SVOJA

OSNAŽIVANJE DJEVOJČICA I DJEVOJAKA U ODNOSU NA RODNE I DRUGE STEREOTIPE NA INTERNETU I DRUŠTVENIM MREŽAMA

Priručnik za voditelje projektnih aktivnosti

Maja Lesinger **Dario Šincek**

SVÓJÁ

IMPRESUM

Naziv publikacije:
SVOJA - Priručnik za voditelje projektnih aktivnosti
Drugo, dopunjeno izdanje

Nakladnik:
Knjižnica i čitaonica Grada Preloga

Za nakladnika:
Maja Lesinger

Autori priručnika:
Maja Lesinger
Dario Šincek

Autorice didaktičkih materijala:
Snježana Božin
Maja Lesinger

Urednica:
Martina Ćosić Vuglec

Stručne suradnice:
Astrid Meckl
Raphaela Müller

Recenzenti:
dr. sc. Josip Strija
dr. sc. Antonija Mandić

Lektura:
Dominika Lukačić - Murković

Puni naziv projekta:
SVOJA: Osnaživanje djevojčica i djevojaka u odnosu na rodne i druge stereotipe na internetu i društvenim mrežama

Projekt i tisak publikacije sufinanciran sredstvima:
Agencije za elektroničke medije - natječaj za sufinanciranje aktivnosti za poticanje medijske pismenosti (2026.)

Partner u projektu:
Goethe Institut Kroatien

Grafički dizajn:
Lara Glavić Končar

Mjesto i godina izdanja:
Prelog, 2026.

ISBN 978-953-50299-5-3 (PDF)

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001279188.

Napomena o pravima:
Sva prava pridržana. Nijedan dio ove publikacije ne smije se reproducirati, pohranjivati u sustav za pretraživanje niti prenositi u bilo kojem obliku ili na bilo koji način bez prethodnog pisanog odobrenja nositelja autorskih prava.

AGENCIJA ZA ELEKTRONIČKE MEDIJE

GOETHE INSTITUT

KNJIŽNICA I ČITAONICA GRADA PRELOGA
Znanje je život. Knowledge is life. Wissen ist Leben. Scientia est vita.

SVOJA

OSNAŽIVANJE DJEVOJČICA I DJEVOJAKA U ODNOSU NA RODNE I DRUGE STEREOTIPE NA INTERNETU I DRUŠTVENIM MREŽAMA

Priručnik za voditelje projektnih aktivnosti

Maja Lesinger
Dario Šincek

Prelog, 2026.

SADRŽAJ

7
PISMO

8
UVOD

10
TEMA PROJEKTA U KONTEKSTU RECENTNIH ISTRAŽIVANJA

14
OSOBNA ISKAZNICA PROJEKTA „SVOJA“

18
KONCEPT INTERAKTIVNE IZLOŽBE

22
KURIKULUM PROJEKTA „SVOJA“

26
IZA ZASLONA: SIGURNOST DJEVOJČICA U ONLINE SVIJETU

32
MALI POJMOVNIK VELIKIH POJMOVA

35
A ŠTO SA DJEČACIMA?

36
OPĆE UPUTE ZA VODITELJE AKTIVNOSTI

38
1. TEMA: FILTRIRANA LJEPOTA
Metodički scenarij za voditelje aktivnosti
Upute za rad | Karte za misli i poruke

46
2. TEMA: PRITISAK & OČEKIVANJA
Metodički scenarij za voditelje aktivnosti
Upute za rad | Kružići za #

54
3. TEMA: U MREŽI - KAKO INFLUENCERI UTJEČU NA NAS
Metodički scenarij za voditelje aktivnosti
Upute za rad | Predložak za liste aktivnosti

62
4. TEMA: PA ŠTO AKO NIJE ONLINE?
Metodički scenarij za voditelje aktivnosti
Upute za rad | Scenarij 1, 2, 3

72
5. TEMA: AI I JA?
Metodički scenarij za voditelje aktivnosti
Upute za rad | Kružići za lov na AI | Dokazni paket Lina@Lina
Kartice zaključka | Kartice za promtove | Kreativne AI kartice

90
RECENZIJE

92
KORISNE POVEZNICE I MATERIJALI

94
LITERATURA

96
O AUTORIMA PRIRUČNIKA
Maja Lesinger | Dario Šincek

Ana

Mia

Lana

Lara

Dragi edukatori i djevojke,

Projekt „SVOJA“ nije samo niz radionica ili skup edukativnih materijala – on je prostor sigurnosti, kreativnosti i iskrenosti. Važno nam je bilo stvoriti mjesto gdje svaka djevojčica može slobodno izraziti svoje misli, strahove i nade, gdje može prepoznati da ljepota dolazi u svim oblicima i da svaka od njih ima pravo osjećati se snažno i vrijedno.

Posebna pažnja posvećena je vizualnoj i likovnoj obradi materijala, što radionice čini privlačnima i zabavnima za sudjelovanje. Svaki vizualni detalj osmišljen je kako bi poticao pozitivnu atmosferu i potaknuo djevojke na osobni izraz. Nadamo se da će vam ovi materijali, radionice i aktivnosti biti inspiracija za nastavak zajedničkog rada na stvaranju boljeg i pravednijeg svijeta.

Hvala vam što zajedno gradimo zajednicu u kojoj je svaka djevojčica svoja, sigurna i ponosna na sebe.

Tim „SVOJA“

UVOD

Dobrodošli u priručnik projekta „SVOJA“ čiji je cilj osnaživanje djevojčica i djevojaka u razvoju pozitivne slike o sebi i kritičkog pristupa sadržajima na društvenim mrežama. Ovaj priručnik namijenjen je svim edukatorima koji rade s djecom i mladima u knjižnicama, školama i drugim odgojno - obrazovnim ustanovama. Cilj nam je ponuditi praktične alate i smjernice za učinkovito provođenje radionica koje će pomoći djevojčicama u izgradnji zdravijeg odnosa prema sebi i digitalnom okruženju.

Projekt „SVOJA“ pokrenula je Knjižnica i čitaonica Grada Preloga u partnerstvu s knjižnicom Goethe-Instituta Kroatien te medijskim stručnjakinjama Astrid Meckl i Raphaelom Müller iz Instituta za medijsku pedagogiju u Münchenu. Projekt je podržan od strane Agencije za elektroničke medije u okviru programa za poticanje medijske pismenosti, projekt je osmišljen s ciljem suočavanja djevojčica i djevojaka s rodnim stereotipima koji se pojavljuju u digitalnom prostoru.

Cilj projekta jest pružiti djevojčicama u dobi od 10 do 16 godina alate za razvijanje kritičkog razmišljanja, jačanje samopoštovanja i prihvaćanje raznolikosti tijela, uz edukaciju stručnih suradnika, nastavnika, knjižničara i roditelja za podršku u ostvarivanju ovih ciljeva.

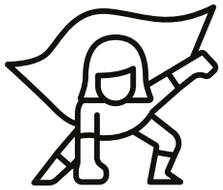
Suvremeno društvo izloženo je konstantnom pritisku idealiziranih prikaza ljepote, koji su često nerealni i nedostižni. Recentna istraživanja pokazuju da velik broj djevojaka, već od osnovnoškolske dobi, koristi aplikacije za uređivanje slika kako bi zadovoljile društvene ideale ljepote. Takvi postupci često dovode do negativne slike o vlastitom tijelu, što može rezultirati niskim samopouzdanjem, depresivnošću i anksioznošću (ESPAD, 2019; Jokić et al., 2022).

Kroz interaktivne radionice projekta „SVOJA“, djevojčice razvijaju svijest o razlici između stvarnog i filtriranog izgleda, uče kritički promišljati digitalne sadržaje te jačaju osjećaj vlastite vrijednosti. Potaknute su da prihvate svoju jedinstvenost i osnaže se za donošenje samostalnih, informiranih odluka u online svijetu.

Edukatorima su na raspolaganju stručno oblikovani materijali, metodički scenariji prilagođeni dobi sudionica, alati za vođenje osjetljivih tema te podrška kroz „train-the-trainers“ program. Aktivnosti su fleksibilne i lako se uključuju u nastavu ili rad knjižnice, a popratni materijali su besplatni.

TEMA PROJEKTA *u kontekstu recentnih istraživanja*

Zašto projekt „SVOJA“?



U doba kada digitalne tehnologije i društvene mreže oblikuju svakodnevicu djece i mladih, posebno su osjetljive skupine djevojčice i djevojke. Projekt „SVOJA“ nastao je iz stvarne i znanstveno utemeljene potrebe za stvaranjem edukativnih alata koji potiču pozitivnu sliku o tijelu, kritičko promišljanje i digitalnu otpornost.

Djevojčice su, prema nizu istraživanja provedenih u Hrvatskoj, češće izložene negativnim utjecajima digitalnog okruženja: od idealiziranih prikaza ljepote, preko filtriranih fotografija i uspoređivanja, do seksualnog uznemiravanja i problema s mentalnim zdravljem.

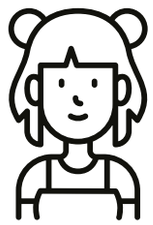
Što kažu istraživanja?

Prema istraživanju Ciboci i sur. (2020), čak 24 % djece koristi internet više od 4 sata dnevno, dok je 25 % djece bilo izloženo seksualnim sadržajima. deSHAME istraživanje (2022) pokazuje da je 93,1 % srednjoškolaca svjedočilo seksualnom uznemiravanju online, a gotovo 49 % djevojaka izjavljuje da je takvo što osobno doživjelo.

Istraživanje Jokića i sur. (2022) donosi dodatnu zabrinutost: učestalo korištenje digitalnih uređaja povezano je s povišenim razinama anksioznosti, depresivnosti i usamljenosti, a osobito je izraženo kod učenica osnovnih škola.

Dodatno, istraživanje Kotrla Topić i sur. (2024) potvrđuje da kod djevojčica u dobi 8–13 godina korištenje društvenih mreža dugoročno negativno utječe na subjektivnu dobrobit.

Posebna ranjivost djevojaka



Istraživanje ERF-a i HT-a (2024) ukazuje na spolne razlike – djevojke češće i intenzivnije koriste društvene mreže, dok mladići češće igraju videoigre. Djevojke su također osjetljivije na negativne komentare i uspoređivanje s nerealnim prikazima tijela, što doprinosi osjećaju nezadovoljstva i smanjenju samopouzdanja.

Upravo u tom kontekstu projekt „SVOJA“ usmjeren je na kritičku medijsku pismenost, emocionalnu podršku i samoprihvaćanje.

Digitalni obrasci i odgovori

Podaci iz istraživanja ukazuju na visoke razine izloženosti digitalnim sadržajima:

- **45,8 %** srednjoškolaca koristi internet više od 3 sata dnevno, a **10,2 %** više od 8 sati (deSHAME, 2022).
- **71,1 %** učenika koristi društvene mreže više od 2 sata dnevno (ESPAD, 2019).
- Gotovo **50 %** mladih smatra da je „ovisnost o internetu“ glavni problem njihove generacije (Pravobraniteljica za djecu, 2023).

Zabrinjavajuće je i to što se mladi rijetko obraćaju odraslima u slučaju problema – tek 10 % kaže da bi se obratilo roditeljima, a još manje nastavnicima (deSHAME, 2022).

Pozitivni modeli podrške

Projekt „SVOJA“ se u tom kontekstu izdvaja kao model preventivne podrške i afirmacije, kombinirajući:

- edukativne materijale temeljene na istraživanjima,
- interaktivne izložbe i radionice,
- poticanje samopouzdanja i pozitivne slike tijela,
- razvijanje digitalnih i emocionalnih vještina.

Tematske cjeline poput Filtrirane ljepote i Pritisak i očekivanja osnažuju djevojčice da postave granice, razumiju razliku između stvarnog i digitalnog, te izgrade svoj glas u mrežama koje ih okružuju.

Digitalna svakodnevica donosi niz izazova, ali i mogućnosti. Projekt „SVOJA“ pokazuje da uz pristup temeljen na empirijskim podacima, kreativnosti i empatiji, mladima možemo pružiti prostor u kojem mogu postati samopouzdani, informirani i – svoji.

U nastavku su navedeni citati iz dokumenta **„Korištenje digitalnih tehnologija kod djece i mladih – pregled recentnih istraživanja u Hrvatskoj“** (Nikolić Đurin, 2025) koji se mogu koristiti u aktivnostima projekta “SVOJA”.

1. **prekomjerno korištenje interneta**
   „deSHAME istraživanje (2022) pokazuje da 45,8 % srednjoškolaca provodi na internetu više od 3 sata dnevno, a 10,2 % više od 8 sati dnevno.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 8)

2. **razlika po spolu**
   „U svim dobnim skupinama djevojke u prosjeku više koriste digitalne uređaje u odnosu na mladiće.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 9)

1. **mentalno zdravlje**
   „Učestalo korištenje digitalnih uređaja statistički je značajno povezano s višim razinama depresivnosti, anksioznosti i usamljenosti.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 12)

3. **seksualno uznemiravanje**
   „93,1 % srednjoškolaca svjedočilo je seksualnom uznemiravanju online, a 48,7 % djevojaka to je osobno doživjelo.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 15)

4. **nedostatak podrške**
   „Samo 10 % srednjoškolaca obraća se roditeljima u slučaju problema na internetu, a još manje nastavnicima (4,4 %).“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 16)

5. **stavovi nastavnika**
   „Više od 80 % nastavnika smatra da digitalne tehnologije negativno utječu na fizičko i mentalno zdravlje učenika.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 18)

6. **mišljenju mladih**
   „Više od 62 % mladih prepoznaje da konzumiraju nevažne sadržaje, a 49 % navodi cyberbullying kao ozbiljan problem.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 21)

7. **potrebne smjernice za rad**
   „Uravnoteženo korištenje digitalnih uređaja uz podršku roditelja i obrazovnih djelatnika predstavlja najučinkovitiji okvir za razvoj digitalne dobrobiti.“
   (Nikolić Đurin, 2025, str. 27)

OSOBNA ISKAZNICA projekta „SVOJA“

Voditelj projekta: Knjižnica i čitaonica Grada Preloga

Partner: Knjižnica Goethe-Instituta Kroatien

Projekt se sufinancira sredstvima iz natječaja za sufinanciranje projekata / manifestacija / seminara / konferencija / radionica / predavanja / izradu edukacijskih materijala / istraživanja i drugih aktivnosti na temu poticanja medijske pismenosti u 2023. godini, koji je raspisala Agencija za elektroničke medije.

Autori priručnika: Maja Lesinger i Dario Šincek

Suatori didaktičkih materijala: Snježana Božin, Maja Lesinger i Dominika Lukačić - Murković

Stručne suradnice: Astrid Meckl i Raphaela Müller (Institut za medijsku pedagogiju u Münchenu)

Lektura i prijevod: Snježana Božin

Grafički dizajn: Lara Glavić Končar

Trajanje projekta: 12+ mjeseci

Početak provedbe: 1. siječnja 2023.

Tema projekta: Poticanje pozitivne slike o vlastitom tijelu u online okruženju za djevojčice i djevojke u dobi od 10 do 16 godina.

