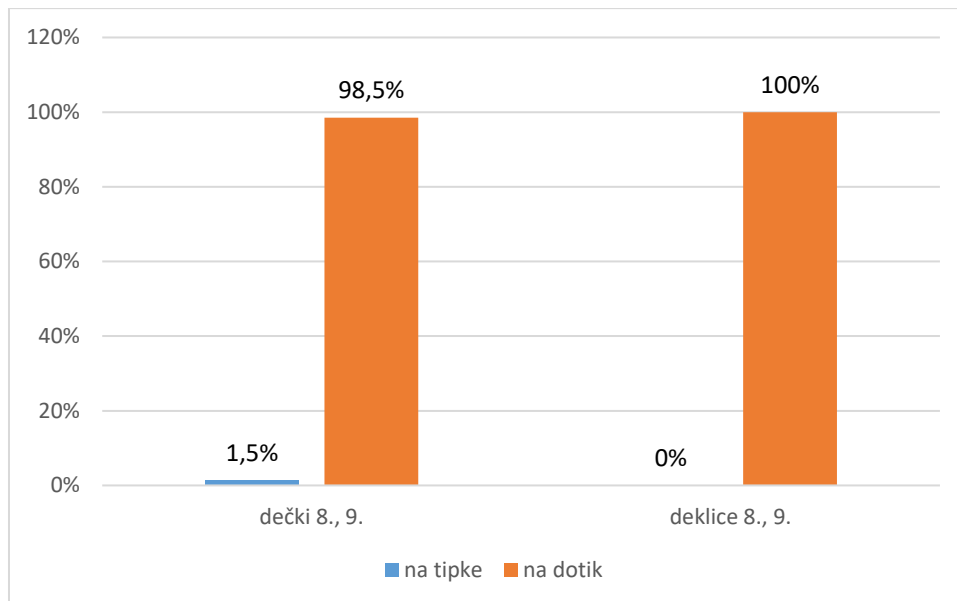
Najprej sva analizirali rezultate prvega dela ankete, ki se je nanašal na uporabo telefona pri učencih.

GRAF 2: Ali imaš svoj mobilni telefon?



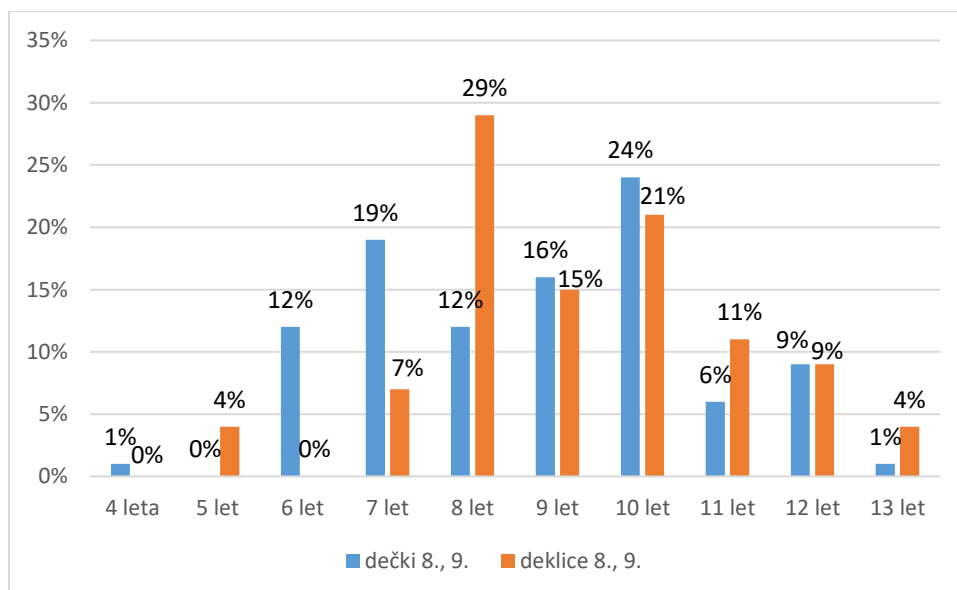
Od vseh dečkov jih ima svoj telefon 98,5 %, deklice pa imajo vse vsaka svoj telefon, kar sva tudi pričakovali.

GRAF 3: Kakšen telefon imaš?



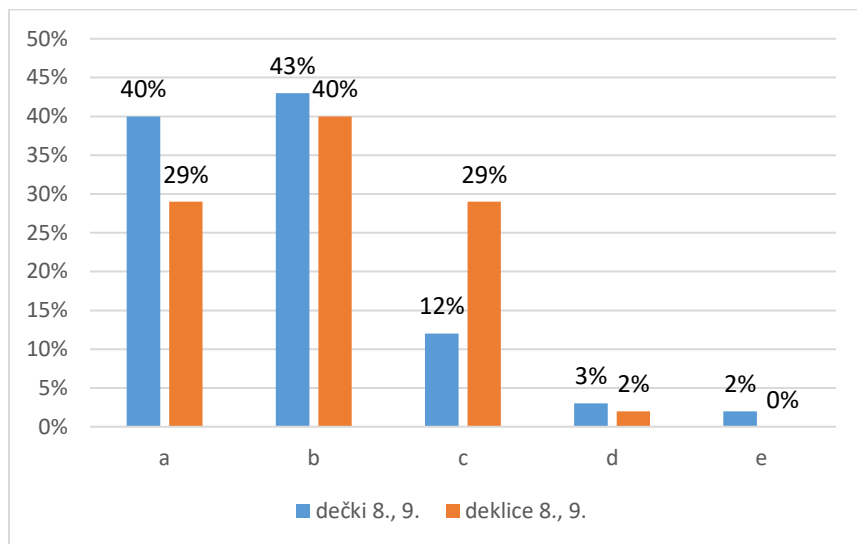
Odgovora na vprašanje sta bila *na tipke* in *na dotik*. Kot pri prejšnjem vprašanju imajo vse deklince telefon na dotik oz. pametni telefon. Od 98,5 % dečkov, ki imajo svoj telefon, ima le eden učenec telefon na tipke. Iz tega sklepava, da je uporaba pametnih telefonov med mladimi zelo razširjena.

GRAF 4: Koliko si bil star, ko si dobil svoj prvi telefon?



Najmlajši deček je svoj prvi telefon dobil pri 4. letu, najmlajši deklici pa pri 5. letu starosti. Pri 13. letu so svoj prvi telefon dobili že vsi, tako dečki kot deklice. Več kot polovica dečkov in deklic je imela svoj prvi telefon že do 10. leta starosti. Glede na spol je največ dečkov svoj prvi telefon dobilo pri starosti 10 let, deklice pa pri starosti 8 let.

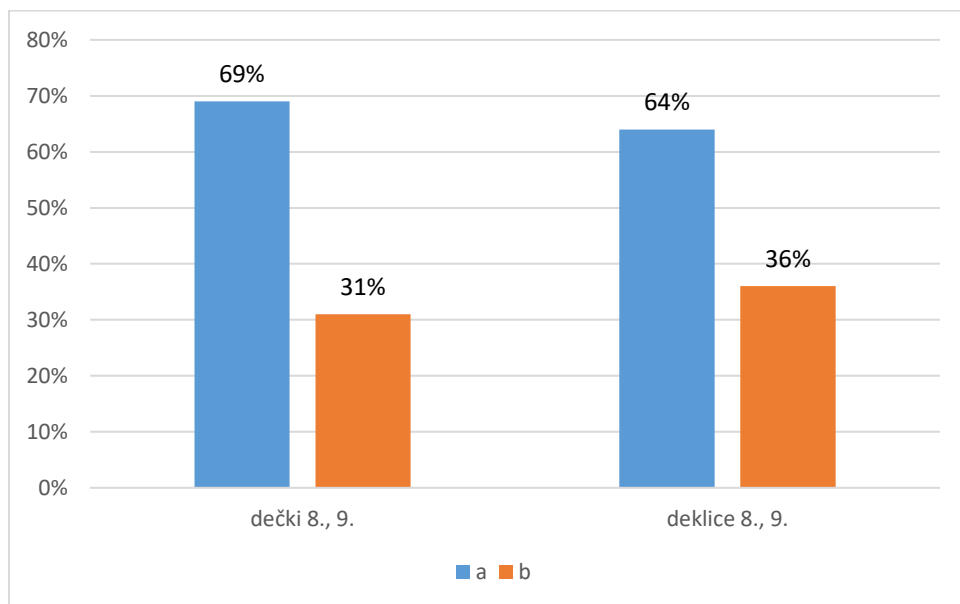
GRAF 5: Približno koliko časa dnevno posvetiš telefonu?



a – do 1 ure **b** – 1–2 uri **c** – 3–4 ure **d** – 5–6 ur **e** – več kot 6 ur

Največ dečkov, kar 43 %, in največ deklic, kar 40 %, posveti telefonu dnevno od 1 do 2 uri. Kar 31 % deklic ter 17 % dečkov posveti telefonu več kot 3 ure dnevno.

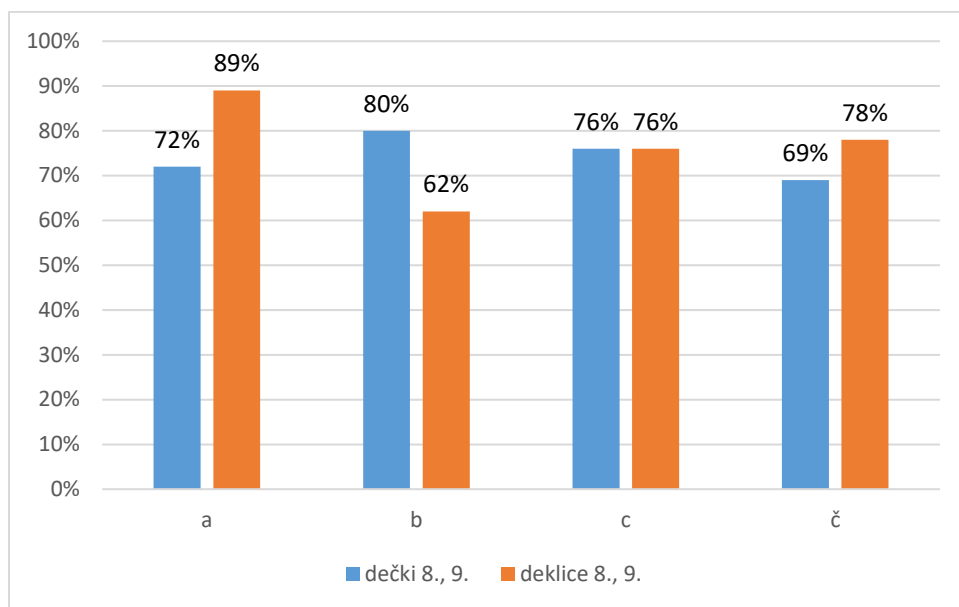
GRAF 6: Kdo odloča o uporabi telefona?



a – odločam sam **b** – imam dogovor s starši (starši mi omejujejo uporabo)

69 % dečkov o uporabi telefona odloča samih, deklic pa se samih odloča 64 %. Večina učencev o uporabi telefona odloča samih, opažava pa, da uporabo telefona starši bolj omejujejo deklicam kot dečkom.

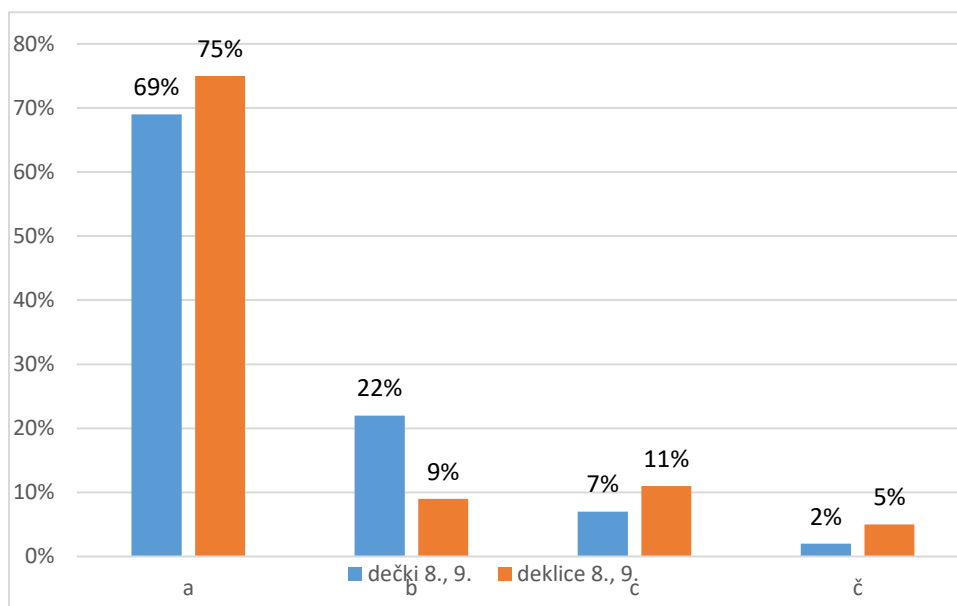
GRAF 7: Kaj poleg klicev še uporabljaš na svojem telefonu? (Možnih je bilo več odgovorov.)



