

OSNOVNA ŠOLA GUSTAVA ŠILIH V VELENJE
Vodnikova cesta 3, 3320 Velenje

MLADI RAZISKOVALCI ZA RAZVOJ ŠALEŠKE DOLINE

RAZISKOVALNA NALOGA
»Rabim« telefon
Tematsko področje: SOCIOLOGIJA

Avtorica:
Jana Bastič, 8. razred

Mentor:
Damijan Vodušek, prof.

Velenje, 2020

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

Raziskovalna naloga je bila opravljena na Osnovni šoli Gustava Šiliha Velenje.

Mentor: Damijan Vodušek, prof.

Datum predstavitve:

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA

ŠD OŠ Gustava Šiliha, šolsko leto 2019/20

KG sociologija/mobilni telefoni/digitalne naprave/prekomerna uporaba/zasvojenost

AV BASTIČ, Jana

SA VODUŠEK, Damijan

KZ 3320 Velenje, SLO, Vodnikova 3

ZA OŠ Gustava Šiliha Velenje

LI 2020

IN »RABIM« TELEFON

TD Raziskovalna naloga

OP VII, 35 str., 9 graf, 8 sl., 13 vir.

IJ sl

JI sl / en

AI Uporaba telefona je danes skoraj neizogibna, a le redko kdo se zaveda njenega vpliva. Z raziskovalno nalogo sem želela ugotoviti kakšne so navade učencev glede uporabe mobilnih telefonov v tretji triadi OŠ Gustava Šiliha Velenje. Prebrala sem precej člankov na to temo in ugotovila, da je telefon veliko bolj škodljiv, kot si lahko predstavljamo. Vedno več časa preživljamo s telefoni v rokah, ob tem pa se ne zavedamo, da ta čas mineva hitreje, kot si mislimo, in da so redki posamezniki, ki zavestno omejijo uporabo telefonov. Naprava nam nudi veliko uporabnih stvari, a je hkrati tudi zelo škodljiva, saj moti našo koncentracijo in zatira našo domišljijo. Strokovnjaki opozarjajo, da lahko pametni telefoni, tablice in druge digitalne naprave resnično škodujejo človeku predvsem v obdobju njegovega razvoja.

Ali si znamo postaviti meje za kaj in koliko bomo uporabljali svoje telefone? Veliko ljudi se ne zaveda, da so že zasvojeni in skoraj ni trenutka, ki bi ga prebili brez uporabe mobilnega telefona. Število zasvojenih z digitalnimi napravami strmo narašča. Zaskrbljujoče dejstvo je, da velja zasvojenost z digitalnimi zasloni za vodilno med vsemi vrstami zasvojenosti ter da je v Sloveniji na odvajanju od te zasvojenosti najmlajši zasvojenec star komaj 9 let.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

KEY WORDS DOCUMENTATION

ND OŠ Gustava Šiliha, šolsko leto 2019/20

CX sociology/mobile phone/digital device/overdose using/addiction

AU BASTIČ, Jana

AA VODUŠEK, Damijan

PP 3320 Velenje, SLO, Vodnikova 3

PB OŠ Gustava Šiliha Velenje

PY 2020

TI »I NEED« PHONE

DT Research work

NO VII, 35 p., 9 graph, 8 fig., 13 ref.

LA SL

AL sl/en

AB Using a phone is almost inevitable today, but few are aware of its impact. With the research assignment, I wanted to find out the status, habits and use of mobile phones in the third triad of Gustav Šilih Velenje Primary School. I have read quite a few articles on the subject and found that the phone is a lot more harmful than we can imagine. We spend more and more time on phones, unaware that this time is passing faster than we think, and that they are the few that consciously limit the use of phones. The device offers us many useful things, but it is also very addictive and harmful as it disrupts our concentration and suppresses our imagination. Experts point out that smartphones, tablets and other digital devices can really hurt a person, especially during the period of their development.

Do we know how to set boundaries for what and how much we use our phones? Many people are unaware that they are already addicted and there is almost no moment to spend without using a cell phone. The number of digital addicts is steadily increasing. The worrying fact is that digital screen addiction is considered to be a leader among all types of addiction and that in Slovenia the youngest is barely 9 years old when weaned from this addiction.

KAZALO VSEBINE

KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA.....	III
KEY WORDS DOCUMENTATION.....	IV
KAZALO VSEBINE	V
KAZALO SLIK	VI
KAZALO GRAFIKONOV	VII
SEZNAM OKRAJŠAV	VII
1 UVOD	1
2 PREGLED OBJAV	2
2.1 RAZVOJ TELEFONA	2
2.2 IZUM NOVODOBNEGA MOBILNEGA TELEFONA	2
2.3 »SPANJE« OB MOBILNEM TELEFONU	4
2.4 NEVARNOSTI DIGITALNIH NAPRAV	5
2.5 PRIVLAČNOST DIGITALNIH NAPRAV	6
2.6 OMEJITVE UPORABE MOBILNIH TELEFONOV	7
2.6.1 Zakonske omejitve glede starosti uporabnikov	8
2.7 ZASVOJENOST Z MOBILNIMI TELEFONI	9
2.7.1 Ambulanta za zdravljenje ne kemičnih odvisnosti se duši	10
3 METODE DE LA	12
3.1 PREGLED OBJAV	12
3.2 ANKETA	13
4 REZULTATI.....	14
4.1 PRIMERJAVA OCENJENEGA ČASA Z DEJANSKO PORABLJENIM ČASOM UPORABE MOBILNEGA TELEFONA	14
4.2 KDAJ UČENEC DOBI PRVI MOBILNI TELEFON	15

4.3 NAJBOLJ POGOSTO UPORABLJENE APLIKACIJE	17
4.4 KJE HRANIM MOBILNI TELEFON?.....	18
4.5 PODROČJA UPORABE MOBILNEGA TELEFONA	19
4.6 OMEJITVE PRI UPORABI MOBILNEGA TELEFONA	21
5 DISKUSIJA	22
6 ZAKLJUČEK	23
7 POVZETEK	24
8 SUMMARY	25
9 ZAHVALA	26
10 VIRI IN LITERARURA	27
PRILOGA 1.....	30
PRILOGA 2.....	33

KAZALO SLIK

Slika 1: Prikaz razvoja telefona	3
Slika 2: Steve Jobs predstavi iPhone	5
Slika 3: Mladi kar hlastajo po digitalnih zaslonih	6
Slika 4: Tihi otroci v svojih sobah.....	7
Slika 5: Socialna omrežja, ki so dosegljiva na vsakem koraku	8
Slika 6: Prekomerna uporaba nas napravi zasvojene.....	9
Slika 7: dr. Miha Kramli, vodja ambulante za zdravljenje nekemičnih odvisnosti.....	11
Slika 8: Ikona programa Quality time	13

KAZALO GRAFIKONOV

Grafikon 1: Predviden in dejanski čas uporabe mobilnega telefona	14
Grafikon 2: Starost, ko učenci dobijo mobilni telefon	15
Grafikon 3: Začetek uporabe prvega telefona glede na to, ali starši omejujejo uporabo	16
Grafikon 4: Pogostost uporabe aplikacij mobilnega telefona.....	17
Grafikon 5: Prikaz spravljanja mobilnega telefona	18
Grafikon 6: Argumenti učencev, zakaj potrebujejo mobilni telefon	19
Grafikon 7: Uporabnost določenih funkcij telefona	20
Grafikon 8: Primerjava učencev, ki imajo omejitve in tistih, ki je nimajo.....	21
Grafikon 9: Pogostost uporabe glede na omejitve	21

SEZNAM OKRAJŠAV

itd. in tako dalje

OŠ osnovna šola

oz. oziroma

ipd. in podobno

t. i. tako imenovani

1 UVOD

Za to raziskovalno nalogo sem se odločila, ko sem dobila svoj prvi pametni telefon. Pred tem sem se morala seznaniti z njegovim vplivom in negativnimi posledicami prekomerne ter neustrezne uporabe. Starši so mi omejili čas dnevne uporabe telefona.

Začela sem brati članke in spoznala, da ima tehnologija poleg mnogih dobrih strani tudi cel kup slabih lastnosti.

Z raziskovalno nalogo sem želela ugotoviti, kakšne so navade uporabe telefona učencev tretje triade na naši šoli. Ali se učenci zavedajo, koliko časa preživijo na telefonu? Za kakšen namen vse uporabljajo telefon? Ali imajo omejeno uporabo telefona?

HIPOTEZE:

1. Učenci v povprečju uporabljajo telefon več kot predvidevajo.
2. Večina učencev je telefon dobila do konca 1. triade.
3. Učenci najbolj pogosto uporabljajo družabna omrežja.
4. Večina otrok spi v bližini telefona.