Projekt „SVOJA“ bavi se pitanjem kako se djevojčice i mlade djevojke snalaze u digitalnom prostoru, osobito na društvenim mrežama koje nerijetko nameću nerealne slike ljepote i rodne stereotipe. U fokusu su razvoj samopouzdanja, osnaživanje i stvaranje alata za kritičko promišljanje sadržaja kojima su svakodnevno izložene.

Sadržaj i pristup

Knjižnica i čitaonica Grada Preloga, u suradnji s Goethe-Institutom Kroatien i dvjema medijskim pedagoginjama iz Njemačke – Astrid Meckl i Raphaelom Müller – razvila je materijale koji potiču djevojčice da prepoznaju i osvijeste utjecaje rodnih i vizualnih stereotipa, kao i da razvijaju zdravu sliku o sebi. U ostvarivanju tog cilja ključnu ulogu imaju školske i narodne knjižnice te škole i njihovi zaposlenici. Kao sredstvo provedbe korišteni su jednostavni, prostorno i vremenski prilagodljivi tiskani i digitalni materijali, namijenjeni prvenstveno radu s djecom, osobito djevojčicama i djevojkama.

Opći cilj

Pružiti podršku djevojčicama i djevojkama u razvoju pozitivne slike o vlastitom tijelu i vlastitoj osobnosti.

Specifični ciljevi

Senzibilizacija nastavnika, knjižničara i stručnih suradnika za navedeni opći cilj.

Stavljanje na raspolaganje digitalnih i analognih alata za rad s djecom u knjižnicama i školama.

Provedba obuka za rad s alatima te razvoj mreže multiplikatora i multiplikatorica.

U drugom koraku – izravni rad s djecom i ostvarenje općeg cilja kroz radionice i aktivnosti.

Aktivnosti

Izrada edukativnih materijala (interaktivna izložba, radni listići, metodičko-didaktičke upute).

Grafičko oblikovanje i tisak materijala.

Održavanje treninga za edukatore (train-the-trainers), knjižničare i nastavnike.

Izrada web-stranice na kojoj će svi materijali biti besplatno dostupni na hrvatskom, njemačkom i engleskom jeziku.

Kontekst i potreba

Sadržaji na društvenim mrežama vrlo često prikazuju hiperseksualizirane i „poboljšane“ slike tijela, koje prikazuju nerealne standarde ljepote. To uključuje oblik i veličinu tijela, fizičke sposobnosti, boju kože i rodni identitet.

Mediji promoviraju „savršena“ tijela koja su često rezultat profesionalne šminke, fotografije i digitalnog uređivanja – a ne realni prikaz osobe. Djevojčice i mlade djevojke, koje su u razvoju i pod snažnim utjecajem vršnjaka i društvenih mreža, najranjivija su skupina kada je riječ o negativnom utjecaju rodnih stereotipa i nerealnih prikaza izgleda.

Nedostatak podrške u školskom i obiteljskom okruženju te nepostojanje sustavne edukacije dovodi do ozbiljnih posljedica poput:

- smanjenog samopouzdanja,
- poremećaja prehrane,
- depresivnih stanja,
- neprihvaćanja sebe i vlastitog tijela.

Trenutno ne postoji dovoljno razrađenih, lako primjenjivih materijala za rad na ovim temama u školama i knjižnicama. Projekt „SVOJA“ odgovara na taj izazov nudeći konkretne i provedive alate za podršku djevojčicama u izgradnji samopoštovanja i otpornosti.

Željeni utjecaj

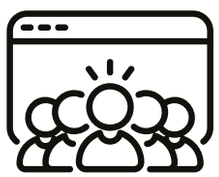
Podizanje svijesti o utjecaju rodnih stereotipa na fizički i psihički razvoj djevojčica.

Izgradnja pozitivnih stavova prema različitosti, uključujući i tjelesnu raznolikost.

Jačanje kritičkog mišljenja u digitalnom okruženju.

Poticanje kulturne i obrazovne zajednice na aktivno uključivanje u teme rodne ravnopravnosti i digitalne sigurnosti.

Potencijalni doseg

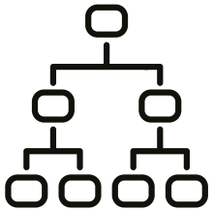


Projekt je namijenjen za primjenu u:

- osnovnim i srednjim školama,
- narodnim i školskim knjižnicama,
- edukacijama stručnih suradnika,
- radionicama udruga i centara za mlade – diljem Republike Hrvatske.

KONCEPT *interaktivne izložbe*

Projekt **„SVOJA“** osmišljen je kao interaktivna izložba u kombinaciji s edukativnim radionicama za djevojčice i djevojke u dobi od 10 do 16 godina. Cilj izložbe i pratećih aktivnosti je osnažiti sudionice u prepoznavanju i kritičkom promišljanju rodnih i drugih stereotipa u digitalnom okruženju, potaknuti razvoj pozitivne slike o vlastitom tijelu, promicati sigurnu i odgovornu uporabu tehnologije te jačati medijsku pismenost.



Struktura i tematski okviri

Izložba obuhvaća četiri tematska postera:

1. **Filtrirana ljepota**
2. **Pritisak i očekivanja**
3. **U mreži – kako influenceri utječu na nas**
4. **Pa što ako nije online?**

Svaki tematski modul sadrži glavni poster, pomoćne vizuale (statistike, povijesne crtice, savjete), kreativne zadatke i prostor za refleksiju. Aktivnosti uključuju igrifikaciju, crtanje, raspravu, rad u paru i grupi, digitalne alate i participativne zadatke.

Aktivnosti i interaktivni elementi

Uz svaki tematski blok postera možete postaviti stol s materijalima za aktivnosti, npr.:

- **Pogodi filter** – fotografije sudionica s filterima
- **Budi vlastiti filter** – kreativni zadaci uz flomastere i papir
- **Dobre karte** – oslikavanje i pisanje afirmativnih poruka
- **Scenariji** – etičke dileme i razgovori
- **Digitalna pravila** – izrada plakata s prijedlozima ponašanja online

Aktivnosti mogu biti izložene i kao produžetak postera na zidu ili na stolu.

Savjeti za postavljanje

- Prvo rasporedite sve postere na pod, u planirani redoslijed.
- Prije lijepljenja, provjerite da je površina čista i da neće oštetiti zid.
- Ako izložba ostaje više dana, osigurajte kutiju za povratne informacije i povežite postere s aktivnostima na susjednom stolu.
- Razmislite o uvođenju vodiča kroz izložbu: učenica ili učenika koji će drugima predstaviti teme.

Dodatno

- QR kodovi i video materijali dostupni su na web stranici projekta: https://www.goethe.de/ins/hr/hr/kul/sup/du-selbst.html
- Za inspiraciju: koristite i digitalne alate poput Genially-a, Collage Maker-a, Canve, Meme generatora, Kululu, Snapchat i sl. aplikacija za obradu fotografija te upotrebu filtera za stvaranje dodatnih materijala s djecom i mladima.

Funkcioniranje izložbe

Izložba funkcionira kao prostor dijaloga i participacije, gdje se informativni sadržaji koriste kao poticaj za osobno izražavanje i zajedničko promišljanje. Radionice se nadovezuju na tematske postere, a svi nastali radovi sudionica (karte, poruke, scenariji, plakati, memovi) mogu se priložiti izložbi i time je učiniti interaktivnom, živom i otvorenom za nove interpretacije.

Praktična provedba

- **Trajanje:** 60 do 120 minuta po temi, ovisno o dinamici grupe.
- **Prostor:** Zidna površina od 6–8 metara + stolovi za rad, kutak za odmor i refleksiju.
- **Materijali:** flomasteri, škare, ljepilo, papir, pisač, pametni uređaji, projektor.
- **Način postavljanja:** Samoljepljiva traka, patafix, paneli ili panoi – fleksibilno, prenosivo i lako postavljivo.

Uloga edukatora

Edukator nije predavač, već facilitator procesa učenja – vodi grupu kroz sadržaj, ali je i otvoren za dijalog, improvizaciju i personalizaciju radionica. Njegova uloga je stvoriti sigurno, inkluzivno i poticajno okruženje u kojem se sudionice mogu slobodno izražavati, postavljati pitanja i reflektirati o vlastitim iskustvima.

Tipovi postava

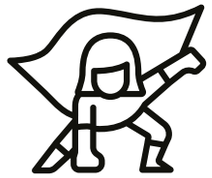
- **Otvorena izložba:** javni prostor, posjetitelji slobodno ulaze i istražuju.
- **Vođena radionica:** struktura, voditelj, aktivno sudjelovanje grupe.
- **Kombinacija:** otvorena izložba s organiziranim terminima za radionice.

Fleksibilnost i nadogradnja

Koncept izložbe temelji se na prilagodljivosti i otvorenosti. Edukatori su pozvani da sadržaje prilagode vlastitom kontekstu, vremenskim ograničenjima, dobi i interesima sudionika. Moguće je izvesti samo jednu temu, skratiti aktivnosti za kraće forme, kombinirati više tema ili kreirati novi sadržaj inspiriran materijalima.

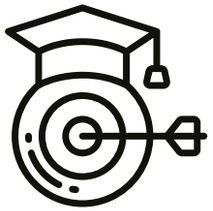
Nove metode rada, vlastite radionice i inovativne intervencije su dobrodošle. Svaka nadogradnja osnovnih materijala doprinosi bogatstvu izložbe i njezinoj prilagodbi stvarnim potrebama zajednice ciljnih skupina.

KURIKULUM PROJEKTA „SVOJA“



Naziv programa

SVOJA – Osnaživanje djevojčica i djevojaka u odnosu na rodne i druge stereotipe na internetu i društvenim mrežama



Obrazovni ciljevi

- Razvijati kritički odnos prema digitalnim sadržajima
- Poticati pozitivnu sliku o vlastitom tijelu
- Osnažiti učenice za odgovorno dijeljenje sadržaja i zaštitu privatnosti
- Razvijati samopouzdanje i digitalnu otpornost
- Promicati poštivanje raznolikosti i samoprihvaćanje

Teme modula

1. **Filtrirana ljepota**
2. **Pritisak i očekivanja**
3. **U mreži – Kako influenceri utječu na nas**
4. **Pa što ako nije online?**

Ishodi učenja (primjeri)

- prepoznati razliku između stvarnog i filtriranog izgleda
- objasniti što su rodni i tjelesni stereotipi na mrežama
- analizirati vlastite navike korištenja društvenih mreža
- razviti i predstaviti vlastiti „filter sreće“
- formulirati vlastita digitalna pravila

Metode i oblici rada

Interaktivna izložba, grupni i individualni rad, rasprave, igrifikacija, kreativne radionice

Aktivnosti po temama

Filtrirana ljepota: Pogodi filter, Budi vlastiti filter, Dobre karte

Pritisak i očekivanja: Stvarno vs. nestvarno, Pozitivni uzori, Revija različitosti

U mreži: Izazov digitalnog detoksa, Istina ili ne, Zabava online i offline

Pa što ako nije online?: Scenariji, Digitalna pravila, Pictionary, Ispričaj svoju priču

Evaluacija

Anketa, kviz, refleksivne kartice, povratne informacije (Google Forms)

Povezanost s kurikulumima

Građanski odgoj, Medijska pismenost, međupredmetne teme (Zdravlje, IKT, Osobni razvoj)

Uloga knjižnice i nastavnika

Knjižničar i razrednik kao voditelji, knjižnica kao prostor za izložbu i rasprave

Preduvjeti i resursi

Posteri, papir, flomasteri, internet, računalo, projektor, prostor za izložbu

Prilagodba po obrazovnim razinama

4. razred osnovne škole

- **Trajanje aktivnosti:** 1 školski sat (do 45 minuta)
- **Metode rada:** igra, crtanje, rasprava, poster
- **Teme:** Budi vlastiti filter (kreativno izražavanje) i Pogodi filter (igra i diskusija)
- **Ishodi:** učenici izražavaju osjećaje i razmišljaju o slici sebe bez potrebe za online validacijom

5.–8. razred osnovne škole

- **Trajanje aktivnosti:** 2 školska sata
- **Metode rada:** grupni rad, izrada kolaža, analiziranje sadržaja
- **Teme:** sve četiri teme (Filtrirana ljepota, Pritisak i očekivanja, U mreži, Pa što ako nije online?)
- **Ishodi:** učenici razlikuju filtrirani i stvarni izgled, razvijaju digitalnu empatiju, izrađuju digitalna pravila

1.–4. razred srednje škole

- **Trajanje aktivnosti:** 2 školska sata, po potrebi cijeli projektni dan
- **Metode rada:** debate, pisanje osobnih manifesta, analiza društvenih mreža, izrada memova
- **Teme:** sve četiri, uz dodatni fokus na privatnost, cyber nasilje i samoregulaciju
- **Ishodi:** učenici izrađuju digitalni manifest, prepoznaju manipulativne sadržaje, znaju se zaštititi

IZA ZASLONA: *sigurnost djevojčica u online svijetu*

Informacije u ovom poglavlju pomoći će provoditeljima aktivnosti iz priručnika steći jasniji uvid u trendove i prijetnje s kojima se djevojčice i djevojke danas susreću gotovo svakodnevno i na svim digitalnim platformama. Sažeti su najčešći oblici online uznemiravanja, kratke definicije, primjeri iz prakse te preporuke kako prepoznati znakove i kako reagirati u susretu s online nasiljem, nasilnicima i žrtvama. Naglasak je na iskustvima djevojčica i djevojaka, koje su nerijetko meta seksualiziranih sadržaja i napada usmjerenih na izgled, spol ili rod.

Što je online uznemiravanje?

Online uznemiravanje obuhvaća namjerne, često ponavljane radnje u digitalnom okruženju kojima se zastrašuje, vrijeđa, prijeti ili zlostavlja pojedinac ili grupa. Ono se može dogoditi na društvenim mrežama, u aplikacijama za dopisivanje, putem e-pošte, u komentarima na forumima, tijekom online igranja ili kroz druge digitalne platforme.

Iako se odvija „na ekranu", posljedice su vrlo stvarne: od osjećaja nelagode i nesigurnosti, preko narušenog samopouzdanja, pa sve do ozbiljnih psiholoških posljedica poput anksioznosti i depresije. Prema istraživanju deSHAME (2022) u Hrvatskoj, više od 40 % mladih doživjelo je barem jedan oblik seksualnog uznemiravanja online, a čak 93 % im je svjedočilo. Još je zabrinjavajuće da više od polovine srednjoškolaca u takvim situacijama ne traži pomoć odraslih, već ih pokušava riješiti samostalno ili ih ignorira. Djevojčice i djevojke češće su mete seksualiziranih komentara, slanja neželjenih eksplicitnih fotografija, manipulacija i pritisaka.

Vrste online uznemiravanja

- **Osvetnička pornografija/revenge porn (non-consensual intimate imagery)** – dijeljenje seksualno eksplicitnih fotografija ili videozapisa bez pristanka osobe, često s namjerom nanošenja štete ili poniženja (Cambridge Dictionary).

  Primjer: Bivši partner objavljuje ili prosljeđuje intimne fotografije maloljetne djevojke nakon prekida, uz uvrede o njezinu izgledu.

  Napomena: Djevojčice i djevojke nesrazmjerno su pogođene; sadržaj se može brzo proširiti preko više platformi.

- **Mobbing (cybermobbing)** – koordinirano i sustavno uznemiravanje jedne osobe od strane grupe putem interneta (Hrvatski pravni leksikon).