A – socialna omrežja **b** – igre **c** – pošiljanje sms-ov **č** – fotografiranje

Od vseh deklic jih 89 % poleg klicev uporablja še socialna omrežja, 62 % jih igra igre, 76 % jih pošilja sms-e ter 78 % jih uporablja fotografiranje. Od vseh dečkov jih poleg klicev 72 % uporablja socialna omrežja, 80 % jih igra igre, 76 % jih pošilja sms-e ter 69 % uporablja fotografiranje.

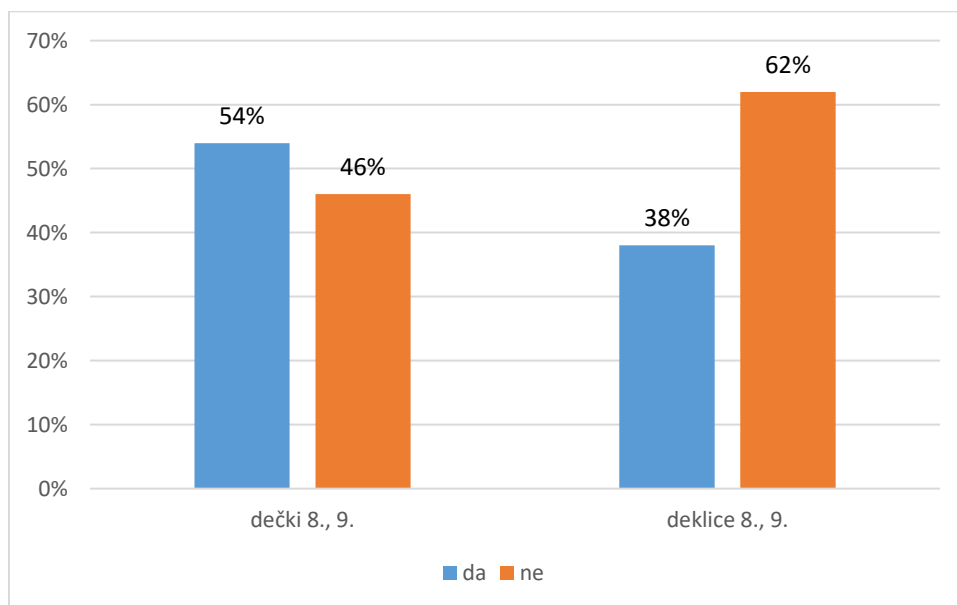
GRAF 8: Katero od naštetih funkcij uporabljaš najpogosteje?



a – socialna omrežja **b** –igre **c** – pošiljanje sms-ov **č** –fotografiranje

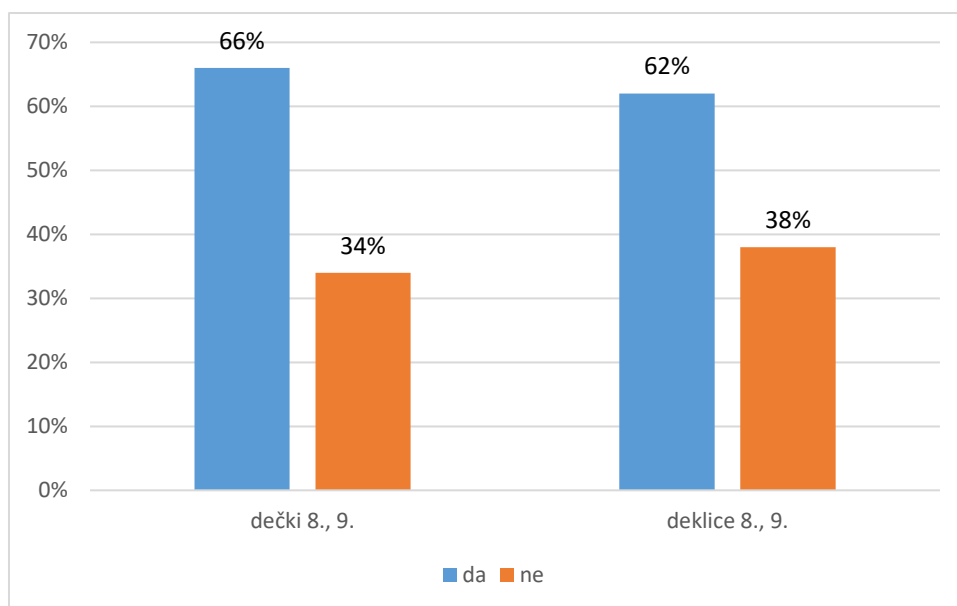
Največ, kar 75 % deklic in 69 % dečkov, najpogosteje na svojem telefonu uporablja socialna omrežja.

GRAF 9: Ali imaš telefon ves čas pri sebi?



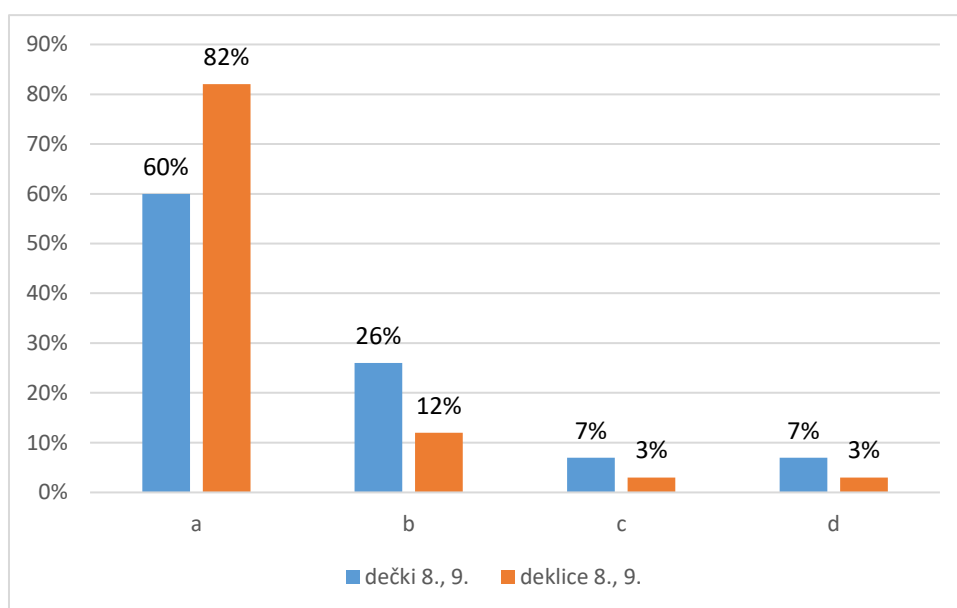
Ves čas ima telefone pri sebi 54 % dečkov in 38 % deklic.

GRAF 10: Ali uporabljaš telefon tudi tik pred spanjem?



Zvečer uporablja telefone 66 % dečkov ter 62 % deklic, torej večina učencev in učenk.

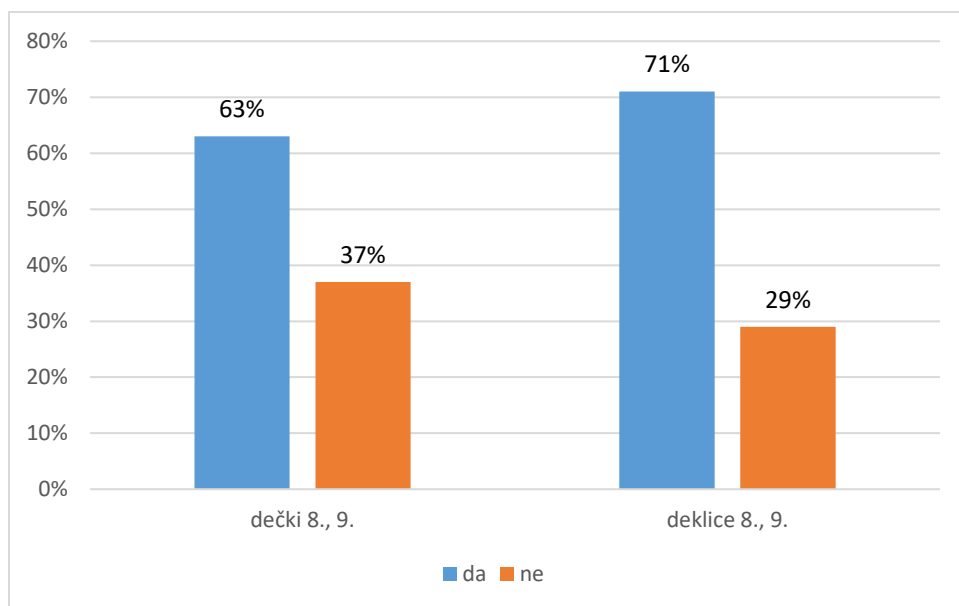
GRAF 11: Če tudi ponoči uporabljaš telefon, približno do kdaj?



a – med 21. in 22. uro **b** – med 22. in 23. uro **c** – med 23. in 24. uro **d** – dlje

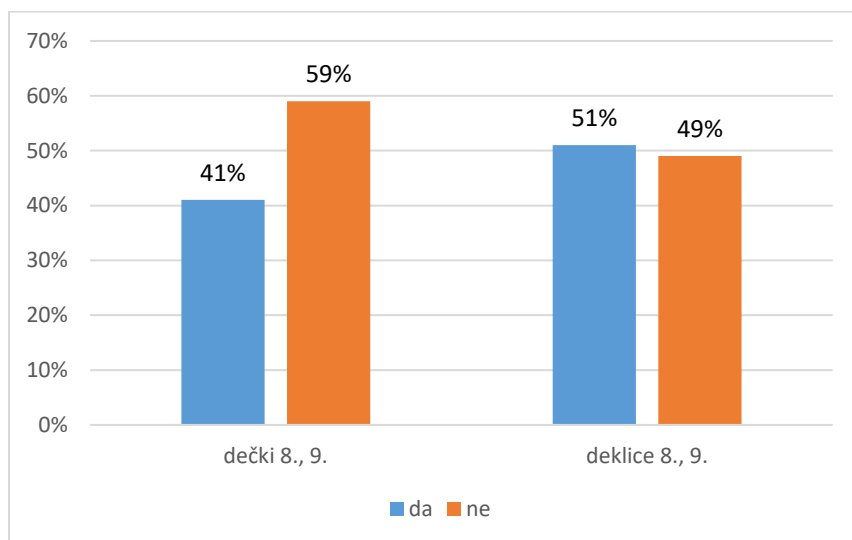
Od 46 dečkov, ki uporabljajo telefone tudi ponoči, jih 60 % uporablja telefone med 21. in 22. uro zvečer, 26 % med 22. in 23. uro, 7 % med 23. in 24. uro, 7 % pa dlje od polnoči. Od deklic jih telefone ponoči uporablja 34, od tega 82 % med 21. in 22. uro, 12 % med 22. in 23. uro, 3 % med 23. in 24. uro ter 3 % dlje kot do polnoči. Skrbi naju podatek, da učenci in učenke uporabljajo telefone še po 23. uri zvečer, ko bi morali spati, pozitiven pa je podatek, da uporaba telefona po 22. uri zelo upade.

GRAF 12: Je tvoj telefon v sobi, ko spiš?



63 % dečkov in 71 % deklic ima med spanjem v svoji sobi telefon. Pričakovali sva strožje meje s strani staršev, zato so naju rezultati presenetili.

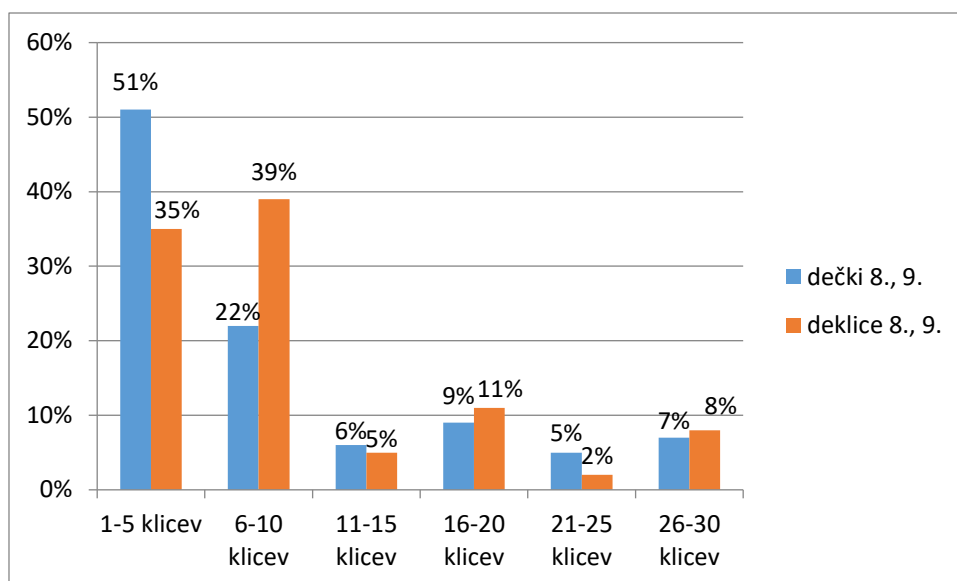
GRAF 13: Si pred spanjem na telefonu izklopiš omrežje wi-fi?