2 PREGLED OBJAV

2.1 RAZVOJ TELEFONA

Prvi telefon, ki je zares uspešno deloval, je leta 1876 izumil Alexander Graham Bell. Prvi telefoni v obliki svečnika so imeli ločeno slušalko in mikrofona, narejeni pa so bili brez številčnice. Klicatelj je operaterju povedal številko, katero je želel poklicati, ta pa je povezal klic. Leta 1919 so se pojavili telefoni z vrtljivo številčnico, kmalu zatem pa je bil del za govorjenje in del za poslušanje združen v enotno slušalko. Sledili so telefoni s tipkami, leta 1978 pa prvi mobilni telefoni, ki so bili veliki, nerodni in dragi, a so se po hitrem razvoju spremenili v lahke naprave z vgrajenimi različnimi možnostmi delovanja. [1]

2.2 IZUM NOVODOBNEGA MOBILNEGA TELEFONA

Prve mobilne telefone, ki so bili namenjeni za rabo v avtomobilih, so razvili v Bellovih laboratorijih. Prehitelo jih je podjetje Motorola, ki je leta 1978 izdalo prvi prenosni mobilni telefon, ki je tehtal skoraj kilogram. Za pravega izumitelja prenosnega mobilnega telefona velja dr. Martin Cooper, ki je bil zaposlen pri podjetju Motorola. Prvi klic je opravil medtem, ko se je sprehajal po ulicah New Yorka. Najprej je poklical svojega tekmeca Johna Engela, ki je bil šef razvoja v podjetju Bell Labs. Ko ga je poklical, je na drugi strani opazil nekaj nevoščljivosti, vendar je pogovor vseeno trajal nekaj minut. Podjetje Motorola je za izdelavo in ponudbo izdelka javnosti porabilo 90 milijonov dolarjev in dolgih petnajst let. Tako so druga podjetja pričela z izdelavo svojih mobilnikov. Pričela se je velika konkurenca, saj so vsi strmeli k izboljšanju in drugim novostim. Tako se je sprva zdelo zelo neobičajno telefonirati s smučišča, plaže ali domačega naslanjača. Vendar so se ljudje kmalu na to privadili in čez čas je bilo to že nekaj samoumevnega oziroma vsakdanjega. Velika posledica tega je bila, da so se ljudje na mobilni telefon tako privadili, da si brez njega niso mogli več predstavljati normalnega življenja. Zaradi tako hitrega napredka v tehnologiji, jih je le peščica znala uporabljati vse funkcije, medtem ko so ostali znali uporabljati le osnovne funkcije, kot je npr. tipka za klicanje. Vendar se je tehnologija čedalje hitreje razvijala, mobilni telefoni so imeli vse več funkcij, postajali so lažji in cenejši za nakup. Tako so si jih lahko poleg premožnejših privoščili tudi ostali. Operaterji so pričeli s ponudbo drugih

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

storitev, kot so: kratka sporočila, dostop do informacij, plačevanje itd. Tako so internet, ki je sprva služil za komunikacijo, preplavili mobilniki s tako imenovano mobilno komunikacijo. V Sloveniji je bila ta uporaba pred približno desetletjem nazaj trikrat večja kot uporaba interneta, danes pa jo uporabljajo že praktično vsi. Uporaba mobilnikov je preplavila cel svet, z njo pa se je razvila zasvojenost. Človeštvo se je sprva ni zavedalo, večini pa se negativne posledice neustrezne uporabe telefonov še danes zdijo zanemarljive. [1]



Slika 1: Prikaz razvoja telefona.

Mobilni telefoni so v zadnjih dvajsetih letih preplavili naš planet in skoraj ni posameznika, ki te čudežne naprave, ki ne omogoča samo klicanja in branja kratkih sporočil, temveč tudi fotografiranje, iskanje novih lokacij, večne ljubezni in skritih koticov, ne bi imel. Mobilni telefon je otrokom skorajda položen že v zibelko in triletniki že sami izbirajo risanke na meniju, a ob tem pozabljamo, da te super naprave, ki poskrbijo, da otroke prijetno uspavajo oziroma vsaj umirijo, tudi precej negativno vplivajo na njihov razvoj in zdravje. Zato naj o tem, kako in koliko so mobilni telefoni primerni za otroke, vsak presodi sam. [1]

2.3 »SPANJE« OB MOBILNEM TELEFONU

Mobilni telefoni neprestano oddajajo signal, pravzaprav delujejo v smislu neprestanega oddajanja in prejemanja elektromagnetnih valov oziroma radijskih valov. Raziskave so pokazale, da sevanje dolgoročno negativno vpliva na delovanje možganov in njihov razvoj. Prav tako motijo kvaliteten spanec obvestila in sporočila, ki prihajajo na vaš telefon med vašim spanjem. Zato strokovnjaki svetujejo, da delovanje mobilnih telefonov v času spanja omejite na letalski način. Še bolje pa bo, če ga boste popolnoma izklopili ali hranili v drugi sobi, medtem ko spite. [2]

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.4 NEVARNOSTI DIGITALNIH NAPRAV

Tudi in predvsem ustvarjalci tehnologij in aplikacij se zavedajo njihovih nevarnosti.

Steve Jobs je npr. leta 2010 predstavil Applov izdelek iPad, a ga svojim otrokom ni pustil uporabljati. Podobno so ravnali tudi drugi ustvarjalci videoiger in družabnih omrežij. Williams Evan (ustanovitelj Bloggerja, Twiterja in Mediuma) svojim otrokom nikoli ni dovolil uporabljati iPada. Takšnih primerov je ogromno, dejstvo pa je da se skoraj vsi večji ustvarjalci na tem področju izogibajo uporabi »lastnega izuma/izdelka«. [3]

Zasvojenost pretežno ustvarja okolje in tega se ustvarjalci zavedajo. Vedo namreč, da bo njihov produkt zasvojil vse po vrsti. Zaslonske tehnologije so dokazano najbolj zasvajajoča stvar v zadnjih 60 letih. Vedno več je možnosti, da zapademo v odvisnost. Tudi mnogi psihologi vedno pogosteje srečujejo ljudi, zasvojene z družbenimi omrežji, videoigami...

Tehnologija sama po sebi ni slaba, ampak lahko postane z nepravilno ali pretirano uporabo nevarna, saj povzroča zasvojenost [3]



Slika 2: Steve Jobs predstavi iPhone.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.5 PRIVLAČNOST DIGITALNIH NAPRAV

Vprašajmo se, zaradi česa nam digitalne naprave delujejo tako privlačne?

Ljudje imajo potrebo po pozitivnem družbenem odzivu, ki z uporabo digitalnih naprav raste. Prav to lastnost pa imajo družabna omrežja tj. všečkanje, komentiranje, ... Vse te aplikacije so brezplačne, kar še poveča njihovo uporabo. Občutek, ki ti ga dajejo všečki, na nas močno vplivajo. Za vsako objavljeno fotografijo želimo, da je čim boljša in da bi dobila čim več všečkov. Za vsako aplikacijo oz. družabnim omrežjem je ogromno ljudi, ki skrbijo za privlačnost in da bo le ta čim bolj zasvojila uporabnike. Privlačijo nas ne samo možnost komuniciranja in deljenja slik, ampak tudi izstopajoče barve, nenavadni zvoki ter vsebina brez konca. Po Facebooku, Instagramu ali Twiterju lahko brskamo v nedogled in nikoli ne pridemo do konca. Vse to sestavlja zasvajajočo aplikacijo. [4]

»Uporaba digitalne tehnologije (kot pripomočka ali za zabavo) je v redu, če gre pri tem za uravnoteženost. Pomembno je, da se ob tem čez dan posvetimo tudi intimnejšim, osebnim odnosom, delu ali učenju ...« pravi psihologinja Špela Reš iz zavoda Logout. Uporaba digitalnih tehnologij namreč lahko pripelje tudi do zasvojenosti. [4]

Težavo vidim v tem, da pametne telefone, tablice in računalnike reklamirajo na vsakem vogalu, nihče pa ob tem ne opozarja na težave, ki jih lahko prinesejo. Tako so pred leti dosegli v boju proti kajenju, da morajo proizvajalci na škatlice cigaret dajati opozorila in slike, ki kažejo na možne posledice. Ne vem, kdo od staršev bi se strinjal, da bi se npr. cigareti tako reklamirali in se prosto prodajali.



Slika 3: Mladi kar hlastajo po digitalnih zaslonih.