  Primjer: Skupina školskih kolega u razrednoj grupi i na Instagramu tjednima objavljuje pogrdne „fore" na račun učenice, potičući ostale da joj šalju poruke mržnje.

- **Grooming** – proces uspostavljanja emocionalne veze s djetetom putem interneta radi stjecanja povjerenja i kasnijeg seksualnog iskorištavanja (INTERPOL).

  Primjer: Odrasla osoba s lažnim profilom vršnjaka mjesecima šalje poruke djevojčici, dijeli komplimente i „poklone u igri", a zatim traži intimne fotografije i poziv na susret.

- **Dogpiling** – situacija u kojoj veći broj osoba/profila istodobno napada istu osobu na internetu (OED).

  Primjer: Nakon što učenica javno podrži osjetljivu temu, stotine anonimnih profila na TikToku i X-u ostavljaju poruke ismijavanja i prijetnji.

- **Swatting** – lažno prijavljivanje hitnih prijetnji policiji kako bi specijalne službe intervenirale na adresi žrtve (U.S. Department of Justice).

  Primjer: Nakon sukoba u online igri, netko anonimno prijavljuje da je u kući djevojčice postavljena bomba, uzrokujući dolazak interventne policije.

- **Deepfake** – digitalno izmijenjeni audio, video ili fotografski sadržaj koji uvjerljivo prikazuju osobu kako radi ili govori nešto što nije učinila (Merriam-Webster).

  Primjer: Uz pomoć UI alata izrađuje se lažni video u kojem se lice učenice montira na pornografski sadržaj i dijeli među vršnjacima.

  Napomena: Većina deepfake sadržaja seksualne je prirode i nesrazmjerno cilja žene i djevojke.

- **Doxxing** – prikupljanje i javno objavljivanje privatnih/identifikacijskih informacija o osobi bez njezina pristanka (Collins).

  Primjer: Netko objavljuje ime i prezime učenice, školu, adresu i broj mobitela u javnoj Facebook grupi, potičući druge da je „nauče pameti".

- **Lažno predstavljanje / Catfishing** – pretvaranje da ste netko drugi na internetu radi obmane, često stvaranjem izmišljenog identiteta (Cambridge).

  Primjer: Počinitelj koristi fotografije druge djevojke i uvjerava učenicu da su vršnjaci; nakon stjecanja povjerenja traži intimne slike.

- **Cyber-uhođenje (cyberstalking)** – ponavljano i neželjeno praćenje osobe putem digitalnih sredstava koje izaziva strah i narušava privatnost (EIGE).

  Primjer: Odrasla osoba svakodnevno nadzire objave učenice, šalje poruke na više platformi i pojavljuje se na mjestima koja ona spominje.

- **Hejtanje i flaming** – objavljivanje uvredljivih, provokativnih ili agresivnih komentara u online okruženju (Cambridge).

  Primjer: Nepoznati korisnici u komentarima vrijeđaju izgled i tijelo djevojčice uz seksističke uvrede i emotikone.

- **Sextortion i ucjenjivanje** – prijetnja objavljivanjem intimnog sadržaja ako žrtva ne učini što počinitelj traži (npr. ne pošalje još sadržaja ili ne plati novac) (FBI).
- **Primjer:** Počinitelj traži da djevojčica pošalje još eksplicitnih fotografija, uz prijetnju da će postojeće poslati njezinim prijateljima i nastavnicima.

Tko, gdje i zašto?

Tko? Zlostavljači mogu biti potpuni stranci, ali i poznanici, prijatelji, članovi obitelji, bivši partneri ili školski kolege. Kod djevojčica i djevojaka počinitelji su često vršnjaci, ali i starije osobe koje ciljaju na ranjivost i povjerenje.

Gdje? Uznemiravanje se događa u svim digitalnim prostorima: društvenim mrežama (Instagram, TikTok, Snapchat, YouTube, X/Twitter), aplikacijama za dopisivanje (WhatsApp, Viber, Telegram, Discord), u igrama i chatovima, na forumima i u komentarima, pa i putem poziva /SMS-a. Često započne na jednoj platformi, a prelije se na druge.

Zašto? Motivi variraju: osveta, ljubomora, predrasude i mržnja (po spolu /rodu, rasi, vjeri, seksualnoj orijentaciji, invaliditetu), ekonomski motivi (iznuda), želja za moći i kontrolom, „zabava" i traženje pažnje. Nijedan motiv ne opravdava uznemiravanje.

Kako UI tehnologije doprinose uznemiravanju?

Razvoj alata temeljenih na umjetnoj inteligenciji pojačao je razmjere i brzinu nastanka štete:

- **Deepfake** sadržaji mogu nastati u minutama i realistični su; najveći udio je pornografski i cilja žene i djevojke.
- **Automatizirani spam i robocalls** uz lažiranje broja povećavaju doseg i pritisak.
- **Generiranje uvredljivog sadržaja** u velikim količinama olakšava „dogpiling".
- **Chatbotovi i lažni profili** olakšavaju grooming i prijevare.

Kako prepoznati i reagirati?

Mogući znakovi:

- nagla promjena ponašanja (povlačenje, tjeskoba, izbjegavanje škole/online aktivnosti)
- izbjegavanje razgovora o određenim platformama/osobama
- emocionalne reakcije nakon korištenja interneta (plač, razdražljivost)
- brisanje profila/objava, iznenadne promjene lozinki

Preporučeni koraci:

Ne odgovarati u afektu. Ne ulaziti u rasprave s počiniteljima.

Dokumentirati incident. Sačuvati screenshotove, datume, korisnička imena, URL-ove.

Prijaviti platformi (zloupotreba, govor mržnje, intimni sadržaji bez pristanka) i po potrebi, **policiji**.

Potražiti podršku. Obratiti se roditelju, razredniku/nastavniku, školskom **psihologu/pedagogu.**

Linije pomoći: Centar za sigurniji internet – **0800 606 606** (radnim danom).

Sigurnosne postavke. Postaviti privatnost profila, blokirati i utišati počinitelje, promijeniti lozinke, uključiti dvostupanjsku provjeru.

Za škole/knjižnice: voditi strukturiran razgovor, ne kriviti žrtvu, osigurati daljnje praćenje i uključiti roditelje/skrbnike.

MALI POJMOVNIK
velikih pojmova

Algoritam – skup pravila koji određuje što korisnik vidi (npr. „feed“).

Bot – automatizirani račun/program koji objavljuje, šalje poruke ili skuplja podatke.

Catfishing – lažno predstavljanje radi obmane (često romantične).

Clickbait – zavaravajući/senzacionalistički naslov ili sličica radi klikova.

Creator/Influencer – osoba koja profesionalno proizvodi sadržaj i utječe na publiku.

Challenge – trend zadataka/izazova koji se dijele, ponekad rizičnih.

Deepfake – UI-generirani lažni audio/video/slika.

Digitalni trag – podaci koje korisnik ostavlja online (objave, lokacija…).

Doomscrolling – kompulzivno konzumiranje negativnih vijesti/sadržaja.

Doxxing – objavljivanje tuđih privatnih podataka bez pristanka.

DM/PM – privatna poruka (direct/private message).

Filter (lica/slike) – efekt koji mijenja izgled fotografije/videa (npr. „beauty“ filter).

FOMO – „fear of missing out“; strah da propuštamo važno online.

Hashtag (#) – oznaka za grupiranje/pretraživanje tema.

Hejtanje – izražavanje mržnje/uvreda bez konstrukcije.

Meme – humoristični/ironični obrazac (slika/tekst/video) koji se širi online.

NPC trend – glumljenje „ne-igrivih likova“ u streamovima (viralni format).

Phishing – krađa podataka preko lažnih poruka/stranica.

Reel/Shorts – kratki vertikalni video formati (Instagram/YouTube).

Screenshot/Screen recording – snimka zaslona/video zaslona (važna za dokumentiranje).

Shadowbanning – skriveno ograničavanje vidljivosti profila/sadržaja.

Sextortion – ucjena intimnim sadržajem.

Stitch/Duet – načini preuzimanja i komentiranja tuđih videa (TikTok).

Swatting – lažna dojava radi policijske intervencije.

Trollanje – namjerno provociranje i poticanje konflikta.

UI (umjetna inteligencija) – računalni sustavi koji oponašaju ljudsku inteligenciju, sposobni za učenje, razumijevanje jezika, prepoznavanje slika i donošenje odluka.

Viralno – sadržaj koji se iznimno brzo širi.

Glavne platforme u radu s djecom i mladima: Instagram, TikTok, Snapchat, YouTube, X/Twitter, WhatsApp, Viber, Telegram, Discord, Pinterest.

A ŠTO *s dječacima?*

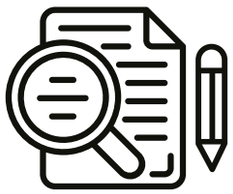
Iako je projekt prvenstveno usmjeren na osnaživanje djevojčica i djevojaka, izložba i radionice otvorene su i za dječake. Njihovo uključivanje može biti vrlo korisno za razvijanje empatije, razumijevanja rodnih uloga i kritičkog promišljanja o medijskim sadržajima koji i njih oblikuju.

Mnoge teme – poput pritiska izgleda, online utjecaja, privatnosti ili digitalnog ponašanja, pogađaju sve mlade, bez obzira na spol. Preporučujemo da se dječaci uključe kao:

- ravnopravni sudionici radionica, posebno u mješovitim školskim razredima
- sugovornici u temama medijske pismenosti
- saveznici u promicanju pozitivnih poruka o tijelu, identitetu i poštovanju privatnosti
- kritičari i kreativci – kroz memeove, plakate, slogane i digitalne sadržaje koji mogu odražavati i njihova iskustva

Iskustvo iz provedenih radionica pokazuje da dječaci nerijetko pokazuju velik interes za ove teme, osobito ako im se pristupi otvoreno i bez stereotipa. Ključno je stvoriti prostor u kojem se i oni osjećaju pozvano i relevantno.

OPĆE UPUTE *za voditelje projektnih aktivnosti*



Priprema:

Istražite i proučite teme koje se obrađuju na posterima kako biste ih bolje razumjeli. Osigurajte sve materijale i resurse za prezentiranje informacija na zanimljiv i pristupačan način. Razmislite o svojoj publici (djevojčice u dobi od 10 do 16 godina) i prilagodite svoj pristup i jezik kako bi im bio razumljiv i relevantan za njih.

Interakcija s publikom:

Stvorite prijateljsku i poticajnu atmosferu u kojoj će se sudionice osjećati ugodno dok izražavaju svoje mišljenje i u kojoj će bez straha postavljati pitanja. Potaknite diskusiju među sudionicama kako bi razmijenile razmišljanja, ideje i iskustva. Budite otvoreni za različite perspektive i stavove te potičite sudionice na slušanje i poštivanje tuđih stavova.

Korištenje materijala na posterima:

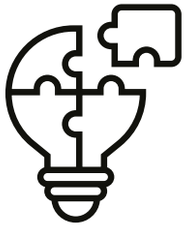
Koristite vizualne materijale na posterima kao polazište za razgovor i prezentaciju informacija. Objasnite značaj i svrhu svakog postera te naglasite ključne točke i poruke koje želite prenijeti. Koristite dodatne informacije i statistike kako biste obogatili prezentaciju i sudionicama omogućili dodatno razumijevanje teme.

Aktivnosti i vježbe:

Uključite sudionice u interaktivne aktivnosti i vježbe koje će im pomoći da dublje razumiju temu i primijene naučeno. Potaknite ih da izraze svoje ideje, misli i osjećaje kroz crtanje, pisanje ili grupne diskusije. Osigurajte dovoljno vremena za razgovor i refleksiju nakon svake teme i aktivnosti.

Poticanje samopouzdanja i pozitivne slike tijela:

Naglasite važnost samoprihvaćanja bez obzira na vanjski izgled ili online privid. Potaknite sudionice na prepoznavanje svojih jedinstvenih kvaliteta i ljepote raznolikosti. Pružite savjete i strategije za održavanje zdravog odnosa s digitalnim svijetom, postavljanje granica i njegovanje offline aktivnosti.



Završetak:

Zaključite sesiju s osvrtom na ključne naučene lekcije i poruke koje želite da ponesu sa sobom. Ohrabrite sudionice da o glavnim temama nastave razgovarati s prijateljima, obitelji i drugim osobama u svom okruženju.

Ponudite sudionicama dodatne resurse i materijale pomoću kojih će nastaviti istraživati teme i razvijati pozitivnu sliku o sebi.

1. TEMA
filtrirana ljepota

U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom i video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Igre koje su navedene u nastavku možete realizirati i kao zasebne aktivnosti, koje odgovaraju kraćim oblicima obrade teme, kraćim posjetima knjižnici ili nastavnim satovima te kao motivacijske i prezentacijske aktivnosti uz samu izložbu.

Za rad s mlađom publikom prikladniji su kraći oblici obrade teme. Aktivnosti za njih mogu se sastojati od samo jedne ili dvije igre u kombinaciji s posterima. Voditelj aktivnosti slobodno odabire igru.

Pogodi filter

Svaka sudionica odabire ili kreira svoj omiljeni filter za kameru. Zatim se fotografiraju koristeći taj filter, ali ne otkrivaju ostalima koji filter su odabrale. Ostale sudionice moraju pokušati pogoditi koji je filter korišten na svakoj fotografiji. Ova igra potiče raspravu o različitim filterima, njihovoj upotrebi i o tome kako utječu na našu percepciju izgleda.

Potaknite raspravu s ostalim sudionicama o omiljenim filterima i zašto ih koriste. Razgovarajte o razlikama između stvarnog i filtriranog lica. Zašto nam je filtrirano lice ljepše? Otkud nam takva slika ljepote? Kako bi dosadno bilo kada bismo svi izgledali jednako?! Što nas čini jedinstvenima?

Budi vlastiti filter

Sudionice dobivaju papir, olovke, bojice i ljepilo. Njihov zadatak je samostalno osmisliti i izraditi vlastiti „filter sreće“. Filter može biti šareni cvjetni aranžman, krila leptira ili bilo koji drugi motiv, koji asocira na pozitivnost i sreću. Nakon izrade sudionice objašnjavaju zašto su odabrale taj dizajn i kako im pomaže da se osjećaju dobro.

Dobre karte

Polaznice oslikavaju karte te osmišljavaju pozitivne i afirmativne poruke koje se mogu priložiti izložbi ili ih mogu ponijeti sa sobom kao podsjetnik i uspomenu na radionicu.

METODIČKI SCENARIJ *za voditelje aktivnosti*

BROJ TEME: 1

NASLOV: FILTRIRANA LJEPOTA

U izvođenju aktivnosti služite se predviđenim posterima. Glavni poster će vam pomoći u shvaćanju teme i cilja obrade. Na pomoćnim se posterima nalaze zanimljive činjenice, upute i savjeti koje možete koristiti u poticanju razgovora te kao dodatak uvodu u temu.

U predstavljanju teme možete se poslužiti i priloženom prezentacijom te video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Neke od tema uključuju i dodatne materijale poput šablona za karte, oblačića za mudre misli i oznake #, scenarije za rad i sl. Trajanje aktivnosti ovisi o vašem slobodnom vremenu i zainteresiranosti grupa. Naš prijedlog je da za ovaj scenarij odvojite 120 minuta.