S tem vprašanjem sva želeli ugotoviti, ali si mladi izklopijo omrežje wi-fi, preden zvečer nehajo uporabljati telefon, zato da ponoči ne dobivajo obvestil, ki motijo spanec.

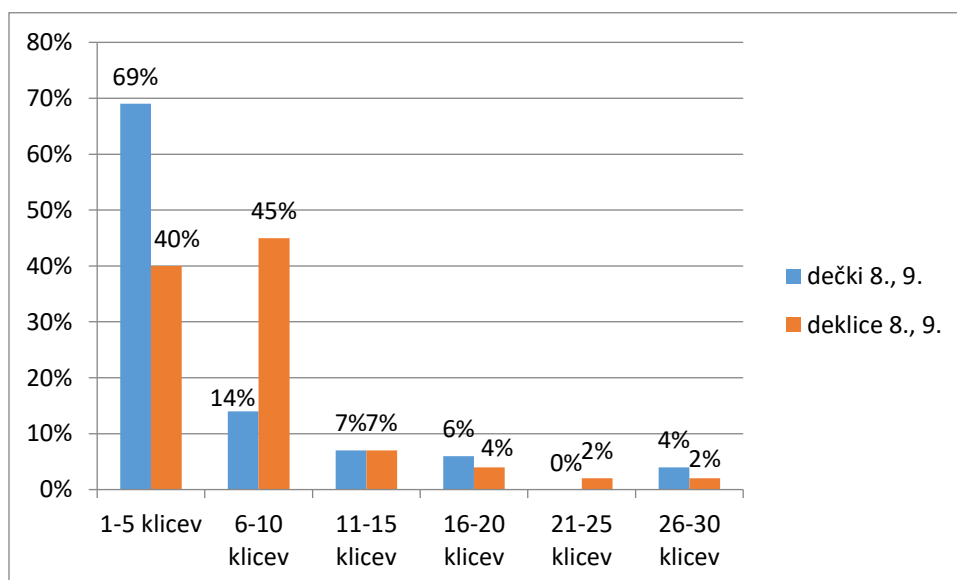
Večina dečkov, kar 59 %, je odgovorilo, da tega ne počnejo, deklice pa so v rezultatih precej izenačene.

GRAF 14: Približno koliko klicev opraviš dnevno med tednom?



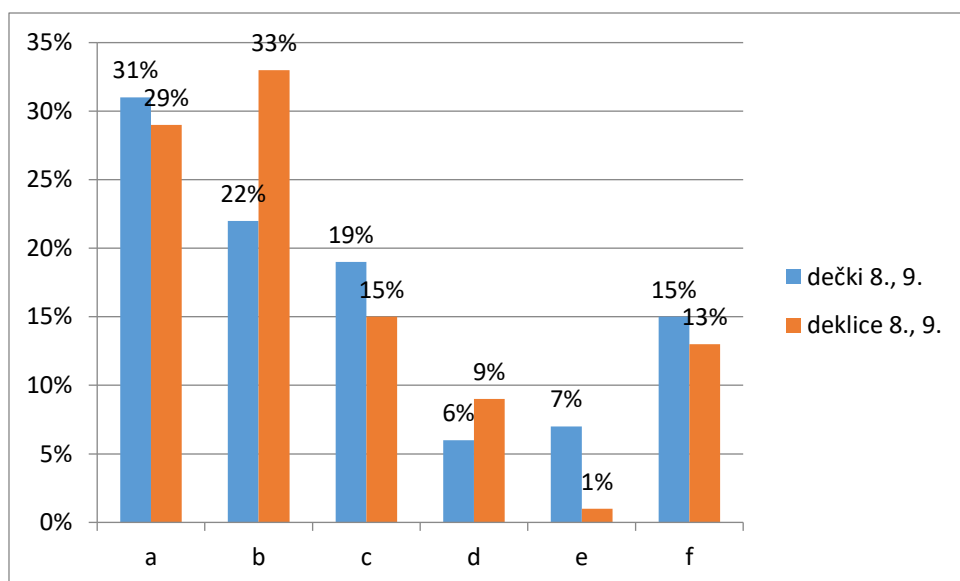
Pri tem vprašanju sva želeli predvsem izpostaviti razliko med spoloma. Predvidevali sva, da dekleta opravijo več klicev, kar je tudi ena od najinih hipotez. Največ dečkov, kar 51 %, opravi dnevno med tednom od 1 do 5 klicev; največ deklic, kar 39 %, pa opravi dnevno med tednom od 6 do 10 klicev.

GRAF 15: Koliko klicev opraviš dnevno med vikendom?



Največ dečkov, kar 69 %, opravi med vikendom od 1 do 5 klicev dnevno. Največ deklic, 45 %, pa med vikendom opravi od 6 do 10 klicev dnevno. Dečki opravijo več klicev med tednom, deklice pa med vikendom.

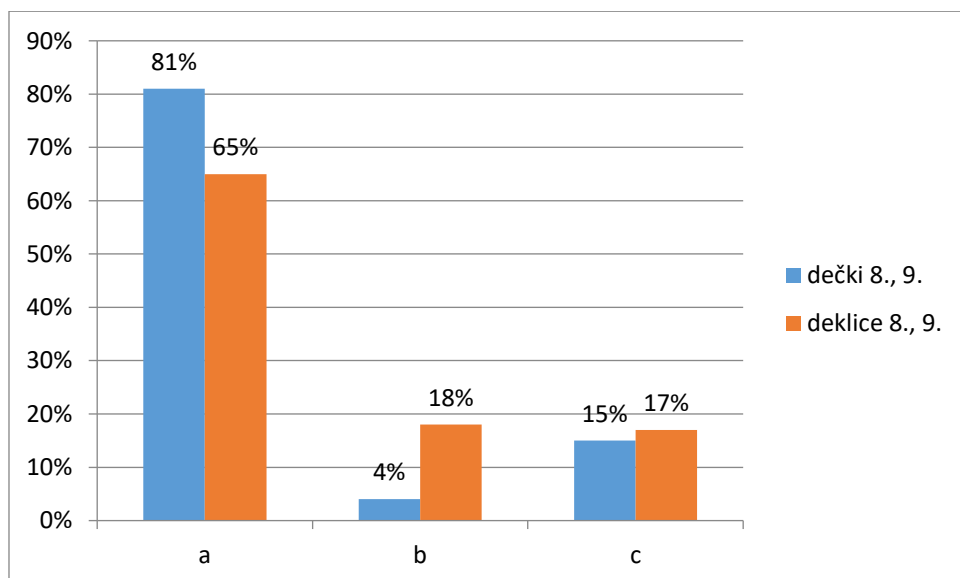
GRAF 16: Približno koliko sporočil pošlješ dnevno?



a – manj kot 5 **b** – 5–10 **c** – 10–20 **d** – 20–30 **e** – 30–40 **f** – več kot 40

Največ deklic, kar 33 %, pošlje dnevno vsaj 5 sporočil, največ dečkov, 31 %, pa dnevno pošlje manj kot 5 sporočil. 28 % dečkov ter 23 % deklic na dan pošlje več kot 20 sporočil.

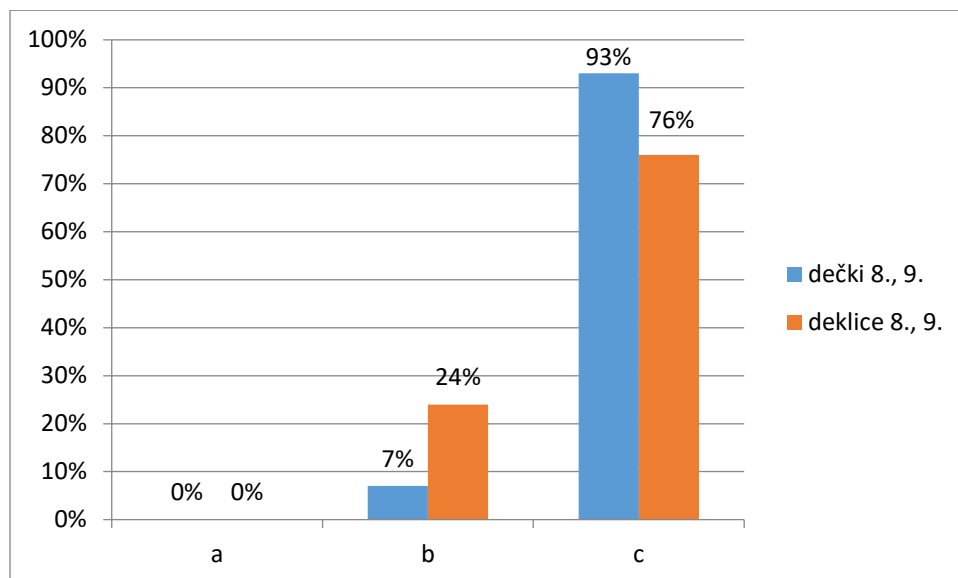
GRAF 17: Kako s pomočjo telefona najpogosteje komuniciraš s prijatelji?



a – preko socialnih omrežij **b** – preko kratkih sporočil (sms) **c** – preko klicev

Kot sva že prej omenili, si mladi raje dopisujejo na socialnih omrežjih, kar ta graf tudi zelo dobro prikazuje, saj kar 81 % dečkov in 65 % deklic s prijatelji največ komunicira na socialnih omrežjih.

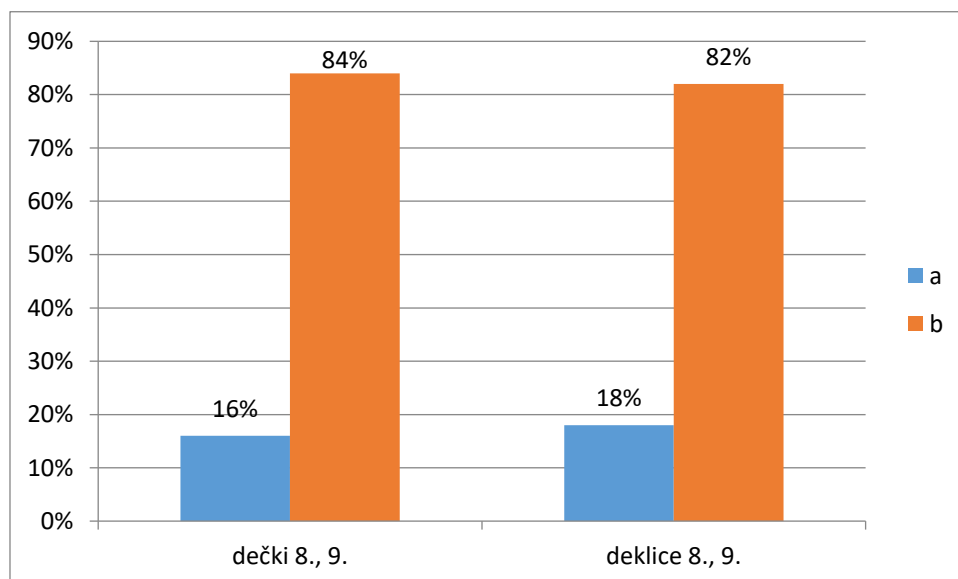
GRAF 18: Kako s pomočjo telefona najpogosteje komuniciraš s starši?



a – preko socialnih omrežij **b** – preko kratkih sporočil (sms) **c** – preko klicev

Analiza rezultatov je pokazala, da učenci s starši komunicirajo predvsem s klici. Samo 7 % dečkov in 24 % deklic s starši komunicira s sporočili, ostalih 93 % dečkov ter 76 % deklic pa s starši komunicira preko klicev.

GRAF 19: Na kakšen način se lažje pogovarjaš s prijateljem oz. sošolcem?