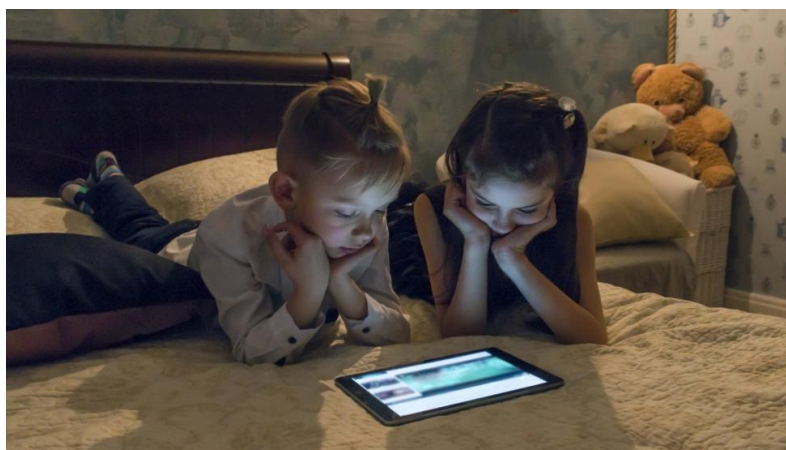
Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.6 OMEJITVE UPORABE MOBILNIH TELEFONOV

Uporabo telefona je pametno omejiti. Tako otroci kot odrasli preživljajo ogromno časa na telefonu. Dokazano je, da nam čas, preživet na telefonu, mineva hitreje, kot si predstavljamo. Zato si je pametno omejiti uporabo mobilnih telefonov. Strokovnjaki menijo, da bi lahko vse digitalne naprave uporabljali največ eno uro na dan. Prav tako so tudi mnenja, da otroci pred desetim letom ne bi smeli uporabljati telefona, saj se takrat še pospešeno razvija domišljija, telefon pa jih lahko tudi hitreje zasvoji. Z uporabo ne pretiravajo samo otroci in mladostniki, ampak tudi odrasli. Tudi odraslim priporočajo omejitve glede uporabe. [3]

»Pred kratkim sem bil pri znancu na rojstnodnevni zabavi. Šlo je za klasično umirjeno hišno druženje – bilo je tako hladno, da še ni bilo mogoče biti na vrtu, kjer so se v nadstropju z dnevnimi prostori zadrževali odrasli mojih let ter se veselo pomenkovali ob hrani in pijači. Vse skupaj je bilo videti tako, kot bi bilo lahko tudi pred stotimi leti, če ne bi tu in tam kdo na plano potegnil telefona in pogledal nanj.

Nadstropje višje so bile otroške sobe in v njih so bili v tem času otroci gostov in gostiteljev. Tam je bilo precej drugače. Ko se je stemnilo in sem prišel do njihove sobe, sem bil šokiran nad prizorom. Kakih dvajset otrok, starih malo več ali malo manj kot deset let, je zamaknjeno zrlo vsak v svoj ekran, ponekod tudi dve glavi v enega, od koder je sevala magična modra svetloba. Nekateri so imeli pred seboj pametne telefone s kar velikimi zasloni, drugi tablice, vsem pa je bilo skupno to, da se med seboj skoraj niso pogovarjali. Gledal sem jih minuto, dve in nič se ni spremenilo. Nihče ni opazil moje prisotnosti. Potem sem se po stopnicah spustil nazaj v spodnje nadstropje,« je zapisal novinar. [5]



Slika 4: Tihi otroci v svojih sobah.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.6.1 Zakonske omejitve glede starosti uporabnikov

Mnoge zasvajajoče aplikacije in družabna omrežja so postavila omejitve glede spodnje meje starosti uporabnikov.

Za uporabo Youtuba moraš dopolniti vsaj 13 let. Če vključujejo videoposnetki neprimeren jezik, nasilje in pretresljive podobe, goloto in vsebine, ki namigujejo na spolnost, če prikazujejo škodljive ali nevarne dejavnosti, morajo uporabniki dopolniti vsaj 18 let. [6]

Facebook, WhatsApp in Instagram imajo omejitve 13 let. [7, 8]

Za vsa našeta socialna omrežja ima EU načrt dviga starostnih omejitev na 16 let. Mlajši bodo lahko socialno omrežje še vedno uporabljali, a bodo omejeni in bodo morali pridobiti dovoljenje staršev za določene spletne storitve. EU ima v načrtu uvajanja omejitev tudi pri uporabi spletne pošte, dodajanju aplikacij v mobilne telefone in tablice. EU svojo odločitev zagovarja z dejstvom, da je vse več mladostnikov na spletu žrtev številnih zlorab. [9]

TikTok, z več kot 150 milijoni uporabniki, postavlja omejitve 13 let, vendar pa mnogi kršijo to omejitve, ker se predstavijo kot starejši.

Uporabniki TikToka snemajo in objavljajo kratke, 15-sekundne filme. Pri tem pogosto uporabijo glasbeno podlago, vizualne učinke in tako nastajajo kratki domači videospoti. V njih je največ posnemanja petja, plesa, raznih izzivov in šal, ki nastanejo iz dolgčasa ali želje po potrjevanju. [10]



Slika 5: Socialna omrežja, ki so dosegljiva na vsakem koraku.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.7 ZASVOJENOST Z MOBILNIMI TELEFONI

Ozrite se okrog sebe. Koliko ljudi vidite na ulici, ki hodijo s telefonom v roki, medtem ko tipkajo po njem, imajo telefon prislonjen na uho ali pa imajo v ušesih vtaknjene slušalke, ki so priključene na pametni telefon? Koliko ljudi med vožnjo, za volanom, posega po telefonu, čeprav je to sila nevarno početje? Kolikokrat med obiskom vaši otroci ali otroci vaših prijateljev dobijo v roke telefon? Morda so pri rosnih osmih ali desetih letih celo že lastniki svojega pametnega telefona? Kolikokrat na druženju s prijatelji vi sežete po telefonu ali pa telefon v roke vzame vaš sogovornik, medtem ko mu vi nekaj razlagate?

Odgovor na zgornje vprašanje je povsod enak: velikokrat. Celo prevečkrat. Če si priznamo ali ne, je večina od nas preveč "navezana" na svoj telefon, tudi v prostih urah, ko nismo v službi in ko ne pričakujemo pomembnega klica. Uporabljamo ga za brskanje po družbenih omrežjih ali za brskanje po spletu. Sodelujemo v mnogih klepetih, ki nam vzamejo precej časa pa verjetno za nas sploh niso nujni. Igramo igrice. Pregledujemo fotografije in videe.

Nacionalni inštitut za javno zdravje (s kratico NIJZ) piše, da je v letu 2017 kar 73 odstotkov Slovencev, starih med 16 in 74 let, uporabljajo pametne telefone: »Skoraj vsi, ki so uporabljali pametni telefon, so ga uporabljali tudi za pošiljanje ali prejemanje SMS-sporočil, več kot 90 odstotkov za fotografiranje, kot uro, za budilko ali alarm. 80 odstotkov uporabnikov pametnega telefona je prek te naprave brskalo po internetu. 53 odstotkov uporabnikov je prek pametnega telefona poslušalo glasbo ali radio in uporabljalo zemljevide in navigacijo, 26 odstotkov jih je na pametnem telefonu igralo igre.« [11]



Slika 6: Prekomerna uporaba nas napravi zasvojene.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

2.7.1 Ambulanta za zdravljenje ne kemičnih odvisnosti se duši

Polovica pacientov je mladoletnih in jih morajo že zavračati.

V zadnjih letih poleg kemičnih odvisnikov strmo narašča število zasvojenecv z nekemičnimi drogami. V Sloveniji imamo za tovrstno zdravljenje le eno ambulanto, ki deluje v Novi Gorici. Tam se trenutno zdravi več zasvojenecv z novo tehnologijo kot odvisnikov od kemičnih drog. Zaskrbljujoč je podatek, da je polovica odvisnikov (od novih tehnologij) mlajših od 18 let.

Ker nekemična zasvojenost strmo narašča, so v ambulanti za zdravljenje nekemičnih odvisnosti sprožili akcije za bolj organizirano zdravljenje po celi državi.

Veliko odvisnikov morajo zaradi omejenih možnosti zavriniti, velik problem pa predstavlja oddaljenost ambulante od kraja bivanja zasvojenecv.

»V Sloveniji je trenutno 19 centrov za zdravljenje kemičnih odvisnosti in če bi med njimi pet ali šest centrov usposobili za nekemične obravnave, bi tako lahko pokrili celotno Slovenijo,« Pravi dr. Miha Kramli. [12]

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

Dr. Miha Kramli je povedal, da so v lanskem letu obravnavali 227 oseb, zaradi zasvojenosti z novo tehnologijo. Kar dobra tretjina njihovih staršev pove, da so tepeni od svojih otrok ali partnerjev, ko jim postavljajo mejo. Poudaril je, da je potrebno ločiti uporabo računalnika, tablice ali telefona za delo, takrat možgani poskrbijo, da začutimo utrujenost ali naveličanost. Delo torej ne zasvoji. Kadar pa uporabljamo telefon za sprostitev (socialna omrežja, igrice, borza itd.) pa nam možgani sporočajo – bodi vedno dalj, bodi vedno bolj intenzivno, vedno več tvegaj. Torej moramo ločiti med delom in sprostivijo. Pri sprostitvi si je potrebno postaviti določene časovne omejitve. [13]



Slika 7: dr. Miha Kramli, vodja ambulante za zdravljenje nekemičnih odvisnosti.

3 METODE DELA

3.1 PREGLED OBJAV

Preden sem začela z raziskovalno nalogo, sem prebrala mnogo člankov in knjigo Sužnji zaslonov. V knjigi je ogromno podatkov o zasvojenosti na splošno: raziskave, zgodbe, strokovna mnenja ter vzroki in posledice vezane na zasvojenost. Na podlagi člankov in knjige sem si zastavila hipoteze za učence v tretji triadi OŠ Gustava Šiliha Velenje. Zanimalo me je, kdaj so dobili telefon, kakšne so njihove navade uporabe mobilnega telefona ter ali se zavedajo, koliko ga uporabljajo. Raziskovalna naloga je tako nastala na podlagi ankete in hipotez.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

3.2 ANKETA

Z učenci sem opravila dve anketi.