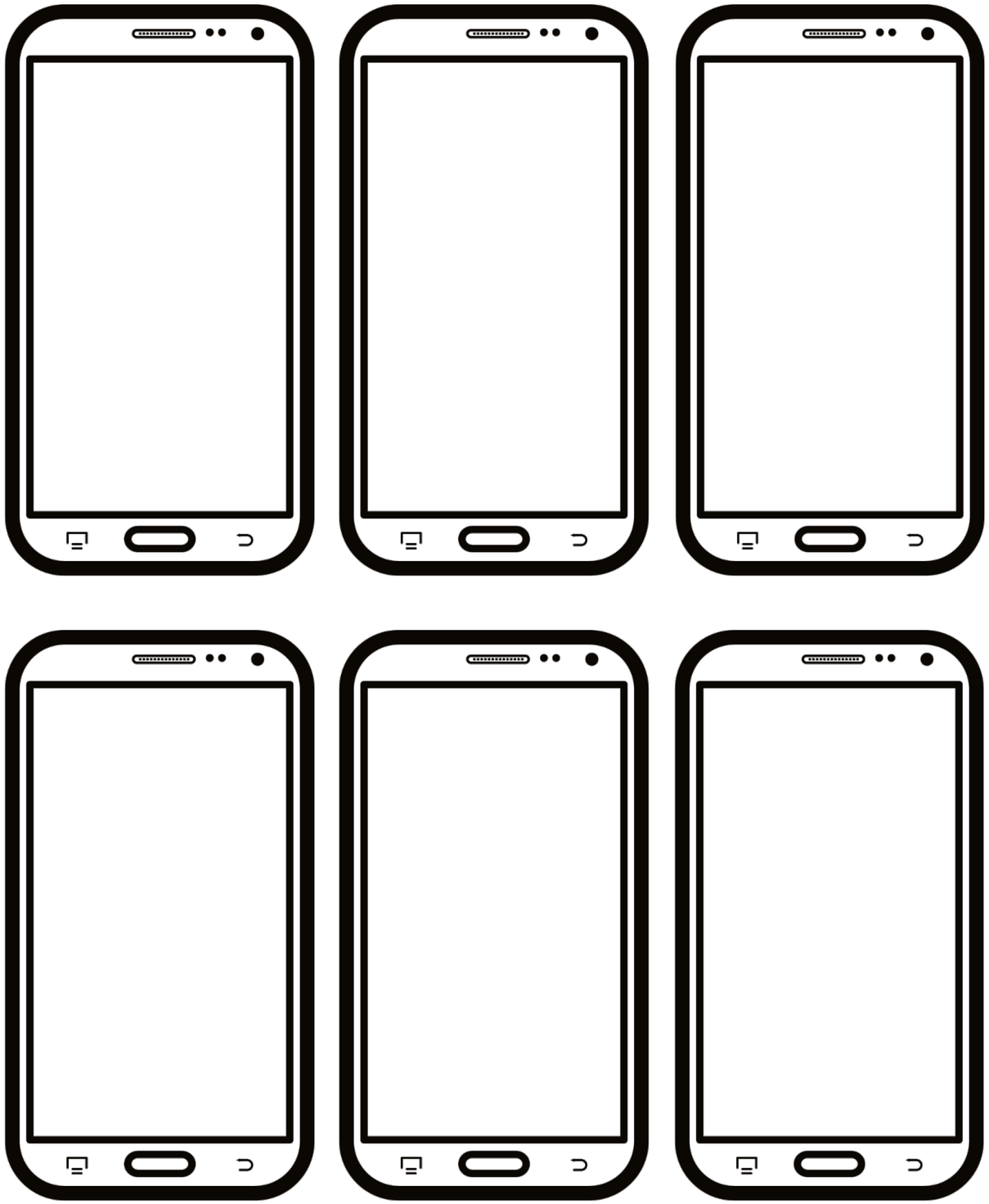
Sve materijale koji nastanu u okviru aktivnosti možete dodati postavljenoj izložbi postera.

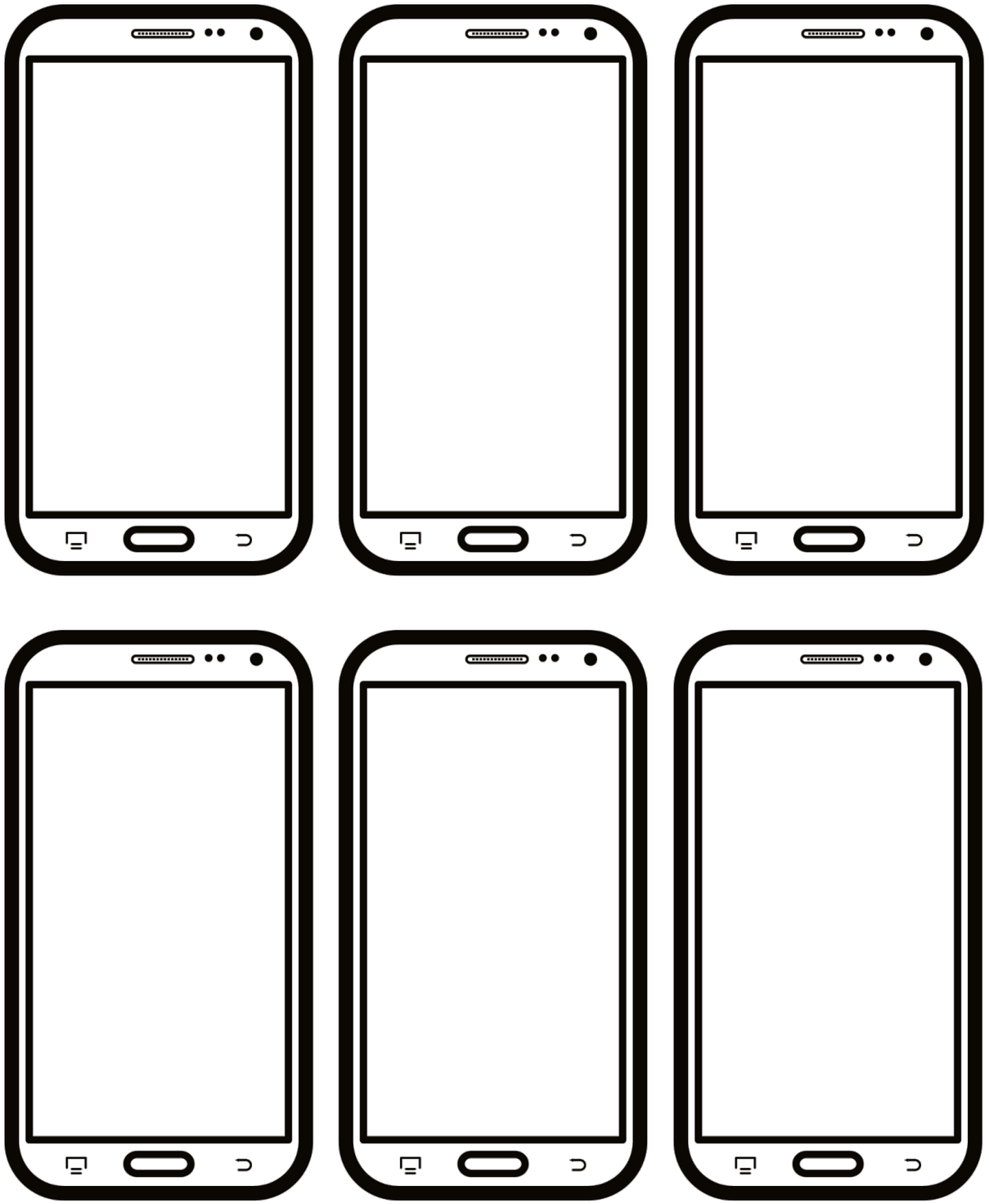
UPUTE ZA RAD	
UVODNI DIO	**GLAVNI POSTER** Na ovom se posteru bavimo različitim filterima na društvenim mrežama i time zašto stvaraju pritisak našem viđenju ili našoj slici osobne ljepote. Filteri su popularni na društvenim mrežama i važno je razumjeti kako utječu na našu percepciju ljepote. Ovaj poster će nam pomoći bolje razumjeti zašto se filteri koriste i kako možemo razviti zdrav odnos prema vlastitom izgledu. Želimo razgovarati s vama i čuti vaša razmišljanja o tome i vaša iskustva.

UVODNI DIO	**Pomoćni poster: Dobro je znati** Korištenje filtera za lice može biti zabavno, ali filteri mogu utjecati na tvoje samopouzdanje. Nemoj misliti da moraš izgledati poput osoba koje su se fotografirale s filterom da bi bila lijepa. Ponekad možemo zaboraviti kako izgledamo u stvarnom životu ako previše ili prečesto koristimo filtere. Imamo pravo biti voljeni i prihvaćeni onakvi kakvi jesmo – neovisno o visini, težini, boji kože, dužini nosa, veličini grudi ili drugim obilježjima. Važno je prihvatiti i voljeti sebe onakvima kakvi jesmo. Izgled ne treba igrati najvažniju ulogu u životu i svatko smije kreativno razvijati vlastiti stil.	
	Pogodi filter	Svaka sudionica odabire ili kreira svoj omiljeni filter za kameru. Zatim se fotografiraju koristeći taj filter, ali ne otkrivaju ostalima koji filter su odabrale. Ostale sudionice moraju pokušati pogoditi koji je filter korišten na svakoj fotografiji. Ova igra potiče raspravu o različitim filterima, njihovoj upotrebi i o tome kako utječu na našu percepciju izgleda. Potaknite raspravu s ostalim sudionicama o omiljenim filterima i zašto ih koriste. Razgovarajte o razlikama između stvarnog i filtriranog lica. Zašto nam je filtrirano lice ljepše? Otkud nam takva slika ljepote? Kako bi dosadno bilo kada bismo svi izgledali jednako?! Što nas čini jedinstvenima?

GLAVNI DIO	**Statistika:** Prema istraživanju Pew Research Centra, više od polovice tinejdžera u dobi od 13 do 17 godina na svojim fotografijama za društvene mreže koristi filtere za lice, a mnoge djevojke i žene s filtriranim fotografijama odlaze estetskom kirurgu i raspituju se za estetske operacije, povećan je broj poremećaja u prehrani (npr. anoreksije, bindge-eatinga i sl.), češće su depresije zbog kompleksa vezanih uz izgled.
	Zanimljiva činjenica: Prvi popularni filter za kameru, Snapchatov „mačji filter", uveden je 2015. godine i postao je viralan trend među korisnicima.
	Zanimljiva povijest: Znaš li da su prvi filteri za lice bili dostupni samo na profesionalnim fotoaparatima? Nisu bili dostupni na mobilnim telefonima kao danas. Prvi popularni filteri za lice na društvenim mrežama pojavili su se prije nekoliko godina i postali su pravi hit među korisnicima.
	Najnoviji trendovi: Sada postoje tisuće različitih filtera za lice koje možeš koristiti kako bi svoje fotografije učinila zabavnijima i kreativnijima. Trendovi se brzo mijenjaju pa se uvijek pojavljuju novi filteri inspirirani raznim temama poput životinja, superheroja ili čarobnih efekata.

GLAVNI DIO	**Budi vlastiti filter**	Sudionice dobivaju papir, olovke, bojice i ljepilo. Njihov zadatak je samostalno osmisliti i izraditi vlastiti „filter sreće". Filter može biti šareni cvjetni aranžman, krila leptira ili bilo koji drugi motiv, koji asocira na pozitivnost i sreću. Nakon izrade sudionice objašnjavaju zašto su odabrale taj dizajn i kako im pomaže da se osjećaju dobro.
ZAVRŠNI DIO	**Dobre karte**	Polaznice oslikavaju karte i osmišljavaju pozitivne i afirmativne poruke koje se mogu priložiti izložbi ili ih mogu ponijeti sa sobom kao podsjetnik i uspomenu na radionicu.
DODACI	**Karte za misli i poruke**	Podijelite izrezane karte, pročitajte ih nakon što ste ih ispunili i smjestite na izložbu – svi zajedno. Zajedničkim doprinosom sudionika izložba postaje interaktivna.



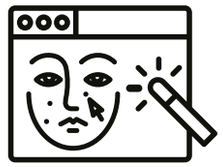


2. TEMA *pritisak & očekivanja*

U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom i video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Igre koje su navedene u nastavku možete realizirati i kao zasebne aktivnosti, koje odgovaraju kraćim oblicima obrade teme, kraćim posjetima knjižnici ili nastavnim satovima te kao motivacijske i prezentacijske aktivnosti uz samu izložbu.

Za rad s mlađom publikom prikladniji su kraći oblici obrade teme. Aktivnosti za njih mogu se sastojati od samo jedne ili dvije igre u kombinaciji s posterima. Voditelj aktivnosti slobodno odabire igru.

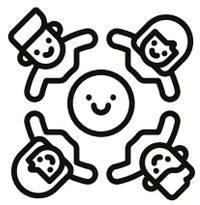


Stvarno vs. nestvarno

Sudionice dobivaju časopise ili isprintane slike poznatih osoba koje su uređene korištenjem Photoshopa ili drugih programa. Njihov zadatak je pronaći slike koje izgledaju nerealno ili kao da su uređene te označiti dijelove koji su po njihovom mišljenju izmijenjeni. Nakon toga raspravljaju o utjecaju takvih slika na samopouzdanje i promišljaju o tome kako promovirati prihvaćanje tijela različitih oblika.

Pozitivni uzori

Svaka sudionica odabire jednu osobu koju smatra svojim uzorom. To mogu biti slavne osobe, aktivistice ili inspirativne žene iz njihove okoline. Sudionice razmjenjuju informacije o odabranim uzorima i objašnjavaju zašto ih smatraju inspirativnima. Ova igra promovira razgovor o različitim definicijama ljepote i podržava pozitivan pogled na vlastito tijelo.



Revija različitosti

Organizirajte modnu reviju na kojoj svaka sudionica može pokazati svoj jedinstveni stil i ljepotu, i to pomoću kolaža slika inspiriranih različitim tijelima različitih oblika i veličina. Zaključite aktivnost prijedlozima ili idejama za ključne riječi (#hashtagove) o tome kako se može poticati pozitivan stav o tijelu na internetu i kako mogu podržavati jedna drugu. Kolaži na zadanim obrascima mogu poslužiti kao dodatak izložbi. Aktivnost može biti, ovisno o dostupnom vremenu i tehnici, odrađena i u virtualnom svije-tu – polaznice mogu izraditi mem ili TikTok video na istu temu.

METODIČKI SCENARIJ *za voditelje aktivnosti*

BROJ TEME: 2

NASLOV: PRITISAK & OČEKIVANJA

U izvođenju aktivnosti služite se predviđenim posterima. Glavni poster će vam pomoći u shvaćanju teme i cilja obrade. Na pomoćnim se posterima nalaze zanimljive činjenice, upute i savjeti koje možete koristiti u poticanju razgovora te kao dodatak uvodu u temu.

U predstavljanju teme možete se poslužiti i priloženom prezentacijom te video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Neke od tema uključuju i dodatne materijale poput šablona za karte, oblačića za mudre misli i oznake #, scenarije za rad i sl. Trajanje aktivnosti ovisi o vašem slobodnom vremenu i zainteresiranosti grupa. Naš prijedlog je da za ovaj scenarij odvojite 120 minuta.