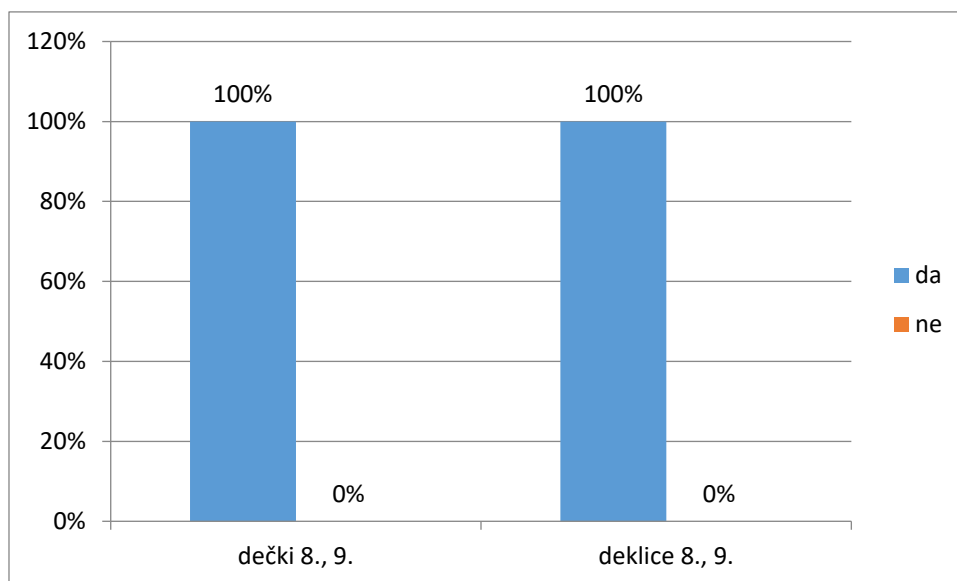
a – preko telefona **b** – v živo

Pričakovali sva, da se učenci s prijatelji lažje pogovarjajo preko telefona kot v živo, zato so naju rezultati pozitivno presenetili.

84 % dečkov in 82 % deklic je odgovorilo, da s prijatelji lažje komunicira v živo.

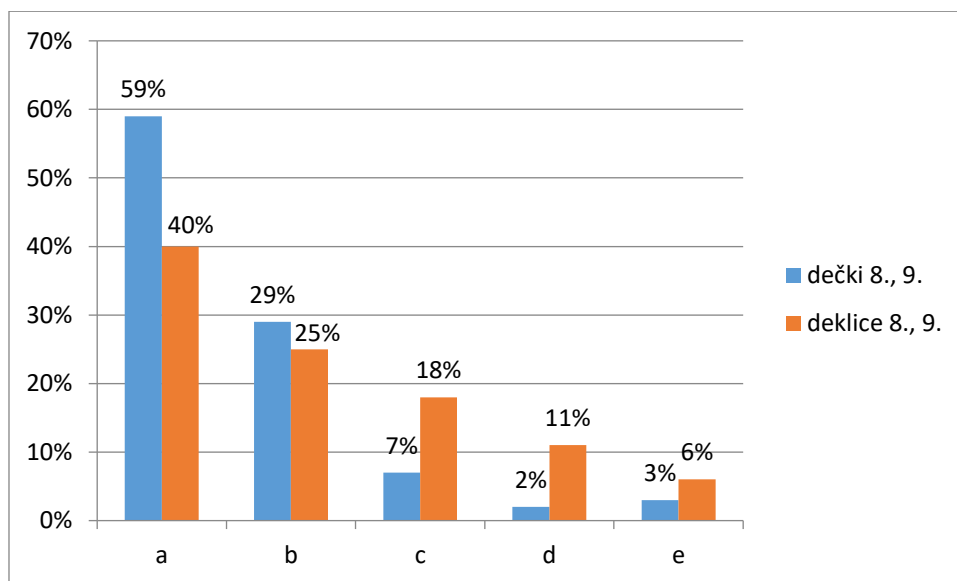
Sledi analiza 2. dela ankete, ki se nanaša na uporabo socialnih omrežij.

GRAF 20: Ali uporabljaš socialna omrežja?



Procent obeh spolov je 100 %, kar naju je presenetilo, saj sva pričakovali manjši odstotek dečkov, aktivnih na socialnih omrežjih.

GRAF 21: Približno koliko časa dnevno si aktiven na socialnih omrežjih?

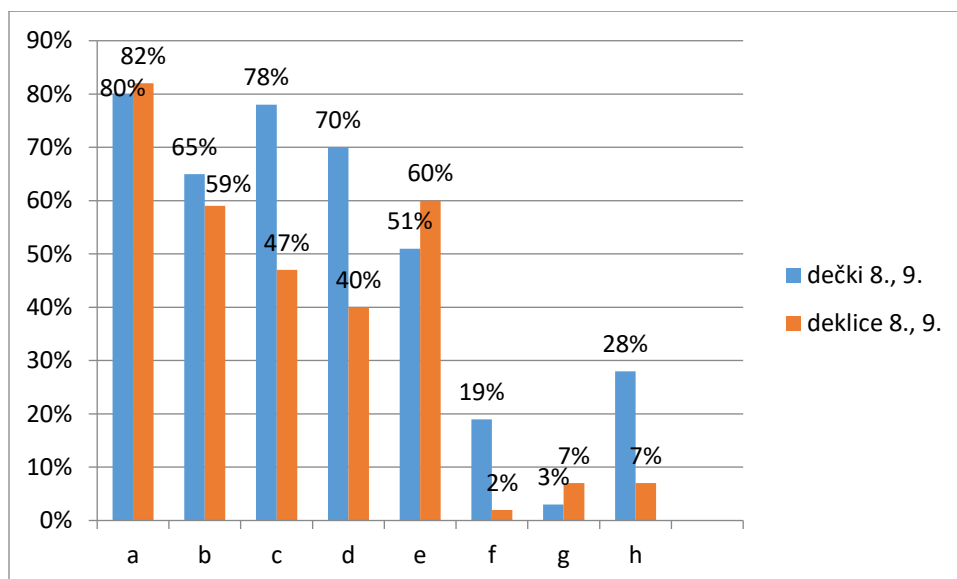


a – do 1 uro **b** – 1–2 uri **c** – 2–3 ure **d** – 3–4 ure **e** – več kot 4 ure

Največ dečkov (59 %) in največ deklic (40 %) uporablja socialna omrežja do 1 ure dnevno.

Kljub velikemu deležu učencev, ki so na socialnih omrežjih aktivni do 1 ure, naju skrbi 12 % dečkov ter 35 % deklic, ki uporabljajo socialna omrežja več kot 2 uri dnevno.

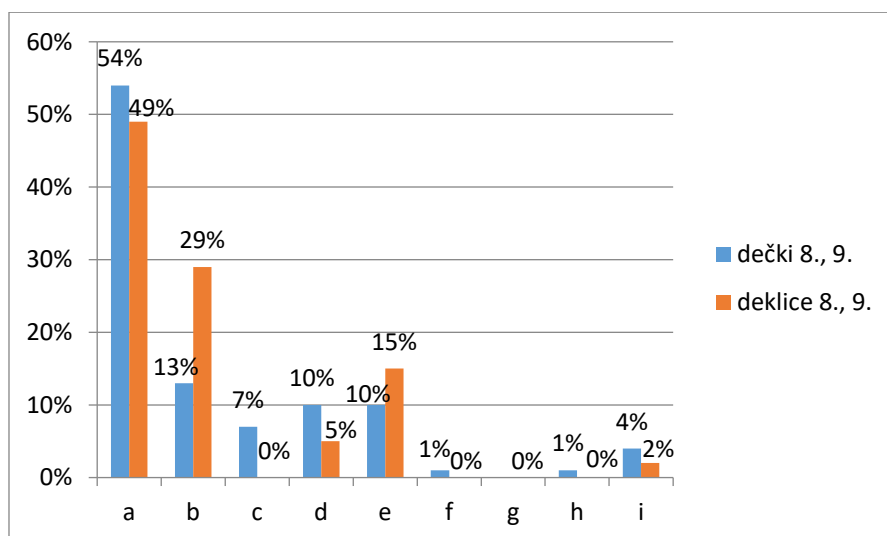
GRAF 22: Na katerih socialnih omrežjih si trenutno aktiven? (Možnih je bilo več odgovorov.)



a – Snapchat **b** – Instagram **c** – Facebook **d** – Messenger **e** – Viber **f** – Twitter **g** – WhatsApp **h** – drugo (TikTok, Youtube)

Pri dečkih je razvidno, da jih največ, kar 80 %, uporablja Snapchat, kar sva tudi pričakovali. Prav tako jih 78 % uporablja Facebook ter 70 % Messenger. Le majhen delež dečkov pa uporablja Twitter (19 %) ter WhatsApp (3 %). Deklice največ uporabljajo Snapchat (82 %), Instagram (59 %) ter Viber (60 %). Najmanjši delež deklic uporablja Twitter (2 %) in WhatsApp (7 %).

GRAF 23: Katero uporabljaš najpogosteje?

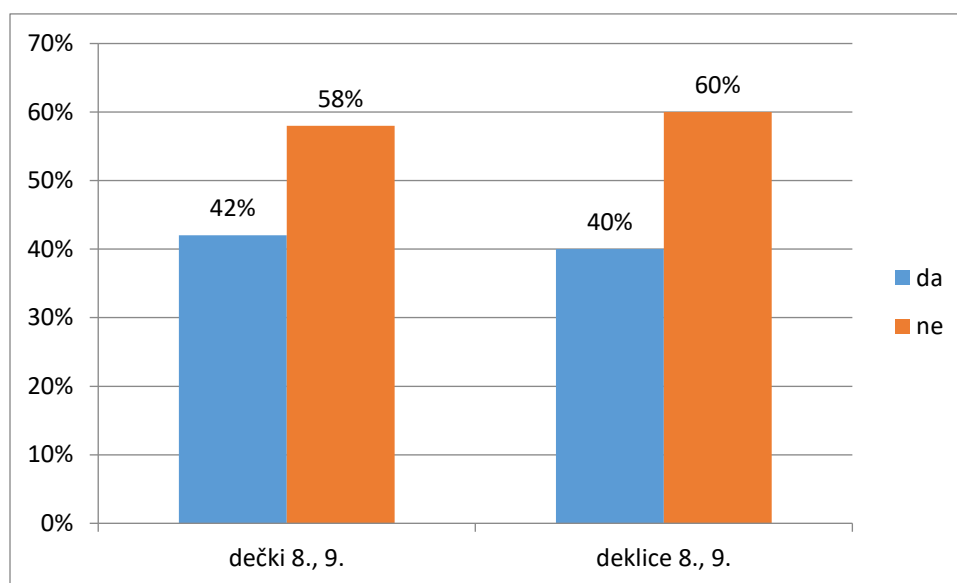


a – Snapchat **b** – Instagram **c** – Facebook **d** – Messenger **e** – Viber **f** – Twiter

g – WhatsApp **h** – drugo

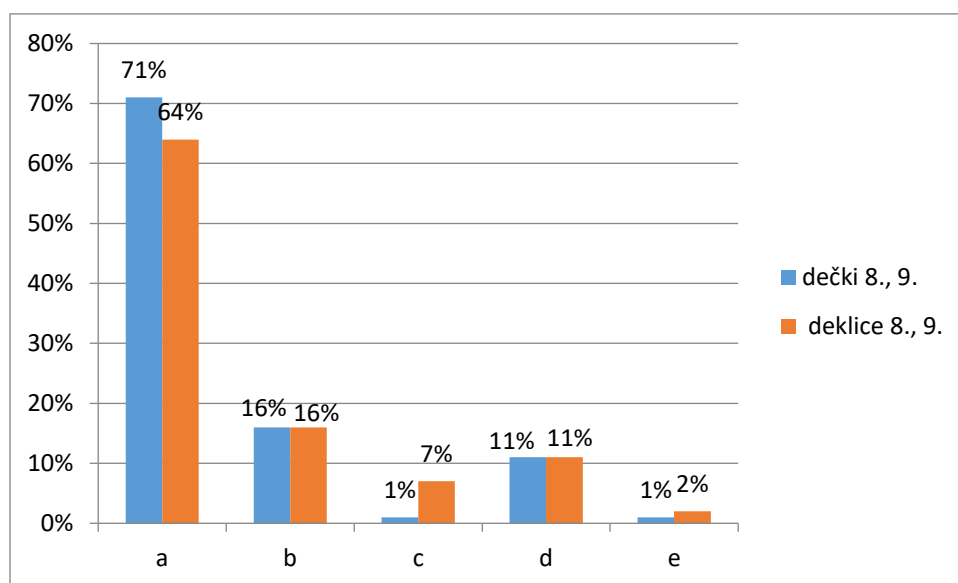
Kot sva pričakovali, je Snapchat najbolj popularen pri obeh spolih, pri dečkih 54 %, pri deklicah pa 49 %, sledita pa Instagram (dečki 13 %, deklice 29 %) in Viber (dečki 10 %, deklice 15 %).

GRAF 24: Ali imajo tudi tvoji starši profile na omrežjih, da te kontrolirajo?



Kar 58 % staršev dečkov in 60 % staršev deklic nima profila na socialnih omrežjih, kjer bi spremljali svoje otroke. Staršev, ki takšne profile imajo, je pri dečkih 42 %, pri deklicah pa 40 %. Tukaj med spoloma ni večjih razlik.