V prvi so učenci predvidevali, koliko časa in za kaj vse uporabljajo mobilni telefon. To anketo sem izvedla konec šolskega leta 2018/19. V njej je sodelovalo 184 učencev tretje triade. Anketa je prikazana v Prilogi 1.

Nato smo učencem, ki so privolili v sodelovanje, namestili aplikacijo Quality time. Aplikacija beleži v dnevnik uporabo mobilnega telefona. Učenci, ki so imeli aplikacijo naloženo, so ponovno reševali anketo oktobra in novembra v šolskem letu 2019/20.



Slika 8: Ikona programa Quality time.

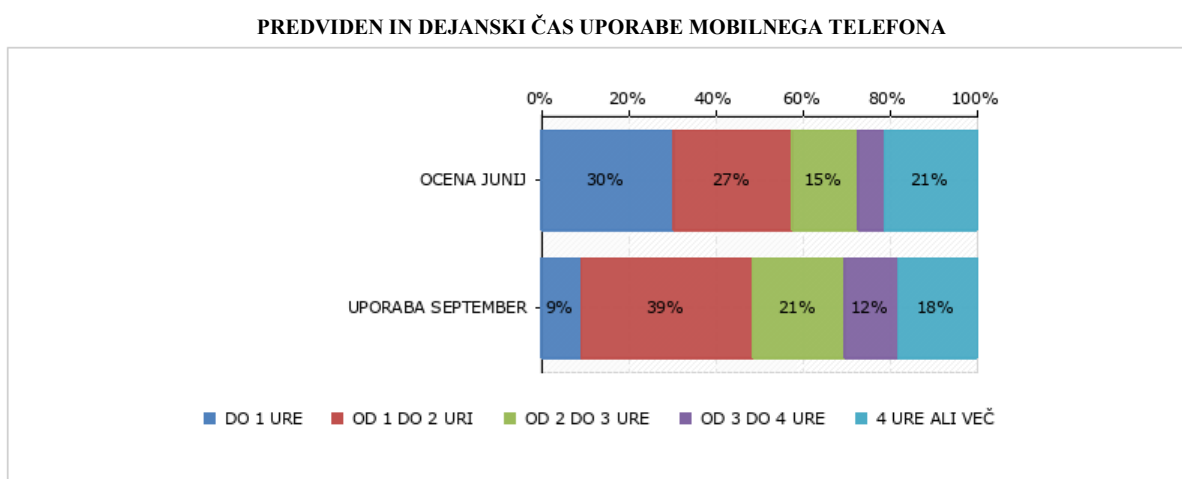
V drugi anketi so odgovarjali na ista vprašanja, kot v prvi anketi, vendar so odgovore beležili na osnovi izmerjenih rezultatov nameščene aplikacije. Ta anketa je v prilogi 2.

Žal se je odzvalo na drugi del le 45 učencev, kar predstavlja približno četrtnina vseh, ki so izpolnjevali prvo anketo.

4 REZULTATI

4.1 PRIMERJAVA OCENJENEGA ČASA Z DEJANSKO PORABLJENIM ČASOM UPORABE MOBILNEGA TELEFONA

Najprej sem želela preveriti, kako bi učenci ocenili čas, ki ga porabijo na telefonu. Enako vprašanje sem jim postavila meseca septembra in učenci so iz aplikacije izpisali podatke o uporabi telefona.



Grafikon 1: Predviden in dejanski čas uporabe mobilnega telefona.

Meseca junija je bilo kar 30 odstotkov takšnih, ki so menili, da uporabljajo telefon manj kot 1 uro na dan. Septembra se je izkazalo, da je teh učencev le 9 odstotkov. Večje število učencev je tistih, ki so ocenili, da dnevno uporabljajo telefon med tremi in štirimi urami.

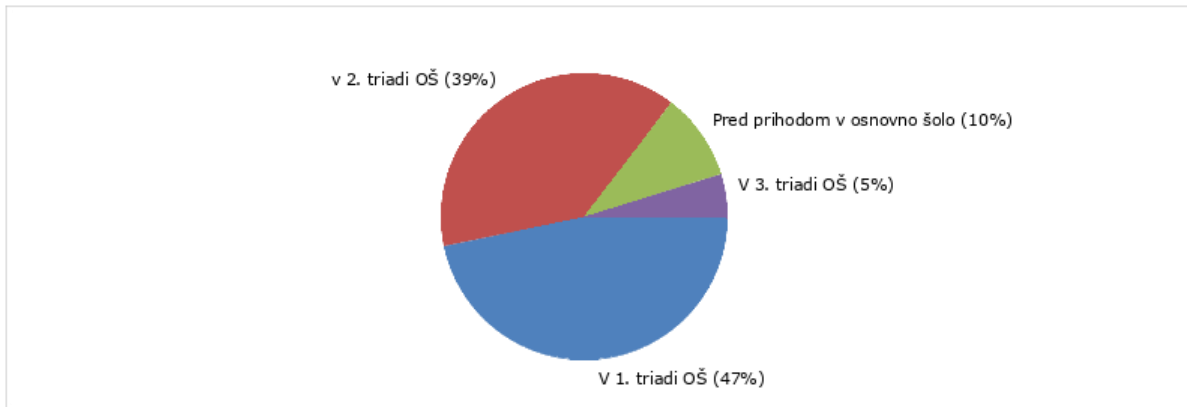
Učenci so ocenili junija, da uporabljajo telefon povprečno 2 uri na dan. Septembra sem dobila od teh učencev rezultat, da je njihova uporaba mobilnega telefona večja za pol ure dnevno. 18 odstotkov učencev telefon uporablja več kot 4 ure dnevno.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

4.2 KDAJ UČENEC DOBI PRVI MOBILNI TELEFON

Zanimalo me je, koliko so bili učenci stari, ko so dobili mobilni telefon v uporabo. Izbirali so lahko med štirimi možnimi odgovori.

STAROST UČENCEV, KO DOBIJO MOBILNI TELEFON



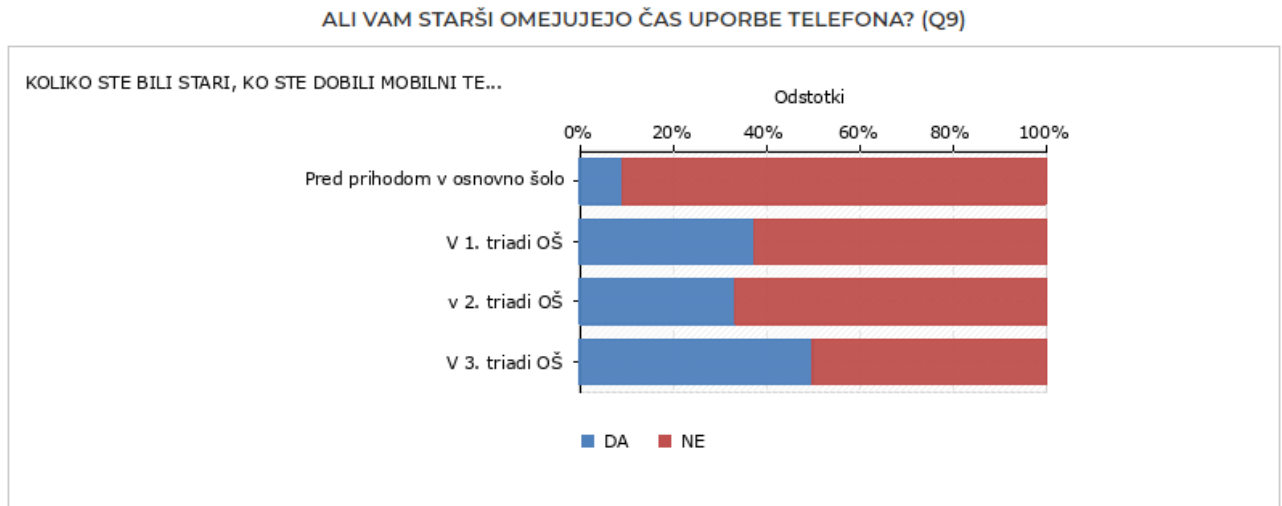
Grafikon 2: Starost, ko učenci dobijo mobilni telefon.

Skoraj polovica (47%) učencev je telefon dobila v 1. triadi, le nekaj manj (39 %) pa drugi triadi. Desetina anketirancev je povedala, da so telefon dobili že pred prihodom v šolo in najmanj učencev (5 %) je telefon dobilo v 3. triadi.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

Zanimalo me je, če starši omejujejo uporabo mobilnega telefona ali ne in kdaj otrokom dovolijo uporabo telefona.

ZAČETEK UPORABE MOBILNEGA TELEFONA, GLEDE NA TO, ALI STARŠI OMEJUJEJO PORABO



Grafikon 3: Začetek uporabe prvega telefona glede na to, ali starši omejujejo uporabo.