Sve materijale koji nastanu u okviru aktivnosti možete dodati postavljenoj izložbi postera.

UPUTE ZA RAD

UVODNI DIO

GLAVNI POSTER

Na ovom posteru bavit ćemo se slikama naizgled savršenih tijela na internetu. Takve slike kod nas često izazivaju potrebu da i mi izgledamo tako. Ti se ideali ljepote međutim gotovo da i ne mogu dostići, između ostaloga i zato što su te osobe šminkali profesionalci, snimljene su iz određene perspektive i njihove fotografije su zatim digitalno obrađene. Ovaj poster pomoći će nam razumjeti kako takve slike nastaju i zašto većina tih tijela u stvarnosti i ne postoji.

UVODNI DIO

Pomoćni poster: Dobro je znati

Gledanje slika nerealnih tijela može utjecati na samopouzdanje i stvaranje negativne slike o vlastitom tijelu. Svako tijelo lijepo je na svoj način. Ako osjećaš pritisak zbog nerealnih ideala ljepote, može ti pomoći praćenje profila koji prikazuju zdravu sliku tijela i samoprihvaćanje. Osim toga možeš s drugim ljudima razgovarati o toj temi i razmjenjivati iskustva. To ti može pomoći da se oslobodiš negativnih osjećaja.

Stvarno vs. nestvarno

Sudionice dobivaju časopise ili isprintane slike poznatih osoba koje su uređene korištenjem Photoshopa ili drugih programa. Njihov zadatak je pronaći slike koje izgledaju nerealno ili kao da su uređene te označiti dijelove koji su po njihovom mišljenju izmijenjeni. Nakon toga raspravljaju o utjecaju takvih slika na samopouzdanje i promišljaju o tome kako promovirati prihvaćanje tijela različitih oblika.

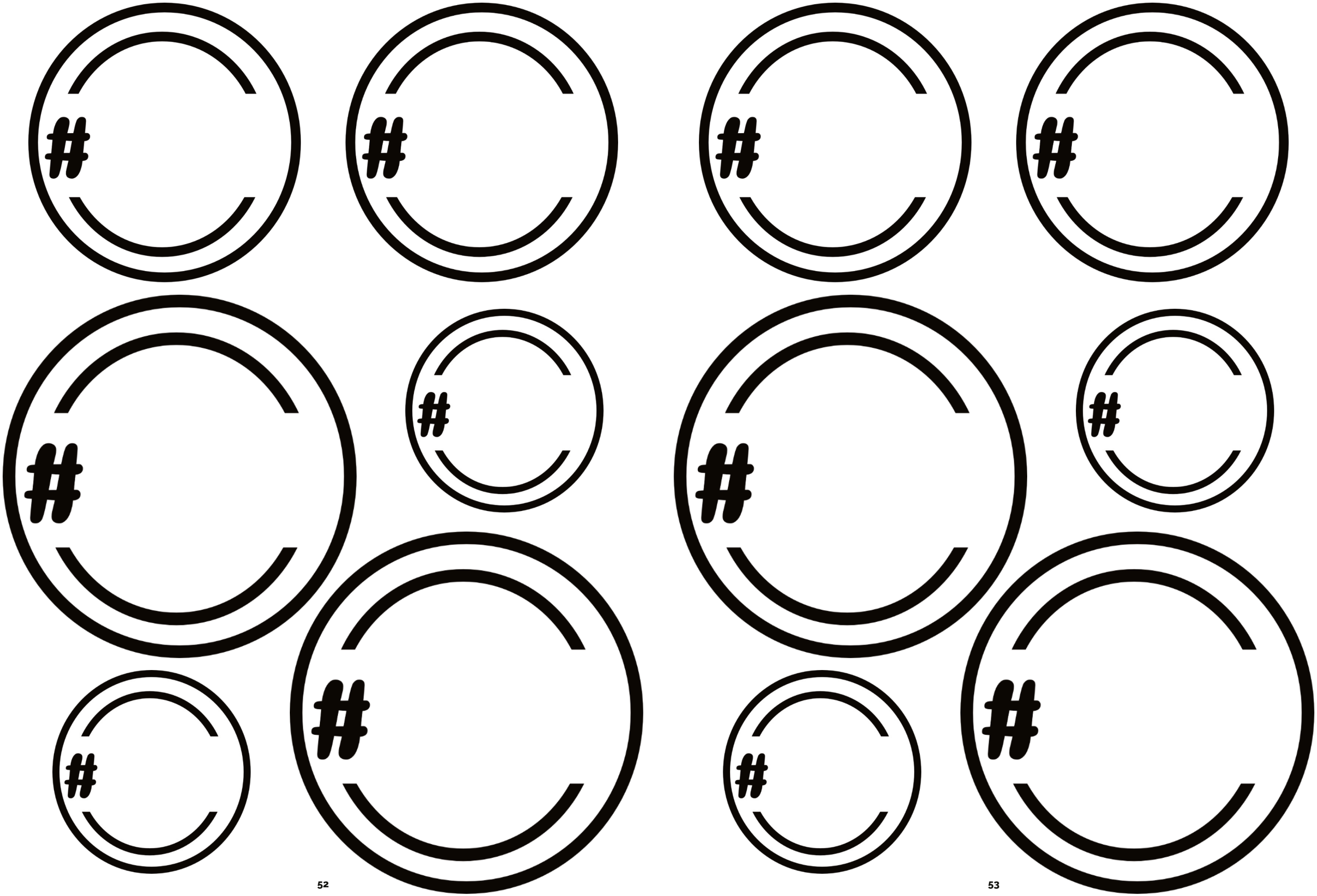
GLAVNI DIO

Statistika

Prema kanadskoj studiji čak 80 posto djevojčica do 13 godina koristi neku od aplikacija za uređivanje selfija. Dvije trećine tinejdžerica između 10 i 17 godina prije objave na mrežama izmijenile su ili sakrile barem jednu stvar koja im se na njihovom izgledu odnosno tijelu ne sviđa, a 59 posto je nesigurno u vezi svog izgleda pa redovno uređuju fotografije prije nego ih podijele. Oko 37 posto je uvjereno da ne izgledaju dovoljno dobro na fotografiji ako je ne obrade.

GLAVNI DIO	**Zanimljiva činjenica:** Popularni alat za uređivanje slika Photoshop često se koristi za manipulaciju tijela na fotografijama poznatih osoba i modela.	
	Zanimljiva povijest: Fotografije tijela koje viđamo na internetu često prolaze kroz mnoge filtere i tehnike uređivanja kako bi izgledale savršeno. Prije su se takve fotografije uglavnom pojavljivale u časopisima, ali sada su svugdje na društvenim mrežama.	
	Najnoviji trendovi: Pozitivni trendovi uključuju kampanje koje promoviraju tijela u svim oblicima i veličinama, i koje slave raznolikost. Također se pojavljuju hashtagovi poput #BodyPositive, #Bodypositivity, #bodyneutrality i #NoFilter koji potiču ljude da prihvate svoje tijelo onakvo kakvo jest i da se ne fokusiraju previše na izgled.	
	Pozitivni uzori	Svaka sudionica odabire jednu osobu koju smatra svojim uzorom. To mogu biti slavne osobe, aktivistice ili inspirativne žene iz njihove okoline. Sudionice razmjenjuju informacije o odabranim uzorima i objašnjavaju zašto ih smatraju inspirativnima. Ova igra promovira razgovor o različitim definicijama ljepote i podržava pozitivan pogled na vlastito tijelo.

ZAVRŠNI DIO	**Revija različitosti**	Organizirajte modnu reviju na kojoj svaka sudionica može pokazati svoj jedinstveni stil i ljepotu, i to pomoću kolaža slika inspiriranih različitim tijelima različitih oblika i veličina. Zaključite aktivnost prijedlozima ili idejama za ključne riječi (#hashtagove) o tome kako se može poticati pozitivan stav o tijelu na internetu i kako mogu podržavati jedna drugu. Kolaži na zadanim obrascima mogu poslužiti kao dodatak izložbi. Aktivnost može biti, ovisno o dostupnom vremenu i tehnici, odrađena i u virtualnom svijetu – polaznice mogu izraditi mem ili TikTok video na istu temu.
DODACI	**Kružići za #**	Podijelite izrezane kružiće, ispunite ih i pročitajte te smjestite na izložbu – svi zajedno. Zajedničkim doprinosom sudionika izložba postaje interaktivna.



3. TEMA
u mreži
– kako influenceri utječu na nas

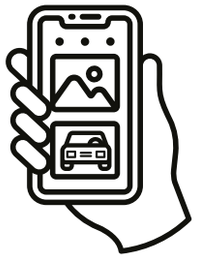
U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom i video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Igre koje su navedene u nastavku možete realizirati i kao zasebne aktivnosti, koje odgovaraju kraćim oblicima obrade teme, kraćim posjetima knjižnici ili nastavnim satovima te kao motivacijske i prezentacijske aktivnosti uz samu izložbu.

Za rad s mlađom publikom prikladniji su kraći oblici obrade teme. Aktivnosti za njih mogu se sastojati od samo jedne ili dvije igre u kombinaciji s posterima. Voditelj aktivnosti slobodno odabire igru.

Izazov digitalnog detoksa

Sudionice se poziva da svaka na svojem telefonu isključe zvuk za sve notifikacije i da stave telefon ispred sebe na vidljivo mjesto – stol ili pod. Sudionice će pokušati izdržati 10 minuta, a da nijednom ne provjere svoje poruke. Nakon izazova sudionice raspravljaju o svojem iskustvu, o ranijim pokušajima digitalnog detoksa, o vremenu provedenom na telefonu i za što sve koriste telefon. Što nekoga čini influencerom? Od kojeg trenutka si ti influencerica? Ova igra potiče svijest o ravnoteži između online i offline života te refleksiju o vlastitim navikama korištenja tehnologije.



Istina ili NE

Sudionice se dijele u timove i dobivaju popis zadataka povezanih s online utjecajem. Zadaci uključuju izradu odglumljenih, namještenih fotografija (poput onih u uvodnom videu) – PRIJE i POSLIJE. Motivi na fotografijama su različiti: prizor s putovanja, iz restorana, kupnje, luksuzni automobil, kuća i slično. Timovi se natječu da prvi završe sve zadatke, a zatim zajedno raspravljaju o svojim otkrićima i važnosti kritičkog razmišljanja prilikom konzumiranja online sadržaja. Potaknite sudionice da podijele svoje priče o pozitivnim i negativnim iskustvima online utjecaja.

Zabava online i offline

Izradite popis aktivnosti u digitalnom i analognom svijetu koje vas ispunjavaju i koje su vam zabavne. Razgovarajte o tome zašto su vam te aktivnosti važne, zašto su zabavne, zašto ih volite, a možete ih i usporediti.

METODIČKI SCENARIJ *za voditelje aktivnosti*

BROJ TEME: 3

NASLOV: U MREŽI - KAKO INFLUENCERI UTJEČU NA NAS

U izvođenju aktivnosti služite se predviđenim posterima. Glavni poster će vam pomoći u shvaćanju teme i cilja obrade. Na pomoćnim se posterima nalaze zanimljive činjenice, upute i savjeti koje možete koristiti u poticanju razgovora te kao dodatak uvodu u temu.

U predstavljanju teme možete se poslužiti i priloženom prezentacijom te video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Neke od tema uključuju i dodatne materijale poput šablona za karte, oblačića za mudre misli i oznake #, scenarije za rad i sl. Trajanje aktivnosti ovisi o vašem slobodnom vremenu i zainteresiranosti grupa. Naš prijedlog je da za ovaj scenarij odvojite 120 minuta.

Sve materijale koji nastanu u okviru aktivnosti možete dodati postavljenoj izložbi postera.

UPUTE ZA RAD	
UVODNI DIO	**GLAVNI POSTER** Na ovom posteru ćemo istražiti na koji nas način oblikuju online životni stilovi i kako utječu na naš život (influencing). Ovaj poster će nam pomoći bolje razumjeti kako možemo (za)držati zdravu ravnotežu između online i offline aktivnosti.

UVODNI DIO	**Pomoćni poster: Dobro je znati**	Biti influencer je uzbudljivo, ali važno je biti svjesna da online-svijet može biti drugačiji od stvarnosti. Uspoređivanje s drugim influencerima može dovesti do osjećaja nezadovoljstva. Budite autentične i dijelite sadržaj koji vam je važan, a ne samo ono što mislite da drugi žele vidjeti. Razmislite o tome je li broj pratitelja jedini pokazatelj uspjeha. Pomaže ako promatrate same sebe i postavite si sljedeća pitanja: Je li mi ovaj sadržaj zabavan? Ili se zapravo ne osjećam ugodno kada ga gledam ili čitam? Bi li možda bilo bolje da prestanem pratiti tu osobu? Nađi influencere koji te obogaćuju, npr. dijele informacije o različitim hobijima i temama koje te zanimaju.
	Izazov digitalnog detoksa	Sudionice se poziva da svaka na svojem telefonu isključe zvuk za sve notifikacije i da stave telefon ispred sebe na vidljivo mjesto – stol ili pod. Sudionice će pokušati izdržati 10 minuta, a da nijednom ne provjere svoje poruke. Nakon izazova sudionice raspravljaju o svojem iskustvu, o ranijim pokušajima digitalnog detoksa, o vremenu provedenom na telefonu i za što sve koriste telefon. Što nekoga čini influencerom? Od kojeg trenutka si ti influencerica? Ova igra potiče svijest o ravnoteži između online i offline života te refleksiju o vlastitim navikama korištenja tehnologije.

GLAVNI DIO	**Aktivnosti:** Koristite plakate s dolje navedenim činjenicama pomoću kojih možete osvijestiti polaznice o influencerima te ih potaknuti na promišljanje o njihovom utjecaju na svakodnevni život, razmišljanja, ukus i ponašanje njihovih pratitelja.
	Statistika: Prema istraživanju Common Sense Media, 45% tinejdžera provodi više od 5 sati dnevno koristeći elektroničke uređaje kao što su pametni telefoni i računala.
	Zanimljiva činjenica: Popularni influenceri i popularne influencerice na društvenim mrežama često stvaraju „savršen“ prikaz svojih života, ali u stvarnosti mogu postojati razlike između njihovog virtualnog i stvarnog života. Influenciranje je plaćen i težak posao i svakodnevni život je zbog plaćene reklame prikazan iskrivljeno.
	Zanimljiva povijest: Online stil života, u kojemu ljudi dijele svoje svakodnevne aktivnosti i postaju „influenceri“, postao je popularan u posljednjih desetak godina. Prvi influenceri bili su blogeri koji su dijelili svoje iskustvo i preporuke na internetskim i YouTube kanalima.
	Najnoviji trendovi: Danas društvene mreže kao što su Instagram, TikTok i YouTube omogućuju ljudima da postanu influenceri i dijele svoje živote s tisućama pratitelja. Trendovi se mijenjaju brzo, pa se influenceri često prilagođavaju novim izazovima, modnim stilovima ili popularnim temama, kako bi privukli i zadržali publiku. Svi ljudi online pokazuju samo ono što je na njima najbolje i najljepše. To je normalno i ljudski.