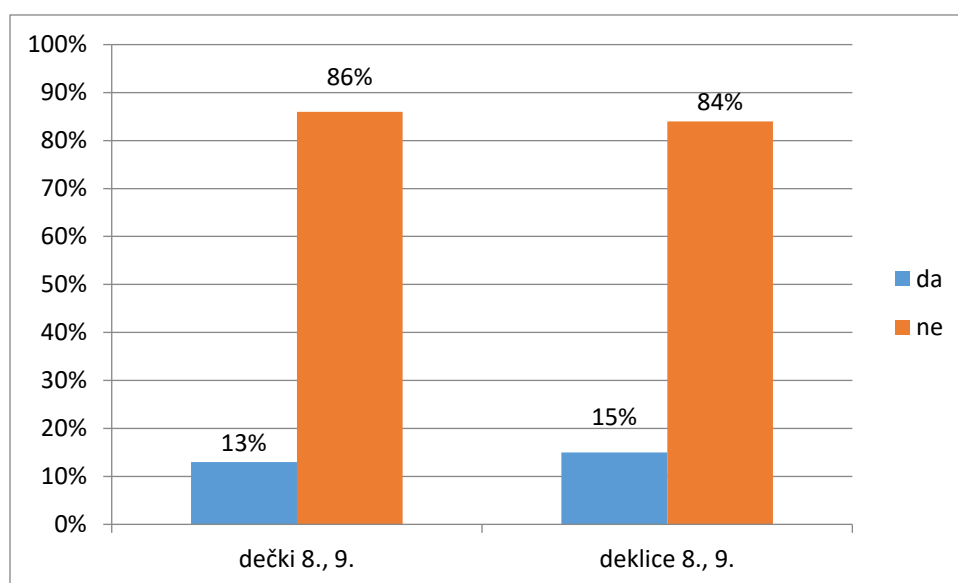
GRAF 25: Za kaj največkrat uporabljaš socialna omrežja?



a – klepet s prijatelji **b** – gledanje objav drugih **c** – da sem na tekočem z dogajanjem na sceni slavnih **d** – za izmenjavo informacij za šolo **e** – drugo

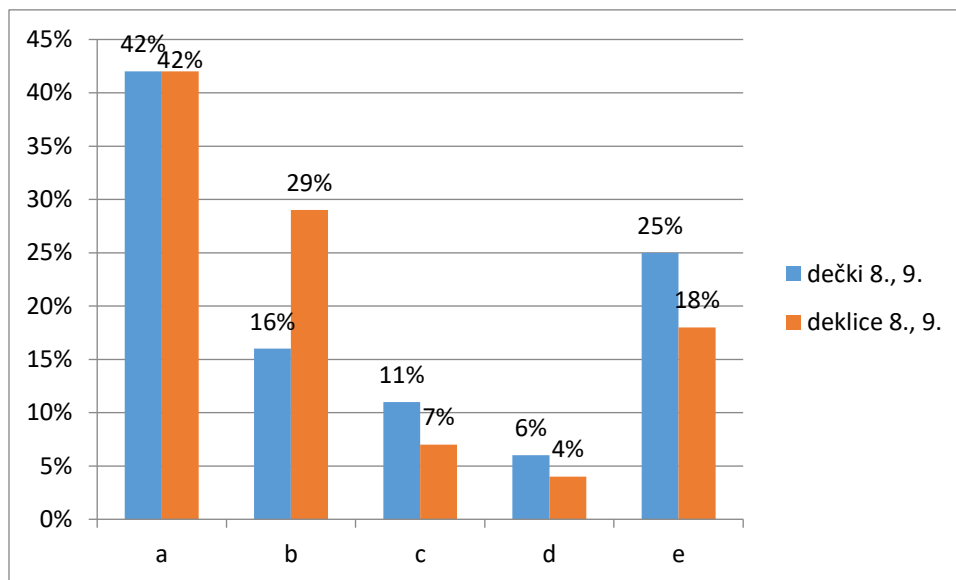
71 % dečkov in 64 % deklic socialna omrežja največkrat uporablja za klepet s prijatelji, 16 % dečkov in 16 % deklic uporablja socialna omrežja za gledanje objav drugih, pozitivno pa naju je presenetil tudi podatek, da kar 11 % dečkov in 11 % deklic uporablja socialna omrežja za izmenjavo informacij za šolo.

GRAF 26: Ti je pomembno, koliko sledilcev imaš na socialnih omrežjih in koliko všečkov zbereš?



86 % dečkov in 84 % deklic je odgovorilo, da jim število sledilcev in všečkov ne pomeni veliko, kar naju je pozitivno presenetilo. Menili sva namreč, da bo vsaj pri deklicah večji odstotek tistih, ki se obremenjujejo s številom sledilcev in všečkov.

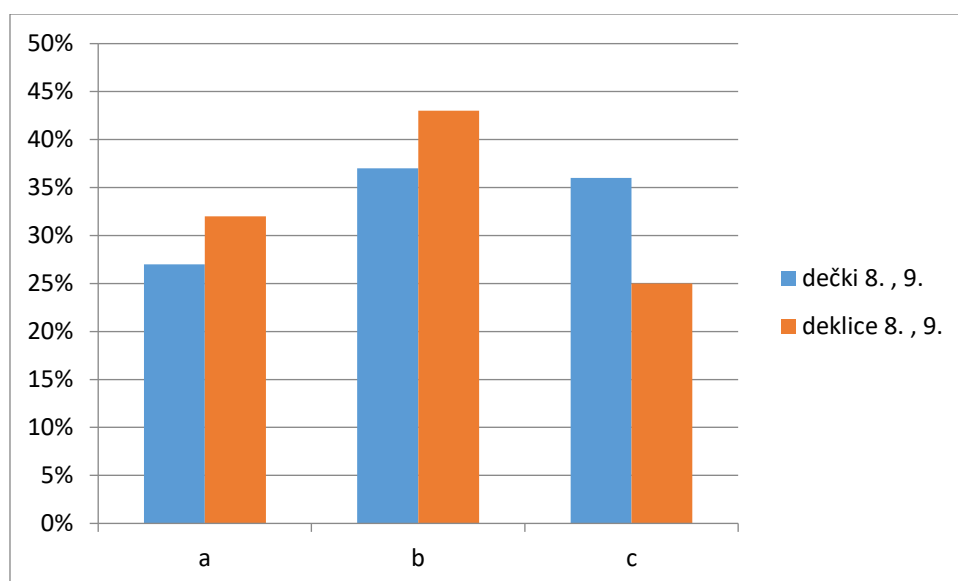
GRAF 27: Kolikokrat objavljaš fotografije na socialnih omrežjih?



a – nekajkrat letno **b** – nekajkrat mesečno **c** – nekajkrat tedensko **d** – vsak dan **e** – nikoli

Dečki (42 %) in deklice (42 %) največkrat fotografije objavljajo nekajkrat letno, najmanjši delež učencev (6 % dečkov in 4 % deklic) objavlja fotografije vsak dan, kar 25 % dečkov in 18 % deklic pa fotografij ne objavlja. Presenetil naju je podatek, da le nizek procent učencev in učenek objavlja fotografije tedensko ali dnevno (17 % dečkov in 11 % deklic).

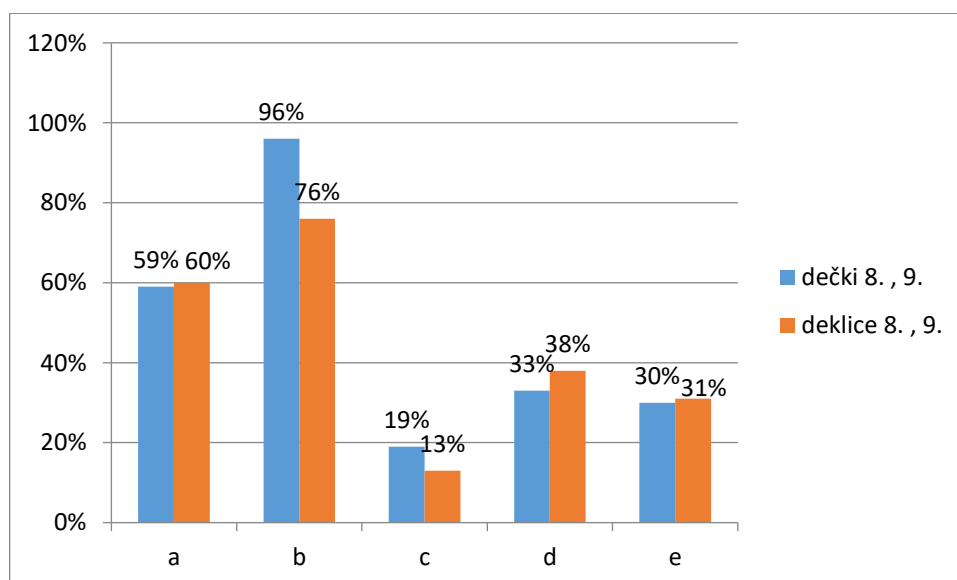
GRAF 28: Kakšne fotografije najpogosteje objavljaš?



a – sem na njih, a se ne vidi mojega obraza **b** – fotografije, na katerih se vidi moj obraz
c – fotografije, na katerih nisem jaz (ozadja, živali)

Največ dečkov (37 %) in deklic (43 %) najpogosteje objavlja fotografije, na katerih se vidi njihov obraz.

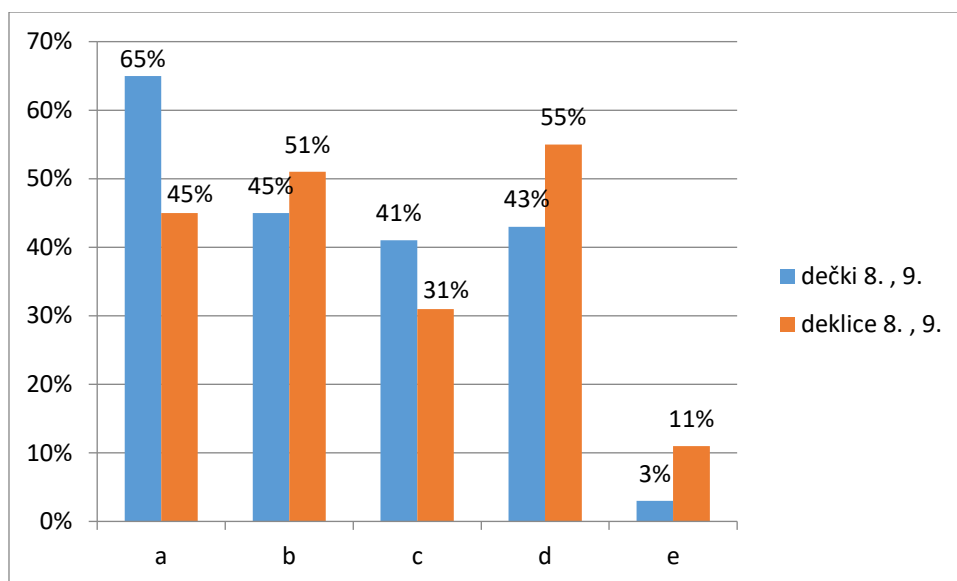
GRAF 29: Koga vse sprejmeš za »prijatelja« na socialnih omrežjih? (Možnih je bilo več odgovorov.)



a – sošolca **b** – prijatelja **c** – neznanca **d** – nekoga, ki ga poznam po imenu **e** – nekoga, ki ga pozna moj prijatelj

Največ učencev (96 % dečkov in 76 % deklic) sprejme za »prijatelja« svojega prijatelja, najmanjši delež učencev (19 % dečkov in 13 % deklic) pa sprejme tudi neznanca.

GRAF 30: Kako imaš zavarovane profile na socialnih omrežjih?

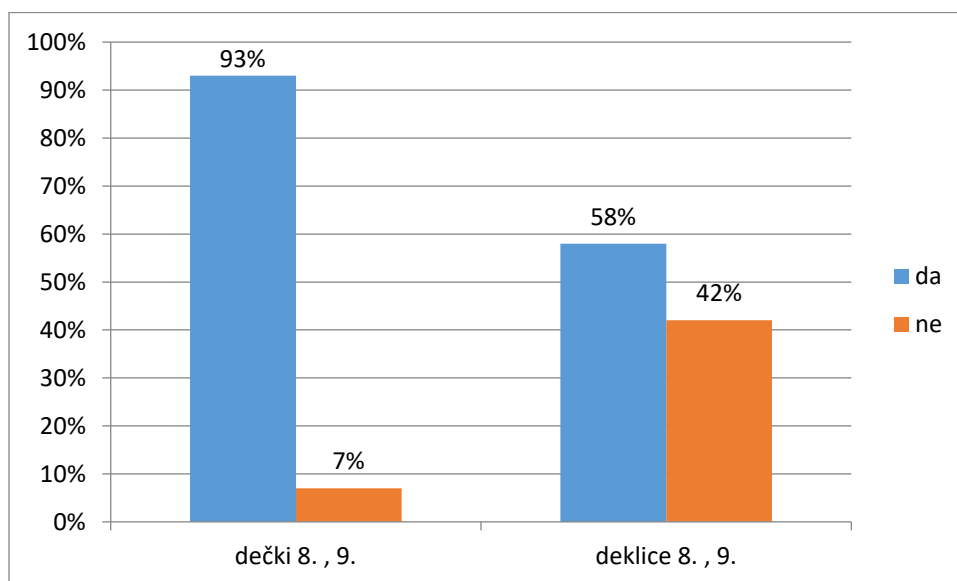


a – imam zasebni profil **b** – v svojem opisu ne navajam osebnih podatkov **c** – ne objavljam slik obraza **d** – za prijatelje sprejemam samo ljudi, ki jih poznam **e** – nič od naštetega

Največ učencev, kar 65 % dečkov, ima zasebne profile. Največ učenek, kar 55 % deklinc, pa za »prijatelje« sprejme samo ljudi, ki jih pozna. Sklepava, da ima večina učencev vsaj delno zavarovane profile na socialnih omrežjih.