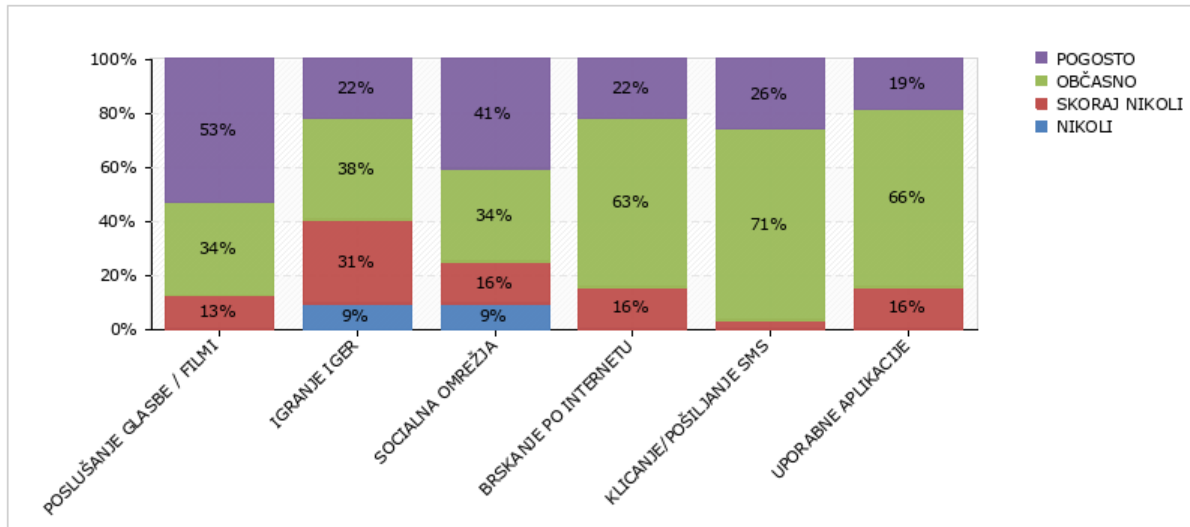
Na grafikonu 3 modra barva predstavlja učence, katerim starši omejujejo uporabo telefona. Z njega razberem, da je veliko več staršev, ki omejitev ne postavlja. Ugotovila sem, da starši, ki svojim otrokom kupijo telefone že pred vstopom v osnovno šolo manj omejujejo uporabo telefona. Starši, ki postavljajo omejitve glede uporabe telefona, pa otrokom ponudijo telefon v uporabo kasneje.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

4.3 NAJBOLJ POGOSTO UPORABLJENE APLIKACIJE

V raziskovalni nalogi sem preverjala, za kaj vse učenci uporabljajo pametni telefon.

POGOSTOST NAMENA UPORABE PAMETNEGA TELEFONA



Grafikon 4: Pogostost uporabe aplikacij mobilnega telefona.

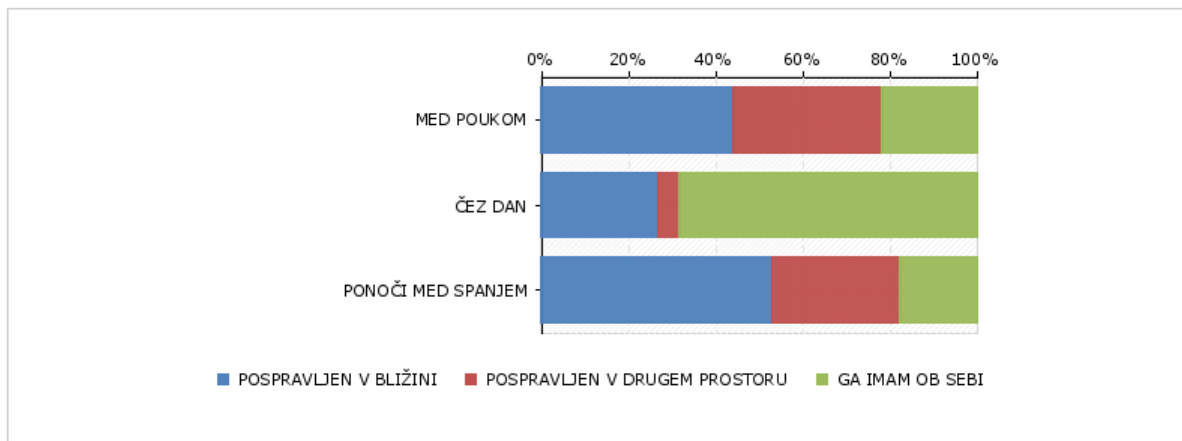
Učenci največ časa namenjajo poslušanju glasbe in gledanju videoposnetkov. Takoj za tem sledijo socialna omrežja ter pogovori, vključno s pošiljanjem kratkih sporočil. Najmanj pogosto učenci navajajo uporabo telefona za igranje iger.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

4.4 KJE HRANIM MOBILNI TELEFON?

Vse več ljudi ima občutek, da nikamor ne morejo brez mobilnega telefona, zato sem v anketnem vprašalniku preverila, kje učenci hranijo mobilni telefon, ko ga ne uporabljajo.

KJE HRANITE SVOJ MOBILNI TELEFON, KO GA NE UPORABLJATE?



Grafikon 5: Prikaz spravljanja mobilnega telefona.

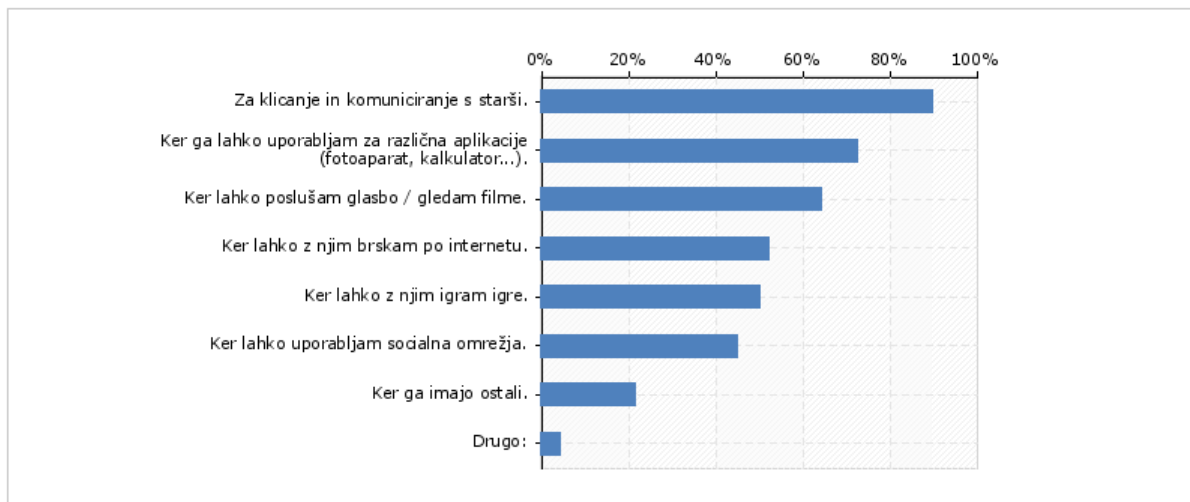
Med poukom imajo telefon pretežno v bližini, to pomeni, da ga nosijo v žepih ali ga imajo v torbi. Večina učencev (70 %) ima čez dan telefon ob sebi in le redki ga odložijo drugam. Polovica učencev ima med spanjem telefon pospravljen v bližini in le redki ga pospravijo v drug prostor. Zaskrbljujoč je podatek, da kar 20 odstotkov učencev spi ob njem.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

4.5 PODROČJA UPORABE MOBILNEGA TELEFONA

Kadar želijo učenci mobilni telefon, staršem navajajo ogromno razlogov, zakaj ga potrebujejo.

ZAKAJ MENIŠ, DA POTREBUJEŠ MOBILNI TELEFON



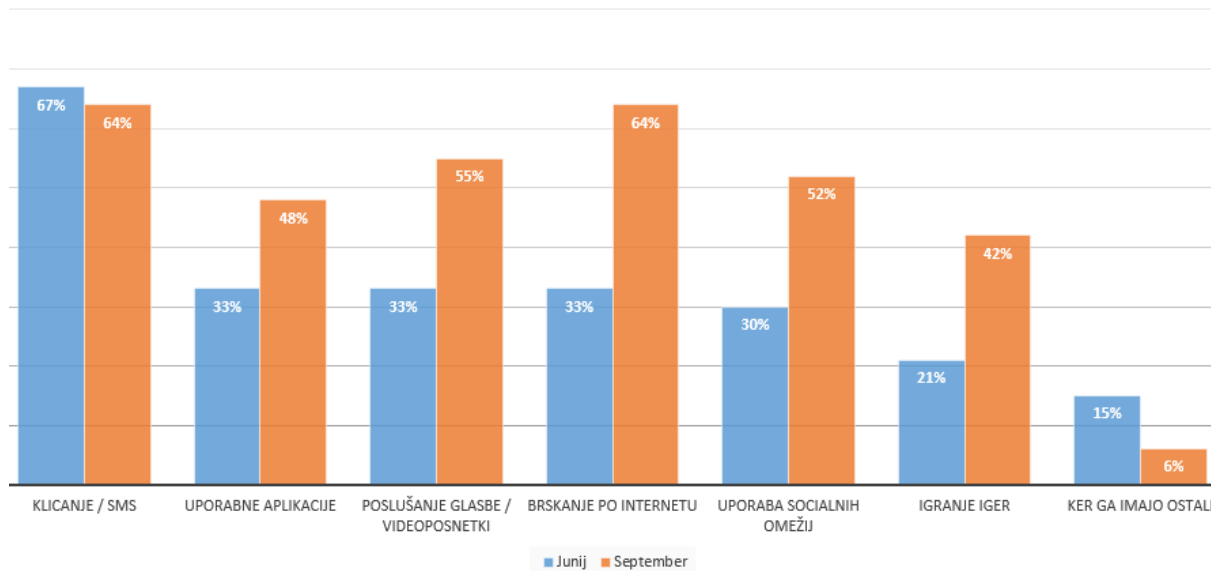
Grafikon 6: Argumenti učencev, zakaj potrebujejo mobilni telefon.