GLAVNI DIO	**Istina ili NE**	Sudionice se dijele u timove i dobivaju popis zadataka povezanih s online utjecajem. Zadaci uključuju izradu odglumljenih, namještenih fotografija (poput onih u uvodnom videu) – PRIJE i POSLIJE. Motivi na fotografijama su različiti: prizor s putovanja, iz restorana, kupnje, luksuzni automobil, kuća i slično. Timovi se natječu da prvi završe sve zadatke, a zatim zajedno raspravljaju o svojim otkrićima i važnosti kritičkog razmišljanja prilikom konzumiranja online sadržaja. Potaknite sudionice da podijele svoje priče o pozitivnim i negativnim iskustvima online utjecaja.
ZAVRŠNI DIO	**Zabava online i offline**	Izradite popis aktivnosti u digitalnom i analognom svijetu koje vas ispunjavaju i koje su vam zabavne. Razgovarajte o tome zašto su vam te aktivnosti važne, zašto su zabavne, zašto ih volite, a možete ih i usporediti.
DODACI	**Predložak za liste aktivnosti**	Podijelite izrezane kružiće, ispunite ih i pročitajte te smjestite na izložbu – svi zajedno. Zajedničkim doprinosom sudionika izložba postaje interaktivna.

ONLINE

OFFLINE

ONLINE

OFFLINE

ONLINE

OFFLINE

ONLINE

OFFLINE

4. TEMA
Pa što ako nije online?

U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom i video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Igre koje su navedene u nastavku možete realizirati i kao zasebne aktivnosti, koje odgovaraju kraćim oblicima obrade teme, kraćim posjetima knjižnici ili nastavnim satovima te kao motivacijske i prezentacijske aktivnosti uz samu izložbu.

Za rad s mlađom publikom prikladniji su kraći oblici obrade teme. Aktivnosti za njih mogu se sastojati od samo jedne ili dvije igre u kombinaciji s posterima. Voditelj aktivnosti slobodno odabire igru.

Razmisli pa podijeli

Sudionice dobivaju scenarije koji opisuju različite situacije u kojima se odlučuje o dijeljenju informacija na internetu. Timovi raspravljaju o svakom scenariju, razmatrajući prednosti i nedostatke dijeljenja određenih informacija. Nakon toga sudionice glasaju o tome bi li podijelile ili zadržale te informacije. Ova igra potiče kritičko razmišljanje o posljedicama i privatnosti pri dijeljenju informacija online.

TEKSTOVI SCENARIJA:

1. Privatne fotografije na društvenim mrežama
2. Objavljivanje tuđih privatnih fotografija
3. Dijeljenje tuđeg sadržaja s negativnim komentarima
4. Dodaj svoj vlastiti scenarij - Što bi ti bilo neugodno da netko podijeli o tebi?

Ispričaj svoju priču

Sudionice se dijele u timove i samostalno biraju tekstualni format kojeg će koristiti za izlaganje i pisanje o temi: to može biti priča, objava, članak, pismo, zapis iz dnevnika, blog, vijest i sl. Tekst se prenosi na plakat formata A3 i svaka ga ekipa može urediti po želji. Tema zadatka je njihova anonimna priča iz stvarnoga života, prijenos iskustva (pozitivnog ili negativnoga) iz digitalnog života.

Digitalna pravila

Razgovarajte o situacijama u kojima je prikladno i neprikladno dijeliti informacije online. Izradite „Digitalna pravila“, plakat s važnim smjernicama o tome što treba a što ne treba dijeliti na internetu. Plakat na zadanom predlošku može se dodati izložbi.

METODIČKI SCENARIJ *za voditelje aktivnosti*

BROJ TEME: 4

NASLOV: PA ŠTO AKO NIJE ONLINE?

U izvođenju aktivnosti služite se predviđenim posterima. Glavni poster će vam pomoći u shvaćanju teme i cilja obrade. Na pomoćnim se posterima nalaze zanimljive činjenice, upute i savjeti koje možete koristiti u poticanju razgovora te kao dodatak uvodu u temu.

U predstavljanju teme možete se poslužiti i priloženom prezentacijom te video materijalom iz prezentacije. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Neke od tema uključuju i dodatne materijale poput šablona za karte, oblačića za mudre misli i oznake #, scenarije za rad i sl. Trajanje aktivnosti ovisi o vašem slobodnom vremenu i zainteresiranosti grupa. Naš prijedlog je da za ovaj scenarij odvojite 120 minuta.

Sve materijale koji nastanu u okviru aktivnosti možete dodati postavljenoj izložbi postera.

UPUTE ZA RAD	
UVODNI DIO	**GLAVNI POSTER** Na ovom posteru ćemo istražiti zašto je važno razmisliti o sadržaju prije nego što ga objavimo online. Ovaj poster će nam pomoći razumjeti posljedice dijeljenja osobnih informacija i fotografija na internetu i naučiti kako možemo zaštititi svoju i tuđu privatnost.

UVODNI DIO		**Pomoćni poster: Dobro je znati** Prije nego nešto podijelite online, trebate biti svjesni da će postati vidljivo svima. I ljudima koje ne poznajete. Važno je razmisliti o granicama vlastite privatnosti. Što od sebe želite pokazati, a što ne? Dizajneri aplikacija danas programiraju aplikacije tako da ih koristimo što dulje odnosno da na njima provedemo što više vremena. Stoga ima smisla razmisliti o tome ako ponekad skrolate bez cilja samo radi skrolanja – i ne znate što zapravo radite ili ste htjeli napraviti. Ako se želite malo odmoriti od beskrajnog sadržaja, tu vam može pomoći izlazak van, odlazak u prirodu, druženje s prijateljima ili jednostavno gašenje mobitela.
	Razmisli pa podijeli	Sudionice dobivaju scenarije koji opisuju različite situacije u kojima se odlučuje o dijeljenju informacija na internetu. Timovi raspravljaju o svakom scenariju, razmatrajući prednosti i nedostatke dijeljenja određenih informacija. Nakon toga sudionice glasaju o tome bi li podijelile ili zadržale te informacije. Ova igra potiče kritičko razmišljanje o posljedicama i privatnosti pri dijeljenju informacija online. Važno je naglasiti da voditelj treba poticati sudionice na stvaranje vlastitih zaključaka prije nego što otkrije pouke priča. Kao pomoć je u okviru scenarija ponuđeno i nekoliko pitanja za razgovor. **TEKSTOVI SCENARIJA:** **1. Privatne fotografije na društvenim mrežama** Poruka ove priče je da je važno cijeniti i čuvati svoju privatnost. Prije nego što podijelimo fotografije na društvenim mrežama, trebamo razmisliti o poslje-

UVODNI DIO	**Razmisli pa podijeli**	dicama i o tome kako bi se to moglo odraziti na nas i naše prijatelje. Prije svega je važno da znamo kako funkcioniraju postavke na društvenim mrežama (javni profil, tko može vidjeti fotografije itd.). **2. Objavljivanje tuđih privatnih fotografija** Poruka koju želimo podijeliti je da trebamo biti pažljivi s tuđom privatnošću i uvijek imati na umu kako se naše akcije mogu odraziti na druge. **3. Dijeljenje tuđeg sadržaja s negativnim komentarima** Važna poruka ove priče je da možemo promijeniti atmosferu na društvenim mrežama. Nije dobro širiti negativnost i nepoštovanje. Umjesto toga trebamo poticati ljubaznost, razumijevanje i podršku prema drugima. Ove priče govore o tome koliko je važno paziti na vlastitu i tuđu privatnost, paziti kad dijelimo tuđe fotografije i poštovati druge na društvenim mrežama. Važno je da smo pažljivi prema drugima, jer riječi i djela mogu imati dugotrajan utjecaj na nekoga, posebno kada je taj utjecaj negativan.
GLAVNI DIO	**Statistika:** Prema studiji Pew Research Centra, 92% tinejdžera dijeli svoje stvarno ime na društvenim mrežama, dok 71% dijeli školske informacije i lokaciju.	
	Zanimljiva činjenica: Prema istraživanju koje je proveo Ipsos, 42% mladih ljudi priznaje, da su već požalili zbog nečega što su objavili online.	

GLAVNI DIO	**Zanimljiva povijest:** Prije pojave društvenih mreža ljudi su zadržavali svoje privatne trenutke i uspomene za sebe ili su ih dijelili samo s najbližima. S razvojem tehnologije i društvenih mreža postalo je uobičajeno da ljudi dijele gotovo svaki aspekt svojega života na fotografijama, videosnimkama i statusima.	
	Najnoviji trendovi: S porastom svijesti o privatnosti i mentalnom zdravlju sve više ljudi se okreće praksama poput digitalnog detoksa ili selektivnijeg dijeljenja sadržaja online. Trendovi kao što su #OfflineIsTheNewLuxury promiču važnost "isključivanja" i pronalaženja ravnoteže između online i offline svijeta.	
	Ispričaj svoju priču (Scenarij 4)	Sudionice se dijele u timove i samostalno biraju tekstualni format kojeg će koristiti za izlaganje i pisanje o temi: to može biti priča, objava, članak, pismo, zapis iz dnevnika, blog, vijest i sl. Tekst se prenosi na plakat formata A3 i svaka ga ekipa može urediti po želji. Tema zadatka je njihova anonimna priča iz stvarnoga života, prijenos iskustva (pozitivnog ili negativnoga) iz digitalnog života.
DODACI	**SCENARIJ 1, 2, 3**	Podijelite scenarije, ispunite ih i pročitajte te smjestite na izložbu – svi zajedno. Zajedničkim doprinosom sudionika izložba postaje interaktivna.

SCENARIJ 1

Privatne fotografije na društvenim mrežama: priča o opasnostima za djevojčice

Bok! Moje ime je Ana i želim vam ispričati priču koja me naučila važnoj lekciji o dijeljenju privatnih fotografija na društvenim mrežama.

Jednoga dana sam s najboljom prijateljicom Martinom otišla na izlet u prekrasnu prirodu i snimila sam nekoliko fotografija. Fotografije su bile zaista posebne i željela sam ih podijeliti sa svijetom, no Martina je imala drugačiji pogled na stvari. Rekla mi je da bismo trebale biti oprezne s dijeljenjem privatnih trenutaka na internetu.

Što mislite, kako priča ide dalje? (Osmislite svoj scenarij)

Pitanja za razgovor:

- Što se može dogoditi ako slika ode online?
- Što se moglo dogoditi ako je slika otišla online?
- Kako bi ti postupila? Zašto?
- Gdje počinje tvoja privatnost?
- Koji bi bio najgori scenarij i što bi se u tom slučaju dogodilo?

SCENARIJ 2

Objavljivanje tuđih privatnih fotografija: opasnosti i netiketa - Fotografije se mogu izmijeniti

Hej! Ja sam Mia i imam važnu priču o netiketi i opasnostima koje se kriju o tome kada objavimo tuđe privatne fotografije na društvenim mrežama.

Jednog dana dobila sam sliku svog prijatelja Ivana koja je bila smiješna na prvi pogled. Željela sam da tu sliku vide i drugi, pa sam je brzo objavila na svom profilu, ali nisam primijetila da je netko drugi već izmijenio tu sliku, kako bi izgledala još smješnije, ali i ponižavajuće za Ivana.

Što mislite, kako priča ide dalje? (Osmislite svoj scenarij)

Pitanja za razgovor:

- Kako se osjećao Ivan kada je otkrio sliku na internetu?
- Kako se može provjeriti jesu li slike obrađivane?
- Koga je Mia trebala pitati prije objavljivanja?
- Je li se tebi dogodilo nešto slično?

SCENARIJ 3

Dijeljenje tuđeg sadržaja s negativnim komentarima i nepoštivanje drugih osoba

Pozdrav! Ja sam Lana i želim vam ispričati priču o tome kako sam naučila važnost poštovanja i suosjećanja prema drugima na društvenim mrežama.

Jednog dana sam vidjela smiješan video koji je netko podijelio na svom profilu. Osoba koja ga je podijelila dodala je vrlo negativne komentare o autoru videa. To mi se učinilo jako nepravedno i ružno. Mnogi ljudi su unatoč tome komentirali video na isti način, što je samo poticalo na još više negativnosti.

Što mislite, kako priča ide dalje? (Osmislite svoj scenarij)

Pitanja za razgovor:

- Kako bi ti reagirala?
- Kako se sve može reagirati na to?
- Bi li uopće reagirala?
- Uznemiruju li vas negativni, hejterski komentari?

Ana

Mia

Lana

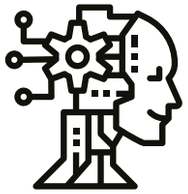
Lara

5. TEMA *AI i ja*

U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom, posterima, kružićima za aktivnost Lov na AI, dokaznim paketom Slučaj Lina@Lina i karticama za pisanje promptova. Za pristup sadržaju slijedite poveznicu na QR kodu s postera.

Aktivnosti koje su navedene u nastavku možete realizirati i kao zasebne aktivnosti, koje odgovaraju kraćim oblicima obrade teme, kraćim posjetima knjižnici ili nastavnim satovima te kao motivacijske i prezentacijske aktivnosti uz samu izložbu.

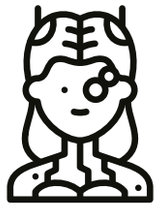
Za rad s mlađom publikom prikladniji su kraći oblici obrade teme. Aktivnosti se mogu sastojati od samo jedne ili dvije igre u kombinaciji s posterima. Voditelj aktivnosti slobodno odabire opseg rada prema dobi, vremenu i interesu skupine.



Lov na AI

Sudionice dobivaju izrezane kružiće ili kartice s primjerima umjetne inteligencije u svakodnevnom životu. Njihov je zadatak prepoznati gdje se AI pojavljuje u aplikacijama, na mobitelu, u školi, kod kuće, na internetu i društvenim mrežama.

Nakon razgovora sudionice odabiru primjere koje najčešće koriste i postavljaju ih na izložbu. Aktivnost pomaže sudionicama razumjeti da AI nije nešto daleko i nepoznato, nego je već dio njihove svakodnevice.



AI forenzika: Slučaj Lina@Lina

Sudionice dobivaju dokazni paket o profilu Lina@Lina. Na prvi pogled Lina izgleda kao djevojka kojoj sve ide od ruke: ima lijep profil, urednu sobu, dobre ocjene, prijatelje, rođendansku proslavu, poklone i savršeno isplaniran tjedan.

Zadatak sudionica je proučiti dokaze i istražiti što o Lini znaju, što ne mogu dokazati, što im izgleda stvarno, što sumnjivo i koje stereotipe o djevojkama takav profil može širiti. Aktivnost potiče kritičko promatranje online sadržaja, razgovor o umjetnoj inteligenciji, filtriranoj stvarnosti i pritisku savršenstva.

Prompt laboratorij: foto, video, zvuk i tekst

Sudionice uče kako se pišu upute za AI alate, odnosno promptovi. Rade s četiri vrste sadržaja: fotografijom, videom, zvukom i tekstom. Njihov je zadatak osmisliti prompt koji ne ponavlja stereotipe, ne prikazuje samo jedan ideal ljepote, uspjeha ili ponašanja i ne stvara pritisak savršenstva.