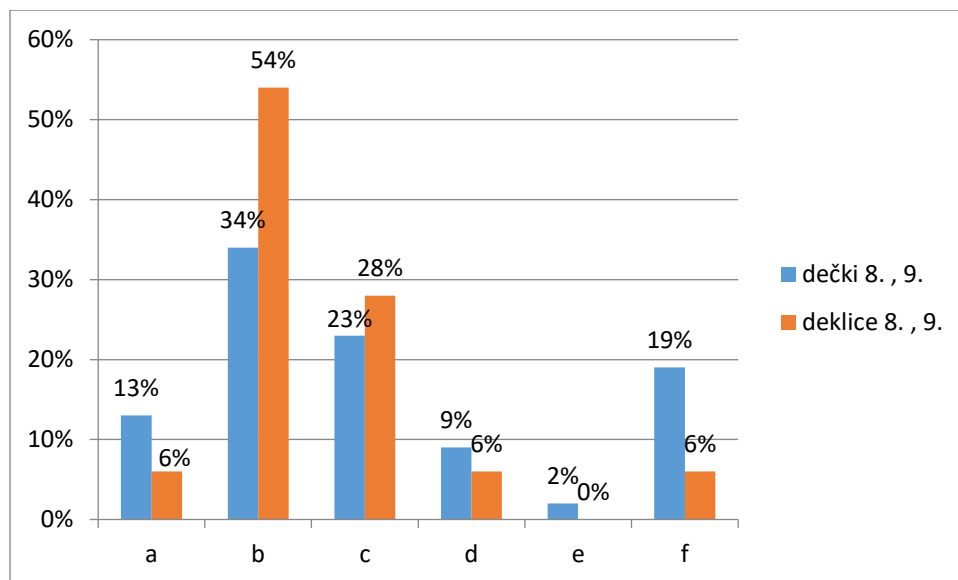
Sledi analiza 3. dela, zadnjega sklopa ankete, ki se nanaša na uporabo računalniških iger.

GRAF 31: Ali igraš računalniške igre?



Predvidevali sva, da več dečkov kot deklic igra računalniške igre, kar s tem grafom lahko potrdiva, saj kar 93 % dečkov igra računalniške igre, delež pri deklicah, ki igrajo računalniške igre, pa je le 58 %. Tukaj je opazna velika razlika med spoloma.

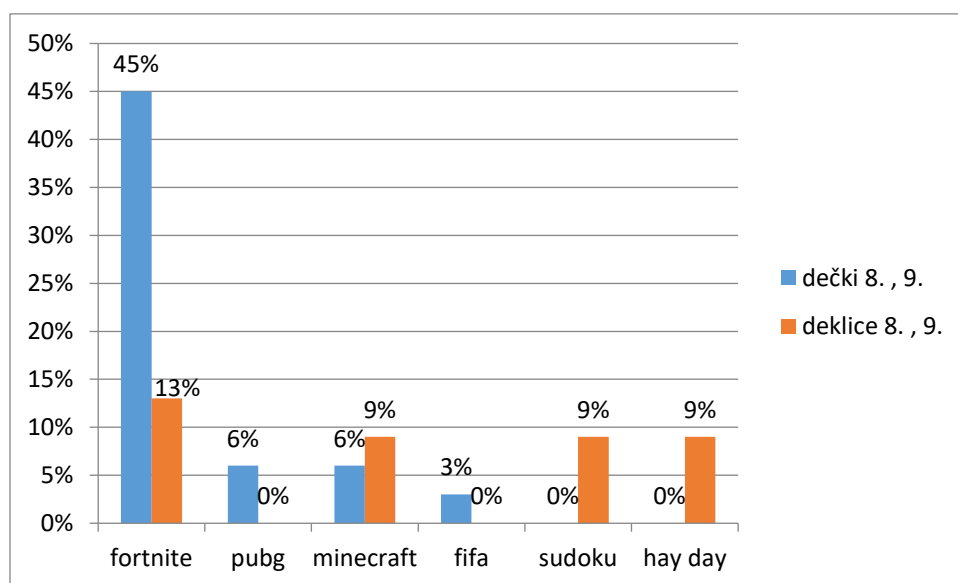
GRAF 32: Koliko različnih igric trenutno igraš na telefonu?



a – nič **b** – 1–2 **c** – 3–4 **d** – 5–6 **e** – 7–8 **f** – več kot 8

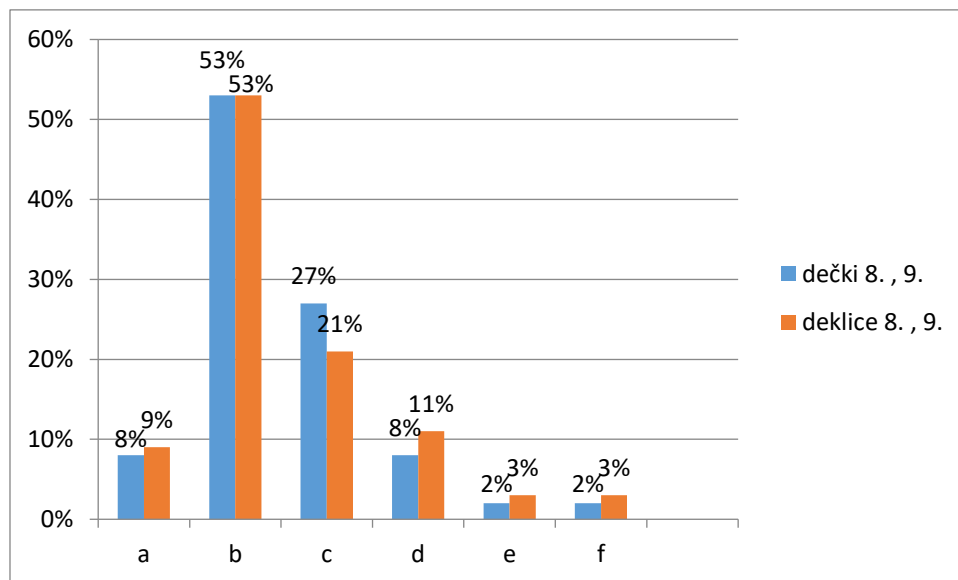
Največ dečkov, kar 34 %, in največ deklic, kar 54 %, igra 1–2 iger na telefonu. Vseeno naju skrbi odstotek učencev, ki igra več kot 8 iger (19 % dečkov in 6 % deklic).

GRAF 33: Katero igro največ igraš?



Fortnite je najbolj popularna igra tako pri dečkih, kot tudi pri deklicah. S tem lahko svojo hipotezo, ki pravi, da je pri dečkih najbolj popularna igra Fortnite, tudi potrdiva, saj je največ dečkov, kar 45 % odgovorilo, da največ igrajo Fortnite.

GRAF 34: Koliko časa dnevno posvetiš igram?

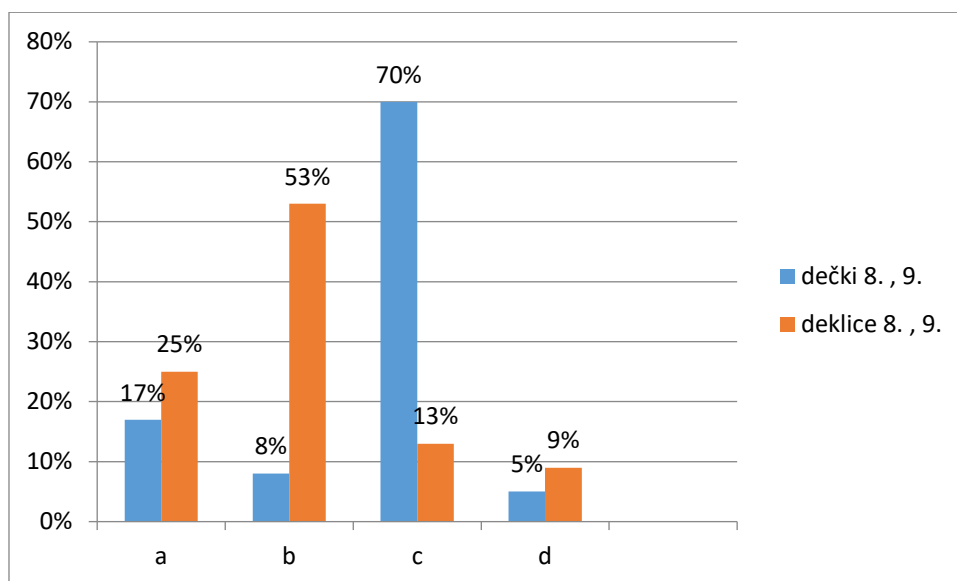


a – nič **b** – do 1 ure **c** – 1–2 uri **d** – 3–4 ure **e** – 5–6 ur **f** – več kot 6 ur

Največ dečkov (53 %) in največ deklic (53 %) igra igre dnevno od 1 do 2 uri. Kljub velikemu deležu učencev, ki igram posvetijo največ 2 uri dnevno, je zaskrbljujoč procent učencev in učenk (12 % dečkov in 17 % deklic), ki igram posvetijo več kot 3 ure dnevno.

Presenetilo naju je, da so učenci in učenke obkrožili tudi odgovor »a«. To si razlagava tako, da ti učenci iger ne igrajo vsak dan (dnevno), ampak le občasno (nekajkrat na teden ali mesec).

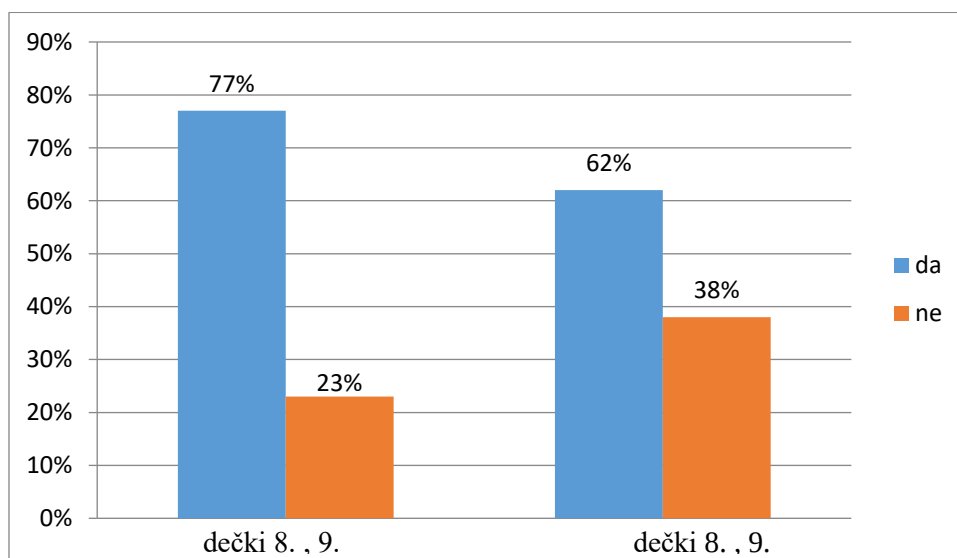
GRAF 35: Kakšne vrste je igra, ki jo najpogosteje igraš?



a – akcijska (vožnja avtomobila) **b** – miselna **c** – nasilne (kjer streljam in ubijam) **d** – grozljiva (npr. Granny)

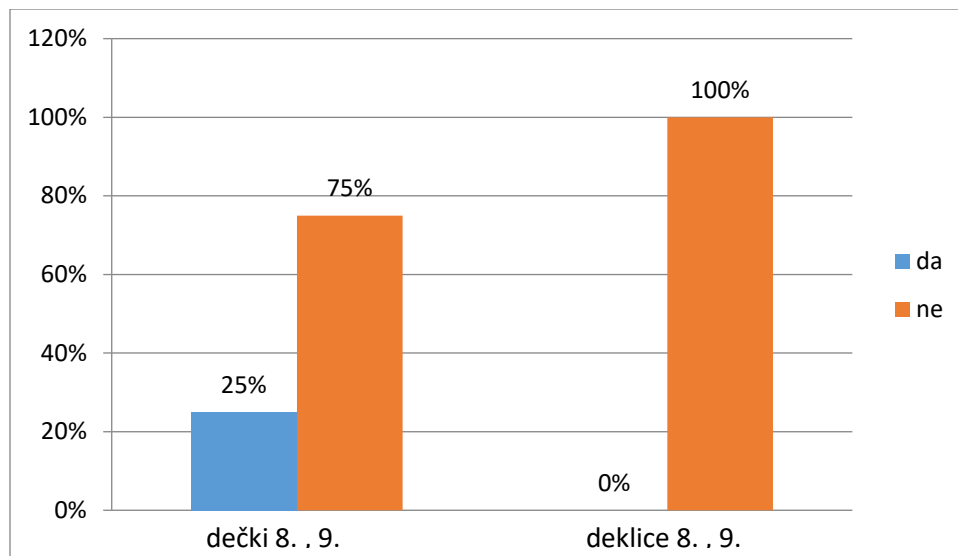
Največ dečkov, kar 70 %, igra najpogosteje nasilne igre, deklic pa največ, kar 53 %, igra miselne igre. Med spoloma je opazna razlika med vrsto iger, ki jo igrajo. Skrbi naju, da dečki preveč igrajo nasilne igre, kjer streljajo in ubijajo, saj lahko takšne igre vplivajo na agresivnost v resničnem življenju.