Iz junijske ankete je razvidno, da učenci najpogosteje navajajo klicanje in komuniciranje s starši. Sledijo uporabne aplikacije, poslušanje glasbe in gledanje filmov. Učenci veliko manj navajajo igranje iger in uporabo socialnih omrežij.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

Rezultate iz grafikona 6 sem primerjala z rezultati ankete, ki sem jo izvedla meseca septembra. Rezultate smo dobili iz aplikacij, ki so si jih učenci namestili na mobilne telefone.

ZAKAJ SI MENIL, DA POTREBUJEŠ MOBILNI TELEFON IN ZAKAJ GA UPORABLJAŠ
Primerjava ocene in izmerjene uporabe telefona



Grafikon 7: Uporabnost določenih funkcij telefona.

Telefon je v osnovi namenjen klicanju in pošiljanju kratkih sporočil. Ta namen uporabe so učenci dobro ocenili.

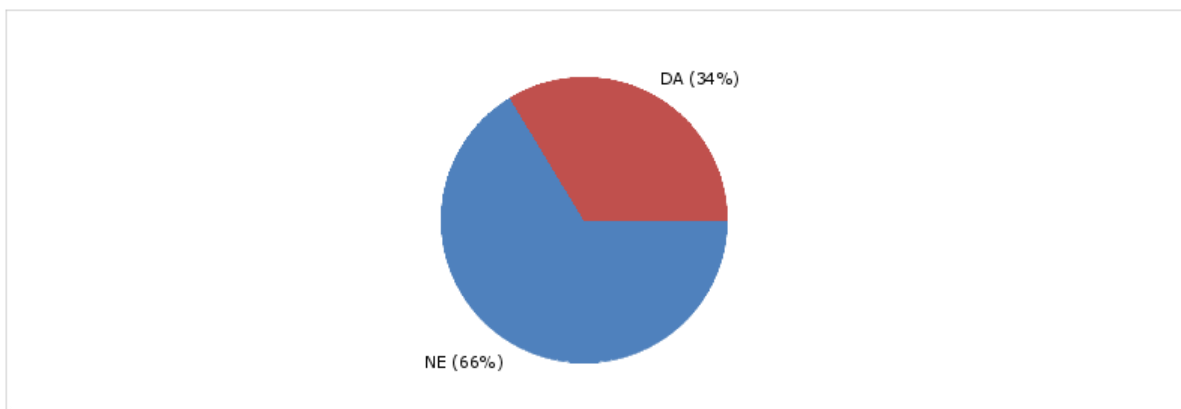
Bolj zanimivi rezultati pa so glede uporabe aplikacij, igranja iger, brskanja po internetu, poslušanja glasbe, gledanja filmov ter uporabe socialnih omrežij. Tu se je pokazalo, da na vseh področjih učenci bolj uporabljajo telefon, kot so predvidevali. Torej se telefon v resnici izkaže kot igračka, ki zapolnjuje prosti čas in ne le kot pripomoček, ki bi naj služil prvotnemu namenu. Iz rezultatov ankete lahko razberem, da učenci ne potrebujejo telefona zato, ker ga imajo njihovi vrstniki.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

4.6 OMEJITVE PRI UPORABI MOBILNEGA TELEFONA

Prekomerna uporaba telefona škoduje, zato me je zanimalo, koliko je takšnih učencev, ki imajo omejitve.

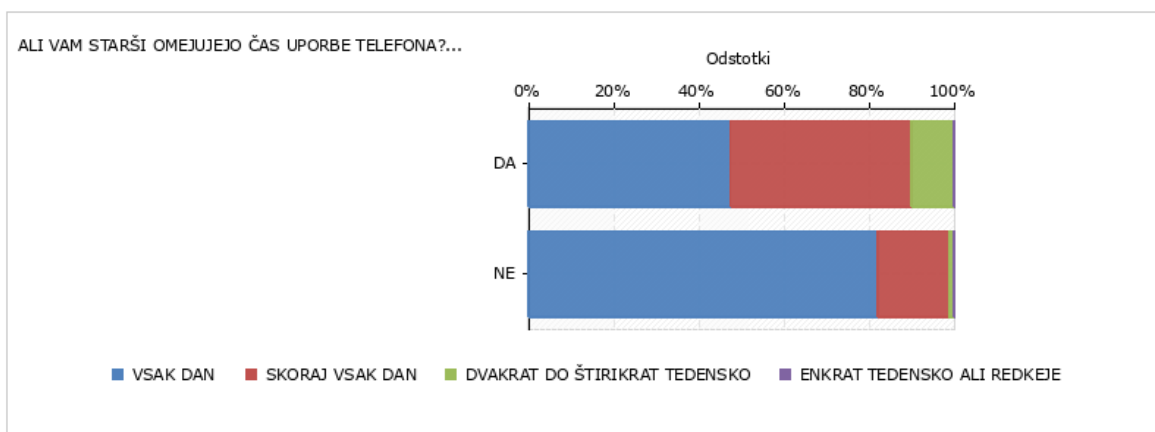
ALI VAM STARŠI OMEJUJEJO ČAS UPORBE TELEFONA?



Grafikon 8: Primerjava učencev, ki imajo omejitve in tistih, ki je nimajo.

Ugotovila sem, da dve tretjini učencev nima določene časovne omejitve telefona s strani staršev.

KAKO POGOSTO UPORABLJATE TELEFON? (Q5)



Grafikon 9: Pogostost uporabe glede na omejitve.

Učenci, ki nimajo omejitve, bolj pogosto uporabljajo telefon, kot tisti, ki omejitve imajo. Polovica učencev, katerih starši omejujejo njihovo uporabo, telefon uporablja vsak dan, medtem ko učenci brez omejitve telefon v veliki večini (80 %) uporabljajo vsakodnevno.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

5 DISKUSIJA

Prvo hipotezo, da učenci uporabljali telefon več kot predvidevajo, sem potrdila. Rezultati anket so pokazali, da učenci uporabljajo telefone pol ure na dan več, kot so ocenili in to pomeni dve uri in pol dnevno. Ta podatek se mi zdi zaskrbljujoč, saj prekomerna uporaba telefona škoduje. Čas, ki ga preživimo na telefonu, bi lahko preživeli bolj kakovostno.

Drugo hipotezo, da je večina učencev telefon dobila do konca prve triade, sem potrdila. 10 % učencev je dobilo telefon pred vstopom v osnovno šolo, 47 % učencev pa v času prve triade. Ker se otroški možgani še razvijajo, so strokovnjaki mnenja, da otroci pred šestim letom starosti ne bi smeli imeti stikov z digitalnimi napravami. Pred desetim letom starosti pa odsvetujejo uporabo pametnih telefonov. Raziskave kažejo, da pametni telefoni hitreje zasvajajo mlajše uporabnike, zmanjšujejo zbranost in strpnost ter omejujejo razmišljanje in domišljijo.

Tretjo hipotezo, da učenci najbolj uporabljajo družabna omrežja, sem ovrgla. Največ časa preživijo ob ogledu/poslušanju glasbe in videoposnetkov. Uporaba družabnih omrežji je na drugem mestu.

Četrto hipotezo, da ima večina učencev med spanjem telefon v bližini, sem potrdila. 50 % učencev telefon čez noč hrani v istem prostoru, 20 % ga ima tudi med spanjem ob sebi. Telefon povzroča motnje spanja in ker je telefon v nenehni pripravljenosti, kot sprejemnik oz. oddajnik, seva, kar še dodatno poslabša delovanje in razvoj naših možganov.

Ugotovila sem tudi, da so učenci, katerih starši omejujejo uporabo telefonov, redkeje na telefonu in bolj realno ocenijo čas, ki ga preživljajo ob telefonu.

6 ZAKLJUČEK

Uporaba mobilnih telefonov je danes v vsakdanjem življenju neizogibna. Dejstvo je, da bomo v prihodnje mobilne telefone uporabljali vedno bolj in na vedno več področjih. Zato je pomembno, da se zavedamo negativnih posledic, ki jih prinaša nepravilna in prekomerna uporaba.