Aktivnost pokazuje da AI ne stvara sadržaj sam od sebe, nego reagira na upute koje dobije. Ako je prompt pun stereotipa, i rezultat može biti stereotipan. Ako prompt traži različitost, stvarnost, nesavršenost, autentičnost i uključivost, i rezultat može biti bolji.

METODIČKI SCENARIJ *za voditelje aktivnosti*

BROJ TEME: 5

NASLOV: AI I JA

U izvođenju aktivnosti služite se predviđenim posterima. Glavni poster će vam pomoći u shvaćanju teme i cilja obrade. Na pomoćnim se posterima nalaze zanimljive činjenice, upute i savjeti koje možete koristiti u poticanju razgovora te kao dodatak uvodu u temu.

U predstavljanju teme možete se poslužiti priloženom prezentacijom, kružićima za aktivnost Lov na AI, dokaznim paketom Slučaj Lina@Lina, karticama zaključaka i karticama za pisanje promptova za fotografiju, video, zvuk i tekst. Trajanje aktivnosti ovisi o vašem slobodnom vremenu i zainteresiranosti grupa. Naš je prijedlog da za ovaj scenarij odvojite 90 do 120 minuta.

Sve materijale koji nastanu u okviru aktivnosti možete dodati postavljenoj izložbi postera.

UPUTE ZA RAD

UVODNI DIO

GLAVNI POSTER

Na ovom se posteru bavimo umjetnom inteligencijom i načinom na koji ona može utjecati na slike, tekstove, objave i profile koje gledamo na internetu. AI može biti koristan alat za učenje, pretraživanje i stvaranje, ali može i ponavljati stereotipe koje su ljudi već stvorili.

UVODNI DIO

Ovaj poster pomoći će nam razgovarati o tome kako AI utječe na naše viđenje ljepote, uspjeha, popularnosti i savršenstva. Želimo razvijati kritički odnos prema sadržajima koji izgledaju stvarno, a mogu biti uređeni, filtrirani, namješteni ili generirani.

Pomoćni poster: Dobro je znati

AI nije samo robot iz filma. Koristimo ga u preporukama videa, autokorekciji, prevoditeljima, filterima, pametnoj pretrazi, chatbotovima i aplikacijama koje svakodnevno otvaramo.

Potaknite sudionice na razgovor o tome gdje se susreću s umjetnom inteligencijom i znaju li uvijek kada neki alat koristi AI. Razgovor usmjerite prema pitanju može li AI utjecati na ono što gledamo, želimo, kupujemo ili mislimo o sebi.

Lov na AI

Sudionice dobivaju izrezane kružiće ili kartice s pojmovima koji označavaju primjere AI-a u svakodnevnom životu. Na karticama se mogu nalaziti pojmovi: preporuke videa, autokorekcija, prevoditelj, chatbot, filteri fotografija, navigacija, preporuke glazbe, otključavanje licem, pametna pretraga i spam filter.

Sudionice u paru ili skupini razgovaraju gdje su se s tim primjerima susrele. Nakon razgovora odabiru primjere koje najčešće koriste i postavljaju ih na izložbu pod naslovom AI je već oko nas.

Potaknite raspravu pitanjima: Koji AI koristiš svaki dan? Koji ti pomaže? Koji ti predlaže što ćeš gledati? Može li AI utjecati na to kako vidiš sebe?

GLAVNI DIO

Statistika:

AI alati sve se češće koriste za učenje, zabavu, pisanje, pretraživanje, stvaranje slika i komunikaciju. Zbog toga je važno razgovarati ne samo o tome što AI može napraviti, nego i o tome kako utječe na sadržaje koje gledamo i s kojima se uspoređujemo.

Zanimljiva činjenica:

AI može stvoriti lice osobe koja ne postoji, napisati objavu, osmisliti komentar i složiti profil koji izgleda stvarno. Ako takav sadržaj prikazuje savršen izgled i savršen život, lako se možemo uspoređivati s nečim što možda uopće ne postoji.

Zanimljiva povijest:

Prvi AI programi nastali su puno prije današnjih chatbota i generatora slika. S vremenom je AI ušao u tražilice, prevoditelje, filtere, preporuke sadržaja i aplikacije koje koristimo svaki dan.

Najnoviji trendovi:

Danas se sve više govori o generiranim slikama, AI avatarima, chatbotovima, virtualnim influencerima i profilima koji izgledaju stvarno, ali mogu biti djelomično ili potpuno osmišljeni uz pomoć tehnologije.

GLAVNI DIO

I fornzika: Slučaj Lina@Lina

Sudionice se dijele u timove. Svaki tim dobiva dokazni paket ili proučava dokaze postavljene na zidu, stolu ili posteru. Dokaze mogu čitati redom ili ih mogu samostalno razvrstavati prema tome što im izgleda stvarno, što im je sumnjivo i što pokazuje utjecaj na druge djevojke.

Zadatak je pregledati dokaze i istražiti: Je li Lina stvarna osoba? Što o njoj zapravo znamo? Što ne možemo dokazati? Što na profilu izgleda savršeno? Koji se stereotipi o djevojkama ponavljaju? Kako takav profil utječe na druge cure?

Nakon proučavanja dokaza timovi ispunjavaju karticu zaključka i obrazlažu svoje mišljenje. Zaključak može biti da je Lina stvarna, da nije stvarna, da nema dovoljno dokaza ili da nije najvažnije je li Lina stvarna, nego kakav pritisak stvara.

Voditelj potiče sudionice da razlikuju dokaz, dojam, pretpostavku i osjećaj.

ZAVRŠNI DIO

Prompt laboratorij: foto, video, zvuk i tekst

Sudionice dobivaju kartice za pisanje promptova. Svaka kartica odnosi se na jednu vrstu AI sadržaja: fotografiju, video, zvuk ili tekst.

Zadatak sudionica je osmisliti prompt koji prikazuje stvarniju, zdraviju i raznolikiju sliku djevojaka i njihove svakodnevice. Prompt ne smije ponavljati stereotipe poput savršenog izgleda, savršenog života, savršene sobe, savršenih ocjena i stalne nasmijanosti.

Sudionice mogu raditi pojedinačno, u paru ili u skupinama. Svaka skupina bira jednu vrstu sadržaja i piše prompt. Nakon toga čitaju promptove i razgovaraju o tome kakav bi rezultat AI mogao stvoriti.

ZAVRŠNI DIO		
	Primjeri zadataka:	
	Foto prompt	Napiši prompt za fotografiju djevojke u stvarnom danu, bez pritiska savršenstva.
	Video prompt	Napiši prompt za kratki video koji prikazuje kako izgleda jedan običan, nesavršen, ali vrijedan dan.
	Zvučni prompt	Napiši prompt za zvuk ili kratku audio poruku koja može ohrabriti djevojku koja se uspoređuje s drugima.
	Tekstualni prompt	Napiši prompt za objavu koja potiče samopouzdanje, različitost i prihvaćanje sebe.
	Nakon pisanja promptova sudionice uspoređuju upute i razgovaraju: Što smo tražile od AI-a? Jesmo li u promptu slučajno ponovile neki stereotip? Jesmo li tražile samo savršen izgled ili i stvarne osjećaje? Prikazuje li naš prompt različite djevojke i različite načine života? Kako možemo popraviti prompt da bude bolji? Odabrane promptove možete dodati izložbi uz naslov AI može bolje kad ga bolje pitamo.	

DODACI		
	Kružići za lov na AI	Podijelite izrezane kružiće, pročitajte ih nakon što ste ih ispunili i smjestite na izložbu – svi zajedno. Zajedničkim doprinosom sudionica izložba postaje interaktivna.
	Dokazni paket Lina@Lina	Podijelite dokazni paket Slučaj Lina@Lina. Dokazi se mogu čitati u skupinama, postaviti na stol ili izložiti na zidu. Sudionice ih mogu označavati naljepnicama ili bojama. Predložene oznake su: stvarno, sumnjivo, ne znamo, utječe na druge, mogući stereotip i mogući AI trag.
	Kartice zaključka	Svaka skupina ispunjava jednu karticu zaključka. Na karticu upisuju što znaju, što ne znaju, koji im je dokaz bio najvažniji, koji su stereotip pronašle i koji je njihov zaključak. Kartice zaključaka mogu se nakon aktivnosti dodati izložbi.
	Kartice za promtove	Podijelite kartice za pisanje promptova za fotografiju, video, zvuk i tekst. Sudionice na njih upisuju svoje promptove, a zatim ih prema potrebi popravljaju tako da budu jasniji, uključiviji i manje stereotipni.

AI LOV NA BLAGO

Izreži krugove i pronađi primjere umjetne inteligencije oko sebe

AI LOV NA BLAGO

Izreži krugove i pronađi primjere umjetne inteligencije oko sebe

KARTICA SLUČAJA

SLUČAJ LINA@LINA

Djevojka koja možda ne postoji

Na društvenim mrežama pojavio se profil Lina@Lina. Sve izgleda savršeno – prelijepe fotografije, rutina, škola, pokloni, prijatelji, dečko, uspjesi...

Ali tko je zapravo Lina?

VAŠ ZADATAK:

- Istražite dokaze.
- Je li Lina stvarna osoba?
- Koje stereotipe širi njezin profil?
- Kako utječe na druge djevojke?
- Je li moguće da je profil generiran uz pomoć AI?

Ne vjeruj svemu što izgleda savršeno.

DOKAZ A

Prva objava koja se proširila

1.892 oznake "svida mi se"

Lina@Lina Disciplina danas, sloboda sutra. Cura koja zna što želi ne traži izgovore. ⭐

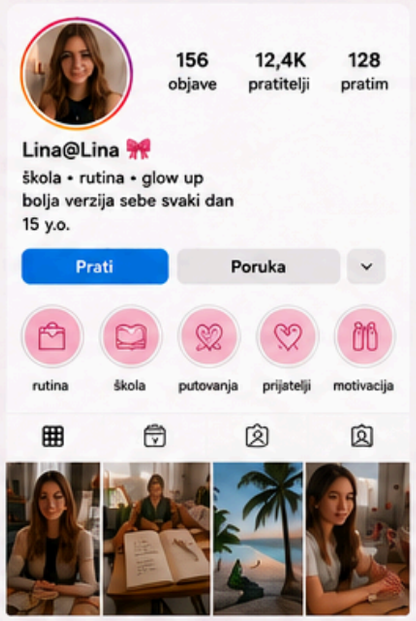
#bettetrme #discipline #mindset

Pogledaj sve komentare (93)

Prije 2 h

DOKAZ B

Profil Lina@Lina



DOKAZ C

Normalna fotografija

876 oznaka "svida mi se"

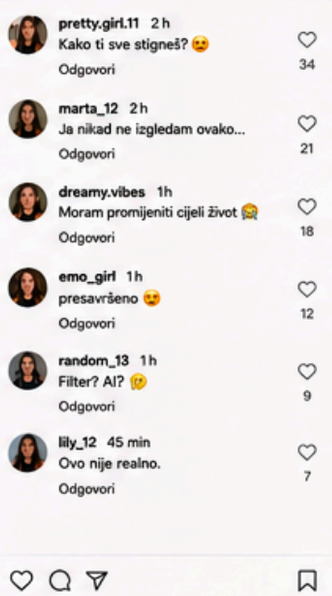
Lijep dan danas 🌸

Pogledaj sve komentare (45)

Prije 3 dana

DOKAZ D

Komentari ispod objave



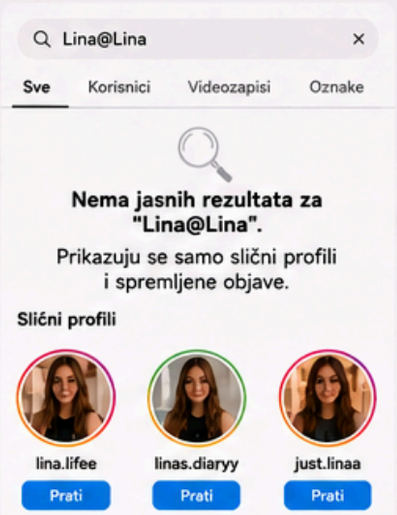
DOKAZ E

Zumirani detalji fotografije

Što primjećuješ?
Što izgleda prirodno, a što čudno?

DOKAZ F

Pretraga profila



DOKAZ G

Checklist tjedna

TJEDNI CHECK ☑

- ☑ jutarnja rutina (svaki dan)
- ☑ skincare svaki dan
- ☑ sve domaće zadaće
- ☑ 5/5 iz testa
- ☑ trening 3x
- ☑ zdravi doručci
- ☑ čista soba
- ☑ druženje s prijateljima
- ☑ 20 stranica čitanja
- ☑ rođendanski party
- ☑ plan za idući tjedan

DOKAZ H

#blessed – rođendanska proslava

Lina@Lina #blessed ⭐
Najljepši rođendan ikad. Hvala mojim ljudima! 💗

DOKAZ I

Detalji datoteke

lina_birthday_story.jpg

Vrsta:	JPEG slika
Veličina:	1,4 MB
Rezolucija	1080 x 1920
Datum:	12.05.2025. 22:14
Izvor:	spremljeno iz poruka
Status:	više puta proslijeđeno

Slika je više puta dijeljena.

DOKAZ J

Razredna grupa – chat

DOKAZ K

Poruka Eme

Nakon što vidim profile poput Lina@Lina, osjećam se kao da nisam dovoljno dobra.

Kod nje je sve savršeno, a kod mene je sve normalno, zbrkano i stvarno.

Ne znam je li ona stvarna, uređena ili AI, ali znam da se nakon toga osjećam gore. 😔

VAŠ ZADATAK:

1. ISTRAŽI DOKAZE
Pažljivo pročitaj svaki dokaz i zapiši što ti je sumnjivo, što ti je čudno, a što ti djeluje uvjerljivo.

2. POSTAVLJAJ PITANJA
Što ti se ne čini realno? Koji sadržaj širi pritisak ili nerealna očekivanja?

3. POVEŽI TRAGOVE
Kako se dokazi nadopunjuju? Što nam oni zajedno govore o Lini@Lina?

4. DONESI ZAKLJUČAK
Je li Lina stvarna? Što misliš – zašto je ovakav profil nastao?

5. RAZMISLI O SEBI
Kako ovakvi profili utječu na tebe i druge cure? Što može pomoći?

ZAPAMTI:
Savršeno ne znači stvarno.
Ne uspoređuj se s idealom.
Biraj sebe.
Budi svoja. 💜

KARTICE ZAKLJUČAKA

AI forenzika: Slučaj Lina@Lina

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

♥ Izrežite kartice po isprekidanim linijama i koristite ih u aktivnosti. ♥

KARTICE ZAKLJUČAKA

AI forenzika: Slučaj Lina@Lina

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

KARTICA ZAKLJUČKA

Skupina/ime: _____

Što znamo? _____

Što ne znamo? _____

Najvažniji dokaz: _____

Koji stereotip uočavamo? _____

Kako ovaj profil utječe na druge cure? _____

Naš zaključak: _____

- ☐ Lina je stvarna
- ☐ Lina nije stvarna
- ☐ Nemamo dovoljno dokaza
- ☐ Nije najvažnije je li stvarna, nego kakav pritisak stvara

♥ Izrežite kartice po isprekidanim linijama i koristite ih u aktivnosti. ♥

PROMPT KARTICE

AI može bolje kad ga bolje pitamo

1. FOTO PROMPT

Napiši prompt za fotografiju koja prikazuje stvarnu, raznoliku i nestereotipnu djevojku ili svakodnevicu.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

2. VIDEO PROMPT

Napiši prompt za kratak video koji prikazuje običan, stvaran i vrijedan dan.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

3. ZVUČNI PROMPT

Napiši prompt za zvuk, govor ili audio poruku koja ohrabruje i ne stvara pritisak savršenstva.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

4. TEKSTUALNI PROMPT

Napiši prompt za objavu ili kratki tekst koji potiče samopouzdanje, različitost i prihvaćanje sebe.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

Izreži kartice i koristi ih u aktivnosti.