GRAF 36: Ali starši nadzorujejo, koliko časa igraš igre?



Pri kar 77 % dečkov in 62 % deklic starši nadzorujejo čas, ki ga preživijo ob igranju iger.

GRAF 37: Ali zmaga/poraz vpliva na tvoje počutje čez dan?



Pri 25 % dečkov zmaga/poraz vpliva na njihovo počutje čez dan, pri deklicah pa je ta delež 0 %.

3.4.2 ANALIZA INTERVJUJEV

Prvi intervju sva opravili z gospo Petro Belina, univ. dipl. psihologinjo iz Centra pomoči pri prekomerni uporabi interneta LogOut. Dala nama je strokovna odgovore na najina vprašanja.

Najprej sva jo vprašali, na kakšen način mlade odvajajo od prekomerne uporabe telefona. Odgovorila je, da imajo na kliniki LogOut odvajalni program Digitalna dieta. S tem programom želijo od prekomerne uporabe tehnologije odvaditi še ne čisto zasvojene uporabnike. Sestavijo načrt, pri katerem upoštevajo čas za učenje, zabavo, hobije in sprostitev. Skupaj skušajo poiskati nove hobije ali obuditi stare ter mlade s tem odvrniti od telefona.

Drugo vprašanje se je glasilo: *S čim so mladi najpogosteje zasvojeni (socialna omrežja ali igre)?* Na zdravljenje pridejo dečki navadno zaradi zasvojenosti oz. prekomernega igranja računalniških iger, dekleta pa zaradi prekomerne uporabe socialnih omrežij oz. zaradi neprijetnih incidentov (nesreč) na le-teh.

Naslednje vprašanje se je nanašalo na omejitev uporabe telefona. Odgovorila je, da optimalen čas zelo težko določimo. Navedla je okvirna priporočila za dnevno uporabo telefona po letih.

Prav tako pa povedala, naj bi starši do otrokovega 4. razreda nadzorovali vsebine, ki jih otrok išče na spletu.

Nato sva jo vprašali, koliko časa traja odvajanje na LogOut-u. Povedala je, da odvajanje traja od treh mesecev do enega leta, je pa odvisno od tega, kako močno so izraženi simptomi. Prav tako je poudarila, da je odvisno od tega, kako hitro posameznik napreduje in ali izvaja dogovorjene spremembe.

Na vprašanje *Kakšne aktivnosti priporočate mladim namesto telefona?* je odgovorila, da se ob zmanjšanem času za telefon pojavi dolgčas. Vsak posameznik se mora z nečim zaposliti, zaradi tega nekateri spet začnejo s starimi hobiji ali pa si poiščejo novega. Na kliniki LogOut poskušajo mladostnikom poiskati pravo aktivnost, tako, ki bi jih pritegnila.

Pri šestem vprašanju sva hoteli vedeti, kako nasilne igre vplivajo na mlade in če meni, da so sploh primerne. Pravi, da je zelo pomembno, da starši upoštevajo starostna priporočila proizvajalca. Poudarja, da je odgovornost staršev, da se pozanimajo, kakšne igre igrajo njihovi otroci in da to tudi odobrijo ali pa prepovejo. Nasilje naj bi bilo problematično predvsem pri predšolskih otrocih, saj ti ne razlikujejo med realnostjo in fantazijo.

Zadnje vprašanje pa sva povezali z vplivom lepotnih idealov na mlade. V odgovoru na to vprašanje je poudarila, kako pomembno je, da se mladostniki zavedajo, da socialna omrežja prikazujejo le filtrirano podobo sveta. Zaradi primerjanja z lepotnimi ideali se mladi z nizko samopodobo počutijo še slabše, to pa lahko vodi v vedno več posegov v telo, kot so piercing, tatuiji ter plastične operacije, lahko pa se pojavijo tudi resne duševne motnje, kot so depresija, anksioznost ter motnje hranjenja.

Drugi intervju sva izvedli z znano youtuberko Nevo Boškin. Zaradi njene priljubljenosti pri mladih v Sloveniji meniva, da bi mladim bilo njeno mnenje zanimivo.

Neva je povedala, da je svoj prvi telefon dobila pri 10. letu starosti in da ga je ves čas imela pri sebi. Poudarila pa je, da v tistih časih na telefonu nisi imel možnosti veliko početi. Prav tako je dodala, da ima samo eno igro, socialna omrežja pa skoraj vsa. Telefon najpogosteje uporablja za socialna omrežja, zdi pa se ji, da se je treba zavedati, da so telefoni naša

sedanjost in prihodnost, prav tako pa moramo ohranjati stike z realnim svetom in realnimi ljudmi. Namesto uporabe telefona pa Neva priporoča druženje s prijatelji.

3.5 ANALIZA HIPOTEZ

Potrdili sva naslednje hipoteze.

- H4: Mladi med sabo pogosteje komunicirajo preko socialnih omrežij kot v živo.
- H5: Mladi so med socialnimi omrežji največ aktivni na Snapchatu.
- H7: Najpopularnejša igra med dečki je Fortnite.

Ovrgli sva naslednji hipotezi.

- H2: V času uporabe telefona med spoloma ni velikih razlik.
- H3: V povprečju mladi uporabljajo 3 socialna omrežja.

Delno sva potrdili (rezultati so potrdili samo del hipoteze) naslednji hipotezi.

- H1: Dekleta v povprečju pošljejo več sporočil in opravijo več klicev kot dečki.
- H6: Dekleta so bolj aktivna na socialnih omrežjih, dečke pa bolj pritegnejo računalniške igre.

4 RAZPRAVA

Ugotovili sva trenutne trende med osmošolci in devetošolci naše šole pri uporabi telefonov, socialnih omrežij in računalniških iger ter kako to vpliva na mlade. Ugotovili sva, da tako deklice kot dečki med socialnimi omrežji največ uporabljajo Snapchat, najbolj priljubljena igra pa je pri dečkih, kot sva predvidevali, Fortnite. Zanimiv se nama zdi podatek, da je tudi največ deklic odgovorilo, da največ igrajo Fortnite. Glede uporabe telefona so naju vrstniki prijetno presenetili, saj sva pričakovali, da sodobni tehnologiji posvečajo več časa. Preseneča naju tudi, da starši dečke na socialnih omrežjih bolj kontrolirajo kot deklice, saj sva bili mnenja, da je veliko staršev pozornih predvsem, kakšne fotografije objavljajo deklice na socialnih omrežjih. Z anketnim vprašalnikom sva ugotovili tudi, da ima več kot polovica učencev telefone med spanjem v svoji sobi in tudi, da jih uporablja po 23. uri zvečer. Večina učencev in učenk je odgovorilo, da si pred spanjem omrežja wi-fi ne izklopijo. Menili sva, da o tem učenci sploh ne razmišljajo, ampak vsa obvestila, ki jih dobijo med spanjem, ko so

priklopljeni na omrežje, motijo spanec. Verjetno je tudi, da učenci ponoči ne izklapljajo telefonov zaradi možnosti, da jih kdo pokliče, jim piše na socialnih omrežjih ...

Pri intervjuju sva se dotaknili teme o zasvojenosti s sodobno tehnologijo in se seznanili s potekom zdravljenja. Gospa Petra Belina nama je predstavila odvajalni program Digitalna dieta ter nama povedala, kako lepotni ideali vplivajo na samopodobo pri mladih. Neva Boškin pa nama je povedala, da je telefon dobila pri 10. letu starosti in da ga je ves čas nosila s sabo. Namesto telefona mladim priporoča druženje s prijatelji.

5 ZAKLJUČEK

Za raziskovalno nalogo sva se odločili, ker naju je tema zelo pritegnila. Želeli sva jo bolj temeljito raziskati in ugotoviti, ali so bile najine domneve pravilne ali napačne. S pomočjo anketnega vprašalnika sva svoje domneve oz. hipoteze potrdili ali ovrgli. Med raziskovanjem in analiziranjem sva se naučili veliko novega in ugotovili, čemu bomo morali v prihodnosti posvetiti več časa, bodisi da preprečimo zasvojenosti bodisi število posegov v telo.

Z intervjuji sva želeli potrditi nekatere svoje hipoteze in si pridobiti še dodaten, strokoven pogled na temo. Želeli sva tudi večji vpliv raziskave na mlade, zato sva intervjuvali znano youtuberko Nevo Boškin. Ker mladi nasprotujejo svojim staršem, tudi če vedo, da imajo prav, meniva, da bolj verjamejo vplivnejšim in priljubljenim ljudem kot staršem.

Svojo raziskavo bi lahko nadaljevali v smeri zasvojenosti ali varne uporabe interneta. Prav tako se lahko vprašalnik izvede na večji populaciji ter pri večji starostni razliki. Možna je ponovitev raziskave čez nekaj generacij, da bi lahko primerjali rezultate med generacijami, ugotavljali razlike in ugotovili, ali se stvari izboljšujejo ali slabšajo.

6 VIRI IN LITERATURA

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Mladostni%C5%A1tvo>, dostop 11. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Telekomunikacije>, dostop 11. 2. 2019.

https://sl.wikipedia.org/wiki/Spletno_dru%C5%BEbeno_omre%C5%BEje, dostop 12. 2. 2019.

https://sl.wikipedia.org/wiki/Ra%C4%8Dunalni%C5%A1ka_igra, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Snapchat>, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Instagram>, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Viber>, dostop 12. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Facebook>, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Twitter>, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Fortnite>, dostop 12. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Minecraft>, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/FIFA>, dostop 12. 2. 2019.

https://en.wikipedia.org/wiki/Hay_Day, dostop 12. 2. 2019.

<https://en.wikipedia.org/wiki/Sudoku>, dostop 12. 2. 2019.

https://sl.wikipedia.org/wiki/Brez%C5%BEi%C4%8Dno_omre%C5%BEje, dostop 12. 2. 2019.

<http://mediasmarts.ca/blog/reflecting-about-life-online>, dostop 12. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Internet>, dostop 11. 2. 2019.

<https://www.elektro-pecaver.si/telekomunikacije-in-telefonija>, dostop 11. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Telefon>, dostop 12. 2. 2019.

<https://sl.wikipedia.org/wiki/Radio>, dostop 12. 2. 2019.

7 PRILOGE

7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK

Mladi in sodobna telekomunikacijska sredstva

Sva Pina Berk in Neža Krajnc, učenki 9. b razreda. Odločili sva se raziskati, koliko časa mladi preživijo ob sodobni tehnologiji in kakšni so trendi mobilnih aplikacij v tem letu. Ker nama bodo tvoji odgovori pomagali, te prosiva za iskrenost, saj je anketa anonimna.

OBKROŽI : spol: M Ž razred: 8. 9.

sklop 1: Telefon

1. Imaš svoj telefon?

DA NE



Če si obkrožil ne, pojdi na sklop 2 (Socialna omrežja).