Z raziskovalno nalogo sem ugotovila, da otroci telefon dobijo prezgodaj in da jih večina uporablja mobilni telefon brez omejitev skoraj vsak dan. Več kot polovica otrok je dobila mobilni telefon v času, ko so se njihovi možgani zelo intenzivno razvijali. Ugotovila sem, da se otroci na telefon močno navežejo in ga imajo skoraj ves čas v svoji bližini, nekateri celo ponoči. Prekomerna in neustrezna uporaba telefona pri učencih povzroča izgubo občutka za čas, privlačne vsebine pa kličejo otroke po čedalje pogostejši uporabi mobilnih telefonov.

Zavedamo se, da je razvoj tehnologije pomemben in koristen za družbo, a hkrati podcenjujemo nekatere negativne posledice. Prekomerna uporaba telefonov zavira zdrav razvoj možganov, zmanjšuje zbranost otrok in njihovo domišljijo, zato strokovnjaki odsvetujejo uporabo digitalnih zaslonov pred šestim letom starosti in odsvetujejo uporabo pametnih telefonov do desetega leta starosti. Zato se mi zdi pomembno, da se uporabnike pametnih telefonov pouči o nevarnostih prekomerne in napačne uporabe. Kot prvi ukrep pa se mi zdi najpomembnejše to, da uporabo telefona časovno in namensko omejimo.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

7 POVZETEK

Za raziskovalno nalogo sem se odločila, ker sem sama želela imeti telefon, mama pa me je ves čas spraševala, za kaj ga potrebujem. Noben moj odgovor je ni prepričal. Ponudila mi je nekaj člankov na temo digitalne odvisnosti, po tem pa me je začelo vse skupaj še bolj zanimati. Spoznala sem, da nenadzorovana uporaba telefona lahko privede do resne zasvojenosti. Zanimalo me je, kako uporabljajo mobilni telefon višješolci naše šole (OŠ Gustava Šiliha Velenje). Ob koncu šolskega leta 2018/19 sem izvedla anketo o uporabi telefona ter nagovorila učence, da si na svoje telefone namestijo aplikacijo, ki beleži uporabo njihovega telefona. Na začetku šolskega leta 2019/20 so prenesli podatke iz aplikacij, ki so si jih namestili ter izpolnili še eno anketo. Z rezultati anket in podatki iz aplikacije sem ugotovila, da se učenci ne zavedajo lastne uporabe telefona. Rezultati so pokazali, da uporabljajo telefone dlje časa kot mislijo in tudi za druge namene, kot so sprva nameravali. Dobra četrtina anketirancev uporablja telefon vsaj tri ure na dan, od tega večino časa za zabavo in ne učenje. Ob tem ugotavljam, da si sami ne znamo postaviti mej, pač pa za to potrebujemo v prvi vrsti pomoč staršev. Brez omejitev uporabe pametnih telefonov pa smo na dobri poti k zasvojenosti, ko nam bodo lahko pomagali le še strokovnjaki.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

8 SUMMARY

I decided on a research work because I wanted to have a phone myself, and my mother kept asking me why I need it. None of my answers convinced her. She offered me some articles on the topic of digital addiction, and after that, I became more interested. I realized that the uncontrolled use of the phone can lead to serious addiction. I was interested in how the mobile phone is used by the older students of our school (Gustav Šiliha Velenje Primary School). At the end of the 2018/19 school year, I conducted a telephone use survey and persuaded students to install an application that notes their phone usage on their phones. At the beginning of the 2019/20 school year, they downloaded data from applications they had installed and completed another survey. With the results of surveys and application data, I found that students were not aware of their own use of the phone. The results show that they have been using phones for longer than they think and for other purposes than originally intended. More than a quarter of respondents use the phone at least three hours a day, most of it for fun and non-learning. At the same time, I note that we do not know how to set boundaries to ourselves, but in the first place we need the help of our parents. Without the limitations of using smartphones, we are on our way to addiction, when only professionals can help us.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

9 ZAHVALA

Iskreno bi se rada zahvalila mentorju Damijanu Vodušku za pomoč, podporo, svetovanje in potrpežljivost z mano pri izdelavi raziskovalne naloge.

Zahvalila bi se mag. Renati Škodnik za lektoriranje naloge.

Zahvalila bi se tudi učiteljici Andreji Majcen Mrkonjič za pomoč pri angleških prevodih.

Zahvala gre tudi vsem sodelujočim učencem v anketi, da so si vzeli čas za reševanje in bili pripravljeni prenesti aplikacijo.

Zahvaljujem se tudi mami, ki mi je ves čas nudila pomoč in me podpirala pri izvedbi te raziskovalne naloge ter mi dala tudi kakšno res dobro idejo.

Hvala tudi vsem ostalim, ki ste mi pri izdelavi raziskovalne naloge kakorkoli pomagali.

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

10 VIRI IN LITERATURA

1. Pametni telefoni:

<http://pametni-telefoni.splet.arnes.si/2015/12/25/splosno-o-telefonih/>

ogledano 19.12.2019

2. Kakšno nevarnost nam prinašajo mobilniki:

<https://novice.svet24.si/clanek/zanimivosti/5e1dafec970bc/koliko-nevarnosti-nam-prinasajo-nasi-mobilniki/>

ogledano 15.1.2020

3. Alter, A.: Sužnji zaslona, Mladinska knjiga 2019

4. Privlačnost digitalnih naprav:

<https://siol.net/trendi/odnosi/digitalna-zasvojenost-ko-svojega-zivljenja-ne-mores-vec-nadzorovati-461813>

ogledano 17. 1. 2020

5. Omejitve uporabe mobilnih telefonov:

<https://siol.net/siol-plus/kolumne/je-treba-otrokom-omejiti-uporabo-prenosnega-telefona-437609>

ogledano 19. 1. 2020

6. Zakonske omejitve Youtube:

<https://support.google.com/youtube/answer/2802167?hl=sl>

ogledano 22. 1. 2020

7. Zakonske omejitve Instagram:

<https://safe.si/novice/facebook-in-instagram-postajata-strojja-uporabniki-mlajsimi-od-13-let>

ogledano 22. 1. 2020

8. Zakonske omejitve Facebook:

<https://www.bibaleze.si/najstniki/pozor-priljubljena-aplikacija-bo-zvisala-najnižjo-starostno-omejitev-whatsapp-facebook.html>

ogledano 23. 1. 2020

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

9. Sprememba zakonodaje:

<https://www.racunalniske-novice.com/novice/dogodki-in-obvestila/mlajsi-od-16-let-bodo-za-uporabo-interneta-morali-pridobiti-dovoljenje-starsev.html>

ogledano 25. 1. 2020

10. Tik Tok:

<https://www.varniinternet.si/blog/170-je-tiktok-varna-aplikacija>

ogledano 24. 1. 2020

11. Zasvojenost z mobilnimi telefoni:

<https://siol.net/trendi/odnosi/zasvojenost-s-pametnimi-telefoni-narasca-ste-odvisni-tudi-vi-video-512693>

ogledano 26. 1. 2020

12. Ambulanta za zdravljenje nekemičnih odvisnosti:

<https://www.regionalobala.si/novica/ambulanta-za-zdravljenje-nekemicnih-odvisnosti-se-dusi-polovica-pacientov-mladoletnih-morajo-jih-zav>

ogledano 29. 1. 2020

13. Miha Kramli:

<https://siol.net/trendi/odnosi/zasvojenost-s-pametnimi-telefoni-narasca-ste-odvisni-tudi-vi-video-512693>

ogledano 30. 1. 2020

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

VIRI SLIK:

Slika 1: Prikaz razvoja telefona,

https://sites.google.com/site/telefonlic/_/rsrc/1460441518794/home/povezava-in-razvoj-telefona/razvoj-telefona/muski-magazin-mobilni-telefoni%20%286%29.jpg

Slika 2: Steve Jobs predstavi iPhone,

https://cnet2.cbsstatic.com/img/Hu_qwKTYjkSOtZnG_MiajE-lrRY=/1092x0/2017/01/09/c959cc84-b021-4568-b07e-198cc64f09cb/steve1.jpg

Slika 3: Mladi kar hlastajo po mobilnih telefonih,

<https://arhiv.mlad.si/wp-content/uploads/2015/12/%C4%8Dlanek.jpg>

Slika 4: Tihi otroci v svojih sobah,

https://ichef.bbci.co.uk/wwfeatures/live/976_549/images/live/p0/7k/16/p07kl6pj.jpg

Slika 5: Socialna omrežja, ki so dosegljiva na vsakem koraku,

<https://images.procon.org/wp-content/uploads/sites/29/social-networking-wide.jpg>

Slika 6: Prekomerna uporaba nas napravi zasvojene,

https://img.rtvsl.si/_up/upload/2016/12/01/65363410_woman-1733891_1280_fp-xl.jpg

Slika 7: dr. Miha Kramli, vodja ambulante za zdravljenje nekemičnih odvisnosti,

<https://cdn.kme.si/public/images-cache/1110xX/2015/09/07/ac692018ace602d54ac7d5d67b9a5b59/55ed5bd458059/ac692018ace602d54ac7d5d67b9a5b59.jpeg>

Slika 8: Ikona programa Quality time,

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zerodesktop.appdetox.qualitytime&hl=nl>

PRILOGA 1

Uporaba mobilnikov 3. triade na OŠ GŠ VELENJE

Prosimo, če si vzamete nekaj minut in s klikom na naslednjo stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Q1 - SPOL

- MOŠKI
 ŽENSKI

Q1_2 - V ŠOLSKEM LETU 2019/2020 BOM OBISKOVAL/A

7. RAZRED
 8. RAZRED
 9. RAZRED

Q1_3 - ALI IMAŠ MOBILNI TELEFON?