PROMPT KARTICE

AI može bolje kad ga bolje pitamo

1. FOTO PROMPT

Napiši prompt za fotografiju koja prikazuje stvarnu, raznoliku i nestereotipnu djevojku ili svakodnevicu.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

2. VIDEO PROMPT

Napiši prompt za kratak video koji prikazuje običan, stvaran i vrijedan dan.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

3. ZVUČNI PROMPT

Napiši prompt za zvuk, govor ili audio poruku koja ohrabruje i ne stvara pritisak savršenstva.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

4. TEKSTUALNI PROMPT

Napiši prompt za objavu ili kratki tekst koji potiče samopouzdanje, različitost i prihvaćanje sebe.

Moj prompt:

Što želim prikazati?

Što želim izbjeći?

Kako moj prompt razbija stereotipe?

Izreži kartice i koristi ih u aktivnosti.

KREATIVNE AI KARTICE

Izreži kartice i odaberi zadatak

1 AI PISAC

generiranje teksta

Uz pomoć AI-a napiši 3 kratke poruke podrške osobi koja je nepravedno optužena: kao prijatelj/ica, kao razrednik/ica i kao novinar/ka.

Pitanje:
Koja poruka najviše pomaže i zašto?

2 AI ILUSTRATOR

generiranje slike

Generiraj plakat s porukom: 'Dokaži prije nego optužiš'. Isprobaj 2 različita stila i odaberi uvjerljiviji.

Pitanje:
Što na slici najbolje prenosi poruku?

3 AI ZVUČNI STUDIO

generiranje zvuka

Osmisli uz pomoć AI-a jingle ili zvučnu kulisu za mini podcast 'AI forenzika'.

Pitanje:
Koji zvuk najbolje stvara atmosferu?

4 AI DETEKTIV PRETRAGE

pretraživanje interneta

Na internetu pronađi 3 izvora o istom viralnom sadržaju. Usporedi: tko je izvor, što potvrđuju i što ostaje nejasno.

Pitanje:
Kojem izvoru najviše vjeruješ?

5 AI SUGOVORNIK

razgovor s AI-om

Postavi AI-u 5 pitanja o tome kako prepoznati lažni profil ili sumnjivu objavu. Zapiši 3 korisna savjeta i 1 odgovor u koji nisi siguran/na.

Pitanje:
Što treba dodatno provjeriti?

6 PROMPT LAB

istraži razliku

Isti zadatak zadaj AI-u na 3 načina. Usporedi rezultate i otkrij koji je prompt bio najjasniji.

Pitanje:
Što čini dobar prompt?

KREATIVNE AI KARTICE

Izreži kartice i odaberi zadatak

1 AI PISAC

generiranje teksta

Uz pomoć AI-a napiši 3 kratke poruke podrške osobi koja je nepravedno optužena: kao prijatelj/ica, kao razrednik/ica i kao novinar/ka.

Pitanje:
Koja poruka najviše pomaže i zašto?

2 AI ILUSTRATOR

generiranje slike

Generiraj plakat s porukom: 'Dokaži prije nego optužiš'. Isprobaj 2 različita stila i odaberi uvjerljiviji.

Pitanje:
Što na slici najbolje prenosi poruku?

3 AI ZVUČNI STUDIO

generiranje zvuka

Osmisli uz pomoć AI-a jingle ili zvučnu kulisu za mini podcast 'AI forenzika'.

Pitanje:
Koji zvuk najbolje stvara atmosferu?

4 AI DETEKTIV PRETRAGE

pretraživanje interneta

Na internetu pronađi 3 izvora o istom viralnom sadržaju. Usporedi: tko je izvor, što potvrđuju i što ostaje nejasno.

Pitanje:
Kojem izvoru najviše vjeruješ?

5 AI SUGOVORNIK

razgovor s AI-om

Postavi AI-u 5 pitanja o tome kako prepoznati lažni profil ili sumnjivu objavu. Zapiši 3 korisna savjeta i 1 odgovor u koji nisi siguran/na.

Pitanje:
Što treba dodatno provjeriti?

6 PROMPT LAB

istraži razliku

Isti zadatak zadaj AI-u na 3 načina. Usporedi rezultate i otkrij koji je prompt bio najjasniji.

Pitanje:
Što čini dobar prompt?

RECENZIJE

Edukacijski materijali projekta „SVOJA“ predstavljaju sadržajno i metodički promišljeno oblikovan program koji se bavi iznimno relevantnim temama za djevojčice i djevojke u suvremenom digitalnom kontekstu. Materijali su izrađeni s visokim stupnjem profesionalnosti, prilagođeni su dobi ciljne skupine, vizualno su atraktivni i jednostavni za provedbu. Ističu se u nekoliko ključnih aspekata: sveobuhvatan sadržaj koji pokriva teme digitalne ljepote, društvenih pritisaka, influencera i privatnosti; progresivno strukturirane aktivnosti koje potiču kritičko mišljenje i emocionalni razvoj; te praktična izvedivost u obrazovnim i neformalnim kontekstima.

Među ključnim prednostima ističu se: jasnoća uputa za voditelje, raznolikost aktivnosti, kreativni pristupi i mogućnost prilagodbe. Posebno je značajan naglasak na razvoju osobnog identiteta, jačanju samopouzdanja te poticanju sigurnog i odgovornog ponašanja u online prostoru.

Na temelju provedene stručne, pedagoške, metodičke i tehničke analize, materijalima projekta „SVOJA“ daje se bezuvjetna preporuka za korištenje u različitim obrazovnim i neformalnim edukacijskim kontekstima. Posebno se preporučuju za primjenu u školskim knjižnicama, razrednoj nastavi, satima razrednika, preventivnim programima te radionicama udruga koje rade s mladima.

Preporučuje se i njihova primjena u programima koji se bave emocionalnim razvojem, građanskim odgojem, rodnom ravnopravnošću i razvojem medijske pismenosti. Voditelji aktivnosti mogu ih koristiti kao cjelovite radionice u trajanju od 90 do 120 minuta, ali i kao izvor ideja za kraće tematske blokove.

Dr.sc. Josip Strija

Promatramo li priručnik „SVOJA“ s pedagoškog i stručnog aspekta, njegova temeljna snaga leži u njegovom pedagoškom pristupu koji spaja emocionalno osnaživanje, kritičko mišljenje i medijsku pismenost. U fokusu su djevojčice – ne kao pasivne korisnice sadržaja, već kao aktivne sudionice koje analiziraju, propituju i oblikuju vlastite stavove.

Posebno je pohvalna pažnja posvećena različitim oblicima učenja: verbalno izražavanje, crtanje, suradnički rad, rasprava, refleksija, igrokaz, digitalna izrada memova ili TikTok sadržaja. Time se poštuje raznolikost stilova učenja i afiniteta sudionica. Također, uputa da voditelj radionice bude facilitator, a ne predavač, upućuje na suvremene metode poučavanja utemeljene na humanističkoj pedagogiji i participativnoj edukaciji.

Autori pokazuju senzibilitet za emocionalni razvoj adolescenata. Aktivnosti potiču razvoj samopoštovanja, prihvaćanje tjelesne raznolikosti, otpornost na vanjske pritiske te promišljeno i sigurno ponašanje u digitalnom prostoru. Uvođenje tematskih postera kao edukativnih alata također je vrlo učinkovit model: vizualna sredstva pomažu učvršćivanju poruka i potiču dodatnu kreativnost. Posteri se mogu koristiti i izvan radionica, primjerice kao edukativna izložba u školskim hodnicima, knjižnicama ili centrima za mlade. Posebno je pohvalno to što se pojmovnik i edukativne poruke temelje na stvarnim statističkim podacima, ali na način koji je razumljiv djeci i mladima. Time se pridonosi ne samo informiranju, već i izgradnji kompetencije za razlikovanje činjenica od mišljenja i senzacionalističkih sadržaja.

Kao najveću prednost ovog priručnika istaknula bih aktualnost tema koje obrađuje i snažnu društvenu relevantnost, interaktivni i inkluzivni pristup, raznolikost materijala i metoda rada, vizualnu i sadržaju raznolikost, aktivnosti koje potiču na kreativnost, refleksiju i samopouzdanje. Priručnik „SVOJA“ uspješno odgovara na jednu od ključnih potreba današnjice – kako osnažiti djevojčice da u digitalnom svijetu ostanu svoje. Kroz strukturirane, metodički utemeljene i kreativne radionice, ovaj priručnik potiče razvoj emocionalne pismenosti, kritičkog promišljanja, tjelesnog samo prihvaćanja i digitalne odgovornosti. Priručnik se ističe suvremenošću, primjenjivošću i visokom razinom pedagoške osjetljivosti te se s pravom može preporučiti kao model za edukacijski rad u školama, knjižnicama, centrima za mlade i udrugama koje se bave pravima djece i mladih.

Dr.sc. Antonija Mandić

KORISNE POVEZNICE *i materijali za rad:*

BESPLATNE KROKOTAK BOJANKE

KORIŠTENJE DIGITALNIH TEHNOLOGIJA KOD DJECE I MLADIH – PREGLED RECENTNIH ISTRAŽIVANJA U HRVATSKOJ

WEBICA PROJEKTA

DATA DETOX KIT - MATERIJALI ZA DODATNU EDUKACIJU PREDAVAČA I SUDIONIKA U PROJEKTU

FACEBOOK GRUPA PROJEKTA

OBRAZAC ZA PRIJAVU SUDJELOVANJA U PROJEKTU

KULULU APLIKACIJA

KUTIJICA IZNENAĐENJA

LITERATURA

Cambridge University Press. (n.d.). Catfishing. In Cambridge Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/catfishing

Cambridge University Press. (n.d.). Flaming. In Cambridge Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/flaming

Cambridge University Press. (n.d.). Clickbait. In Cambridge Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/clickbait

Collins English Dictionary. (n.d.). Doxxing. In Collins Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/doxxing

European Institute for Gender Equality. (2023). Cyberstalking. EIGE. Pristupljeno 10.8.2025. https://eige.europa.eu

Federal Bureau of Investigation. (2023). Sextortion: What it is & how to report it. FBI. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.fbi.gov

Federal Bureau of Investigation. (2023). Swatting: Threats and hoaxes. FBI. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.fbi.gov

INTERPOL. (2023). Online grooming. INTERPOL. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.interpol.int

Macmillan Dictionary. (n.d.). Revenge porn. In Macmillan Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.macmillandictionary.com

Merriam-Webster. (n.d.). Deepfake. In Merriam-Webster.com Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.merriam-webster.com/dictionary/deepfake

Merriam-Webster. (n.d.). Dogpile (v.). In Merriam-Webster.com Dictionary. Pristupljeno 10.8.2025. https://www.merriam-webster.com/dictionary/dogpile

Sensity AI (formerly Deeptrace). (2019). The state of deepfakes: Landscape, threats, and impact. Sensity.

Centar za sigurniji internet. (2022). Predstavljanje preliminarnih rezultata deSHAME istraživanja u Hrvatskoj. Centar za sigurniji internet.

Nikolić Đurin, M. (2025). Korištenje digitalnih tehnologija kod djece i mladih – pregled recentnih istraživanja u Hrvatskoj. Osijek: Centar za nestalu i zlostavljanu djecu.

Jokić, B., Ristić Dedić, Z., & Šimon, J. (2022). U potrazi za mjerom između školskog igrališta i TikToka: Perspektive djece i mladih o korištenju digitalnih tehnologija. Zagreb: Institut za društvena istraživanja.

Pravobranitelj za djecu. (2023). Kako ostvarujemo dječja prava u Hrvatskoj: Mišljenja i stavovi djece i mladih u 2009. i 2023. godini. Zagreb: Ured pravobranitelja za djecu.

Markelić, M., Muslić, Lj., Rukavina, T., & Musić Milanović, S. (2023). Europsko istraživanje o pušenju, pijenju alkohola i uzimanju droga među učenicima 2019., Svezak 2: Ponašajne ovisnosti. Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo.

O AUTORIMA PRIRUČNIKA

Maja Lesinger

Maja Lesinger viša je knjižničarka, edukatorica i autorica s bogatim iskustvom u odgojno-obrazovnom i knjižničarskom radu. Karijeru je započela kao učiteljica razredne nastave i engleskog jezika, nastavila kao školska knjižničarka i informatorica, a od 2013. godine ravnateljica je Knjižnice i čitaonice Grada Preloga – najnagrađivanije male narodne knjižnice u Hrvatskoj.

Nositeljica je stručnog zvanja višeg knjižničara od 2022. godine, a njezin rad prepoznat je i međunarodno kroz dvije EIFL nagrade za inovacije (2020., 2024.) te priznanje Citizen Science Champion (2024.). Autorica je projekata usmjerenih na digitalnu pismenost, građansku znanost i osnaživanje zajednice („SVOJA", Topoteka Prelog, Mreža malih slobodnih knjižnica), kao i baštinskih slikovnica i edukativnih priručnika.

Sudjeluje u međunarodnim inicijativama i surađuje s organizacijama kao što su Public Libraries 2030 i Tactical Tech, a aktivna je i u stručnoj zajednici kao članica Komisije za informacijske tehnologije HKD-a te ICARUS Hrvatska.

Dario Šincek

Dario Šincek učitelj je razredne nastave i informatike te ravnatelj Osnovne škole Domašinec. Kroz učiteljsku karijeru provodio je radionice za međunarodnu organizaciju Tactical Tech, vodio programe građanske znanosti i sudjelovao kao suautor nagrađenog programa za inovativnost od strane međunarodne organizacije EIFL (2020.).

Edukator i inovator, održava brojne radionice iz područja medijske pismenosti, predavao je medijsku pismenost u Centru izvrsnosti te sudjelovao u organizaciji i provedbi robotičkih natjecanja. Posebno se ističe u razvoju i primjeni digitalnih alata u obrazovanju, a njegovi su programi usmjereni na razvoj kritičkog mišljenja, tehnoloških vještina i odgovornog korištenja tehnologije kod djece i mladih.

Uz pedagoški rad, bavi se dizajnom i izradom 3D predmeta, što spaja s nastavom i projektnim radom u školi. Svojim pristupom spaja tradicionalne obrazovne vrijednosti s inovativnim metodama poučavanja, stvarajući poticajno okruženje za učenje i kreativnost.

BILJEŠKE

9 789535 029953

Besplatni primjerak
Cijena: 00,00 eura

SVOJA
KNJIŽNICA I ČITAONICA GRADA PRELOGA
Znanje je život. Knowledge is life. Wissen ist Leben. Scientia est vita.
AEM AGENCIJA ZA ELEKTRONIČKE MEDIJE
GOETHE INSTITUT