2. Kakšen telefon imaš?

a) NA TIPKE b) NA DOTIK

3. Koliko si bil star, ko si dobil svoj prvi telefon?

_____ let

4. Približno koliko časa dnevno posvetiš telefonu?

a) do 1 uro b) 1–2 uri c) 3–4 ure d) 4–5 ur e) več kot 5 ur

5. O uporabi telefona:

a) odločam sam b) imam dogovor s starši (starši mi omejijo)

6. Kaj na svojem telefonu še uporabljaš poleg klicev? Obkroži črko pred odgovori. Možnih je več odgovorov.

a) socialna omrežja

b) igre

c) pošiljanje sms-ov

č) fotografiranje

d) drugo: _____

7. Katero od zgoraj naštetih funkcij uporabljaš najpogosteje? Možen je en odgovor.

8. Ali imaš čez dan telefon ves čas pri sebi?

a) DA b) NE

9. Ali uporabljaš telefon tudi tik pred spanjem?

a) DA b) NE

 **10. Če tudi ponoči uporabljaš telefon, približno do kdaj?**

a) med 21. in 22. uro b) med 22. in 23. uro c) med 23. in 24. uro d) dlje

11. Je tvoj telefon v sobi, ko spiš?

a) DA b) NE

12. Si pred spanjem na telefonu izklopiš wi-fi?

a) DA b) NE

13. Približno koliko klicev opraviš dnevno (na dan)?

med tednom: _____ med vikendom: _____

14. Približno koliko sporočil pošlješ dnevno?

a) manj kot 5 b) 5–10 c) 10–20 d) 20–30 e) 30–40 f) več kot 40

15. Kako najpogosteje komuniciraš s prijatelji?

a) preko socialnih omrežij b) preko kratkih sporočil (sms) c) preko klicev

16. Kako najpogosteje komuniciraš s starši?

a) preko socialnih omrežij b) preko kratkih sporočil (sms) c) preko klicev

17. Na kakšen način se najlažje pogovarjaš s prijateljem oz. sošolcem?

a) preko telefona b) v živo

sklop 2: Socialna omrežja

18. Ali uporabljaš socialna omrežja?

a) DA b) NE

 Če si obkrožil ne, pojdi na sklop 3 (Računalniške igre)

19. Približno koliko časa dnevno si aktiven na socialnih omrežjih?

a) do 1 uro b) 1–2 uri c) 2–3 ure d) več kot 3 ure

20. Na katerih socialnih omrežjih si trenutno aktiven? Možnih je več odgovorov.

- a) Snapchat b) Instagram c) Facebook d) Messenger e) Viber f) Twiter g) WhatsApp
h) drugo: _____

21. Katero uporabljaš najpogosteje? Zapiši le eno.

22. Ali imajo tudi tvoji starši profile na omrežjih, da te kontrolirajo?

- a) DA b) NE

23. Za kaj največkrat uporabljaš socialna omrežja? Obkroži 1 odgovor.

- a) klepet s prijatelji b) gledanje objav drugih
c) da sem na tekočem z dogajanjem na sceni slavnih
č) za izmenjavo informacij o šoli d) drugo: _____

24. Ti je pomembno, koliko sledilcev imaš na socialnih omrežjih in koliko všečkov zbereš?

- a) DA b) NE

25. Kolikokrat objavljaš fotografije na socialnih omrežjih?

- a) nekajkrat letno b) nekajkrat mesečno c) nekajkrat tedensko d) vsak dan e) nikoli

26. Kakšne fotografije najpogosteje objavljaš?

- a) sem na njih, a se ne vidi mojega obraza b) fotografije, na katerih se vidi moj obraz c) fotografije, na katerih nisem jaz (ozadja, živali ...)

27. Koga vse sprejmeš za »prijatelja« na socialnih omrežjih? Možnih več odgovorov.

- a) sošolca b) prijatelja c) neznanca č) nekoga, ki ga poznam po imenu
d) nekoga, ki ga pozna moj prijatelj

28. Kako imaš zavarovane profile na socialnih omrežjih? Možnih je več odgovorov.

- a) imam zasebni profil b) v svojem opisu ne navajam osebnih podatkov
c) ne objavljam slik obraza d) za prijatelje sprejemam samo ljudi, ki jih poznam
e) nič od naštetega

sklop 3: Računalniške igre

29. Ali igraš računalniške igre?

- a) DA b) NE

 Če si obkrožil ne, si zaključil z anketo. Hvala za sodelovanje.

30. Koliko različnih igrice trenutno igraš na telefonu?

a) nič b) 1–2 c) 3–4 d) 5–6 e) 7–8 f) več kot 8

31. Katero igro največ igraš? Možen samo 1 odgovor.

32. Koliko časa dnevno posvetiš igram?

a) nič b) do 1 ure c) 1–2 uri d) 3–4 ure e) 5–6 ur f) več kot 6 ur

33. Kakšne vrste je igra, ki jo najpogosteje igraš?

a) akcijska (vožnja avtomobila) b) miselna c) nasilna (kjer streljam in ubijam)
č) grozljiva (npr. Granny)

34. Ali starši nadzorujejo, koliko časa igraš igre?

a) DA b) NE

35. Ali zmaga/poraz vpliva na tvoje počutje čez dan?

a) vpliva (pokvari mi dan, sem slabe/ dobre volje ...) b) ne vpliva

7. 2 INTERVJU Z GOSPO PETRO BELINA

Prvi intervju sva opravili s Petro Belina, univ. dipl. psih., ki je strokovna vodja programov Logout, in ji zastavili 7 vprašanj.

1. Na kakšen način mlade odvajate od prekomerne uporabe telefona?

Na Logoutu izvajamo program Digitalna dieta, ki je namenjen osebam, ki prekomerno uporabljajo tehnologije, niso pa (še) zasvojeni. Program je krajši in strukturiran. Usmerjamo se predvsem na optimizacijo časa, preživetega na spletu, in pomagamo družini vzpostaviti pravila in dogovore. To konkretno pomeni, da skupaj pogledamo, kaj vse počne na internetu, kdaj in koliko časa. Ob upoštevanju tega posameznik poskuša sestaviti plan, kjer v enem dnevu lahko opravi vse aktivnosti (učenje, druženje, hobiji ...), ki se mu zdijo potrebne. To pogosto to pomeni, da manj uporablja naprave, kot so telefon in računalnik. Občasno osebi pri tem pomagamo tudi z različnimi uporabnimi aplikacijami, pogosto so to aplikacije za samokontrolo, samorefleksijo in organizicijo časa. Že z enostavnim pravilom, da dajejo prednost

druženju pred online aktivnostim (in vse ostalo ostane enako) lahko naredijo veliko dobrega zase.

Program pri zasvojenosti pa predstavlja bolj dolgotrajno in celostno obravnavo, cilj pa je spodbujanje posameznika k uravnoteženi rabi tehnologij in urejanje ostalih življenjskih področij. Pogosto se individualna obravnava dopolnjuje s skupinskimi srečanji. Na začetku poskušamo podrobno spoznati njegovo online vedenje, motivacijo in posledice. V nadaljevanju ga poskušamo usmerjati na druge aktivnosti, kjer bo lahko zadovoljeval svoje potrebe in prenesel svoje pridobljene izkušnje. Svetovanja so individualna in potekajo ponavadi 1-krat tedensko. Potek je precej odvisen od uporabnikove pripravljenosti na spremembo, zato sta tudi trajanje in uspešnost zelo različna. Zavedati se moramo, da je lahko prekomerna raba le simptom in so v ozadju prisotne druge težave.

2. S čim so mladi najpogosteje zasvojeni (socialna omrežja ali igre)?

Fantje pogosteje prihajajo zaradi prekomernega igranja videoiger (online ali offline), medtem ko dekleta pogosteje zaradi pretirane uporabe družbenih omrežij in različnih incidentov (neprijetnih dogodkov), povezanih z njimi. Pogosto se pridruži še pretirano gledanje posnetkov in vlogov na Youtube kanalih, gledanje serij, predvsem japonskih risanih serij 'Anime', ki so trenutno med mladimi zelo popularne.

3. Kolikšna je zgornja meja uporabe telefona dnevno?

Optimalen čas težko določimo. Pomembno je namreč, kaj posameznik počne v preostalem času. Če ima v svojem vsakdanjiku tudi ostale aktivnosti, kot so šola, hobiji, druženje z vrstniki, čas za učenje in obveznosti doma in to nekako uspešno obvladuje, potem čas uporabe telefona ne igra pomembne vloge. Tudi starost otroka je pomemben dejavnik. Okvirno pa priporočamo po letih: do 3 = 15 min/dan, 3–6 = 25 min/dan, 6–9 = 30 min/dan, 9–11 = 45 min/dan, 11–14 = 60 min/dan. Tukaj gre za uporabo za zabavne vsebine, torej ne za klice in sporočila. Do devetega leta je nujna prisotnost starša ali odraslega, da otrok ne zaide na vsebine, ki jih ne razume.

4. Koliko časa približno traja odvajanje?

Trajanje naših programov je od 3 mesecev pa do enega leta, odvisno od tega, kako močno so izraženi simptomi in kako hitro lahko posameznik napreduje in izvaja spremembe.

5. Kakšne aktivnosti priporočate mladim namesto telefona?

Ob zmanjšanju časa za telefonom se pojavi dolgčas. Ker je dolgčas neprijetno čustvo, se posameznik sam po sebi zaposli z nečim drugim. Nekateri tega občutka prej sploh niso poznali, saj so se takoj zamotili s telefonom. Nekateri se tako npr. začnejo učiti japonščino, nekateri več berejo, rišejo ipd. Pri nas se zelo trudimo skupaj z mladostnikom poiskati aktivnosti, ki bi ga pritegnile. Težko poiščemo hobije in aktivnosti, ki so tako zabavne, kot so aktivnosti na spletu, iščemo pa vsaj približke. Nekateri obudijo stare hobije, nekateri se lotijo novih, takšnih, ki so se jih od vedno želeli in ni bilo priložnosti ali poguma ... Velikokrat ob pridobivanju drugih izkušenj spoznajo, da so tudi druge aktivnosti lahko zanimive.

6. Kako nasilne igre vplivajo na mlade in ali menite, da so sploh primerne?

Raziskave niso enoznačne. Pomembno je, da starši upoštevajo starostna priporočila proizvajalca (Pegi za Evropo) in po potrebi naslovijo teme, ki so v igrah. Tukaj poudarjam, da je odgovornost staršev, da se pozanimajo, kaj otroci igrajo, in odobrijo primernost vsebin. Nasilje je problematično, predvsem pri predšolskih otrocih, saj do 6 oz. 7 leta otroci težko razlikujejo med fantazijo in realnostjo. Tudi kasneje, če gre za specifično osebnostno strukturo.

Drugače pa je nasilje v videoigrah prisotno že dolgo. V zadnjem času je opazen porast iger, ki niso le nasilne, temveč tudi neke vrste psihološke grozljivke (npr. granny, doki doki, literature club). Pri teh igrah moramo biti zelo pazljivi, saj pri ljudeh zaradi intenzivnega strahu sprožijo različne reakcije. Take igre niso namenjene otrokom in tistim, ki so čustveno manj stabilni.

Tudi perspektiva je pomembna. Če si igralec, vidiš druge prvine, kakor če si opazovalec. Npr. starši pogosto v igri vidijo nasilje, grozo, kri ..., medtem ko igralec/mladostnik isto igro asociira s sodelovanjem, taktiko, napredovanjem, tekmovanjem.

7. Kaj menite o vplivu lepotnih idealov na socialnih omrežjih na mlade?

Družbena omrežja pomembno prispevajo k oblikovanju naše samopodobe. V preteklosti so na našo samopodobo vplivali predvsem starši, trenerji, učitelji in vrstniki. Vse je bilo bolj obvladljivo, danes je drugače, saj na nas lahko vplivajo popolni neznanci. Mladostniki se pogosto ne zavedajo, da družbena omrežja prikazujejo filtrirano podobo sveta, da prikazujejo samo tisti lepi sprejemljivi del, ki ga posameznik želi podeliti. Čeprav imajo zelo izdelan profil, še ne pomeni, da je posameznik zadovoljen. Posamezniki z nizko samopodobo se zaradi primerjanja z ideali počutijo še slabše. Sprašujejo se o tem, kaj je narobe z njimi in doživljajo svoje življenje, kot skrajno dolgočasno. Vpliv nerealnih in retuširanih podob pripomore k temu, da se posameznik počuti še bolj nesigurnega, tesnobnega in neustreznega. Iz tega se lahko razvijejo resne duševne motnje, kot so depresija, anksioznost, motnje hranjenja ipd. V zadnjih letih je tudi veliko več posegov v telo (piercing, tatu, plastične operacije,) kar je pogosto odraz posameznikove nesigurnosti, kar je lahko tudi posledica lepotnih idealov, ki jih prikazujejo različna družbena omrežja.

7. 3 INTERVJU Z NEVO BOŠKIN

Naslednjo pa sva anketirali Nevo Boškin, znano slovensko youtuberko, ki lahko pogled odpre tudi mladostnikom.

1. Kdaj si dobila svoj prvi telefon in kako pogosto si ga uporabljala?

Pri 10 letih najverjetneje. Verjetno še prej, nisem prepričana. Ves čas sem ga imela v rokah, ampak takrat nisi imel kaj veliko početi na telefonu.

2. Koliko različnih socialnih omrežij in iger imaš na svojem telefonu?

Iger imam zelo malo, natančno samo eno, socialna omrežja pa skoraj vsa.

3. Zakaj telefon najpogosteje uporabljaš?

Za družbena omrežja.

4. Ali meniš, da se mladi preveč posvečajo telefonom?

Ja in ne. Potrebno je razumeti, da je to naša sedanjost, ampak hkrati se zavedati, da še vedno obstaja realni svet in realni ljudje.

5. Katero aktivnost mladim priporočaš namesto uporabe telefona?

Druženje s prijatelji!