- Imam mobilni telefon.
 Nimam mobilnega telefona, a si ga želim.
 Nimam ga, ker menim, da ga ne potrebujem.

IF (12) Q1_3 = [1, 2]

Q1_4 - KDO TE NAVDUŠIL ZA UPORABO MOBILNEGA TELEFONA?

- Starši.
 Sam sem izrazil željo.

IF (1) Q1_4 = [2]

Q1_5 - ZAKAJ MENIŠ, DA POTREBUJEŠ MOBILNI TELEFON? (ŠE PREDEN SI GA DOBIL)

Možnih je več odgovorov

- Za klicanje in komuniciranje s starši.
 Ker ga imajo ostali.
 Ker ga lahko uporabljam za različna aplikacije (fotoaparati, kalkulator...)
 Ker lahko uporabljam socialna omrežja.
 Ker lahko z njim igram igre.
 Ker lahko z njim brskam po internetu.
 Ker lahko poslušam glasbo / gledam filme.
 Drugo:

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

IF (2) Q1_3 = [1]

IF (13) Q1_3 = [1]

Q2 - KOLIKO STE BILI STARI, KO STE DOBILI MOBILNI TELEFON

- Pred prihodom v osnovno šolo
- V 1. triadi OŠ
- v 2. triadi OŠ
- V 3. triadi OŠ

IF (3) Q1_3 = [1]

Q3 - OPERACIJSKI SISTEM NA MOBILNEM TELEFONU

- Starejši mobilni telefon
- Pametni telefon, OS Android
- Pametni telefon, IOS (Apple)
- Drugo:

IF (4) Q1_3 = [1]

Q4 - OCENITE KOLIKO ČASA DNEVNO UPORABLJATE TELEFON.

- DO 1 URE
- OD 1 DO 2 URI
- OD 2 DO 3 URE
- OD 3 DO 4 URE
- 4 URE ALI VEČ

IF (5) Q1_3 = [1]

Q5 - KAKO POGOSTO UPORABLJATE TELEFON?

- VSAK DAN
- SKORAJ VSAK DAN
- DVAKRAT DO ŠTIRIKRAT TEDENSKO
- ENKRAT TEDENSKO ALI REDKEJE

IF (6) Q1_3 = [1]

Q6 - KDAJ UPORABLJATE TELEFON?

- VEČ ČEZ TEDEN, MANJ PREKO VIKENDA
- VEČ PREKO VIKENDA, MANJ ČEZ TEDEN
- PRIBLIŽNO ENAKO

IF (7) Q1_3 = [1]

Q7 - V KATEREM DELU DNEVA OCENJUJETE, DA NAJVEČ UPORABLJATE TELEFON?

- PRED ŠOLO
- PO ŠOLI (DO 18:00)
- ZVEČER (OD 18:00)
- VEDNO PRIBLIŽNO ENAKO

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

IF (8) Q1_3 = [1]

Q8 - ZA KAJ PO VAŠEM NMENJU NAMENITE NAJVEČ ČASA NA TELEFONU?

	NIKOLI	SKORAJ NIKOLI	OBČASNO	POGOSTO
OGLED, POSLUŠANJE VIDEO POSNETKOV, GLASBE	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
IGRANJE IGER	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SOCIALNA OMREŽJA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
BRSKANJE PO INTERNETU	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
KLICANJE/POŠILJANJE SMS	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
UPORABNE APLIKACIJE	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

IF (9) Q1_3 = [1]

Q9 - ALI VAM STARŠI OMEJUJEJO ČAS UPORBE TELEFONA?

- DA
 NE

IF (10) Q9 = [1]

Q10 - OZNAČITE ČAS, KI PRIKAZUJE VAŠO OMEJITEV UPORABE TELEFONA

- DO 30 MIN
 DO 60 MIN
 DO 90 MIN
 DO 120 MIN
 DO 240 MIN

IF (11) Q1_3 = [1]

Q11 - KJE HRANITE SVOJ MOBILNI TELEFON, KO GA NE UPORABLJATE

	GA IMAM OB SEBI	POSPRAVLJEN V BLIŽINI	POSPRAVLJEN V DRUGEM PROSTORU
MED POUKOM	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ČEZ DAN	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
PONOČI MED SPANJEM	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

PRILOGA 2

Uporaba mobilnikov 3. triade na OŠ GŠ VELENJE

Prosimo, če si vzamete nekaj minut in s klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Q1 - SPOL

- MOŠKI
 ŽENSKI

Q1_2 - V ŠOLSLEM LETU 2019/2020 OBISKUJEM

7. RAZRED
 8. RAZRED
 9. RAZRED

Q1_3 - ALI IMAŠ MOBILNI TELEFON?

- Imam mobilni telefon.
 Nimam mobilnega telefona, a si ga želim.
 Nimam ga, ker menim, da ga ne potrebujem.

IF (1) Q1_3 = [1, 2]**Q1_4 - KDO TE JE NAVDUŠIL ZA UPORABO MOBILNEGA TELEFONA?**

- Starši.
 Sam sem izrazil željo.

IF (2) Q1_4 = [2]**Q1_5 - ZAKAJ SI MENIL, DA POTREBUJEŠ MOBILNI TELEFON IN ZAKAJ GA UPORABLJAŠ**

Možnih je več odgovorov

	JUNJA SEM MENIL	SEPTEMBRA SE JE IZKAZALO
Za klicanje (POGOVOR) in komuniciranje (SMS)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker ga imajo ostali.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker ga lahko uporabljam za različna aplikacije (fotoaparati, kalkulator...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker lahko uporabljam socialna omrežja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker lahko z njim igram igre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker lahko z njim brskam po internetu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ker lahko poslušam glasbo / gledam filme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

IF (3) Q1_3 = [1]

IF (4) Q1_3 = [1]

Q2 - KDAJ SI DOBIL MOBILNI TELEFON?

- Pred prihodom v osnovno šolo
 V 1. triadi OŠ
 v 2. triadi OŠ
 V 3. triadi OŠ

IF (6) Q1_3 = [1]

Q4 - KOLIKO SI OCENIL MESECA JUNIJA, DA DNEVNO UPORABLJAŠ TELEFON IN KOLIKO SI SEPTEMBRA IZMERIL?

Možnih je več odgovorov

	OCENA JUNIJ	UPORABA SEPTEMBER
DO 1 URE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
OD 1 DO 2 URI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
OD 2 DO 3 URE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
OD 3 DO 4 URE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 URE ALI VEČ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

IF (7) Q1_3 = [1]

Q5 - 1. KAKO SIOCENIL JUNIJA POGOSTOST UPORABE TELEFONA IN KAKO POGOSTO GA UPORABLJAŠ?

Možnih je več odgovorov

	JUNIJA SEM OCENIL	SEPTEMBRA SEM IZMERIL
VSAK DAN	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SKORAJ VSAK DAN	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DVAKRAT DO ŠTIRIKRAT TEDENSKO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ENKRAT TEDENSKO ALI REDKEJE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

IF (9) Q1_3 = [1]

Q7 - V KATEREM DELU DNEVA NAJVEČ UPORABLJAŠ TELEFON?

- PRED ŠOLO
 PO ŠOLI (DO 18:00)
 ZVEČER (OD 18:00)
 VEDNO PRIBLIŽNO ENAKO

Raziskovalna naloga Osnovna šola Gustava Šiliha Velenje, 2019/20

IF (10) Q1_3 = [1]

Q8 - KAKO POGOSTOIN ZA KAJ SI NAMENIL NAJVEČ ČASA TELEFONU

	NIKOLI	SKORAJ NIKOLI	OBČASNO	POGOSTO
OGLED, POSLUŠANJE VIDEO POSNETKOV, GLASBE	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
IGRANJE IGER	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SOCIALNA OMREŽJA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
BRSKANJE PO INTERNETU	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
KLICANJE/POŠILJANJE SMS	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
UPORABNE APLIKACIJE	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

IF (11) Q1_3 = [1]

Q9 - ALI VAM STARŠI OMEJUJEJO ČAS UPORBE TELEFONA?

- DA
 NE

IF (12) Q9 = [1]

Q10 - OZNAČITE ČAS, KI PRIKAZUJE VAŠO OMEJITEV UPORABE TELEFONA

- DO 30 MIN
 DO 60 MIN
 DO 90 MIN
 DO 120 MIN
 DO 240 MIN

IF (13) Q1_3 = [1]

Q11 - KJE HRANITE SVOJ MOBILNI TELEFON, KO GA NE UPORABLJATE

	GA IMAM OB SEBI	POSPRAVLJEN V BLIŽINI	POSPRAVLJEN V DRUGEM PROSTORU
MED POUKOM	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ČEZ DAN	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
PONOČI MED SPANJEM	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>