



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE  
POLICIJA

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

Štefanova ulica 2, 1501 Ljubljana

T: 01 428 40 00

F: 01 428 47 33

E: [gp.policija@policija.si](mailto:gp.policija@policija.si)

[www.policija.si](http://www.policija.si)

Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport  
Masarykova 16  
1000 Ljubljana  
e-pošta: [gp.mizs@gov.si](mailto:gp.mizs@gov.si)

Številka: 231-243/2017/1 (2213-01)

Datum:

**Zadeva: Tvegano vedenje otrok in mladostnikov (internetne igre, ki spodbujajo samopoškodovalno vedenje), strokovna izhodišča za osnovne in srednje šole – obveščamo**

Spoštovani,

Na Policiji in Nacionalnem inštitutu za javno zdravje smo zaznali pojav internetnih iger, ki otroke in mladostnike spodbujajo k samopoškodovalnemu vedenju. Ocenili smo, da je potreben multidisciplinaren pristop pri obravnavi takšnih primerov in pripravi strokovnih izhodišč za ustrezno odzivanje, da ne bi dosegli nasprotnega učinka od zelenega.

V prilogi vam pošiljamo strokovna izhodišča, pojasnila in informacije, kako ravnati ob zaznavi takšnih primerov v šolskem okolju in ob stikih s starši, bodisi s preventivnega bodisi kurativnega vidika.

Predlagamo vam, da pripravljena strokovna izhodišča v okviru vaših pristojnosti posredujete vsem osnovnim in srednjim šolam po Sloveniji, po potrebi pa tudi drugim institucijam, ki delujejo na področju vzgoje in izobraževanja.

Verjamemo, da se lahko s skupnimi močmi učinkovito in strokovno odzivamo na takšne pojave.

S spoštovanjem,

Marjan Fank  
generalni direktor policije  
glavni policijski svetnik



prim. prof. dr. Ivan Eržen  
direktor Nacionalnega inštituta za javno zdravje

Priloga: 1

Poslano:

1. Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Masarykova 16, 1000 Ljubljana (e-pošta, [gp.mizs@gov.si](mailto:gp.mizs@gov.si)),
2. Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana (e-pošta, [pr@nijz.si](mailto:pr@nijz.si))



## **STROKOVNA IZHODIŠČA ZA OSNOVNE IN SREDNJE ŠOLE – TVEGANO VEDENJE OTROK IN MLADOSTNIKOV (INTERNETNE IGRE, KI SPODBUJAJO SAMOPOŠKODOVALNO VEDENJE)**

Spoštovani,

na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje in Generalni policijski upravi smo v zadnjem času v medijih opazili več različnih novic v povezavi s pojavom »internetnih iger« (internetnih trendov), ki imajo lahko negativen vpliv na otroke in mladostnike, predvsem na tiste med njimi, ki so bolj ranljivi. Igre, na katere se nanaša naše sporočilo, pri otrocih in mladostnikih spodbujajo nasilno vedenje, samopoškodovalno vedenje in v skrajnem primeru tudi samomor. Izpostavljamo, da je v povezavi s tovrstnimi igrami potrebna izredna previdnost pri širšem poročanju oziroma medijskem izpostavljanju novic. S tem namreč lahko dosežemo ravno nasproten učinek: torej zburjanje zanimanja za te igre in učinek posnemanja, česar pa ne želimo. Ker je vaša vloga pri vplivanju na otroke in mlade zelo pomembna, vas želimo dodatno informirati in vam ponuditi predloge možnih konkretnih ukrepov.

Smernice so namenjene za strokovno delo v šolstvu ter drugih strokovnih krogih, ki se neposredno srečujejo s predstavljen tematiko. Hkrati s tem vas **prosimo tudi za sodelovanje in pomoč pri posredovanju ustreznih informacij staršem.**

Mediji so že poročali o »samomorilni igri«, ki je vplivala oziroma povzročila porast samomorov med otroci in mladostniki, sprva so o tem poročali samo v Rusiji, kasneje pa tudi po drugih državah Evrope (npr. v Belgiji, Nemčiji, Veliki Britaniji, na Hrvaškem, Srbiji in drugod). Igra je znana pod različnim imeni, največkrat pa se uporablja ime »Modri kit«, tudi »Sinji kit« (angl. Blue Whale Game or Challenge). Igralci, ki se vključijo v igro, 50 dni dobivajo različna navodila od administratorja igre, ki jih morajo vsak dan izpolnjevati in tudi posneti. Navodila so različna – od tega, da se morajo prepirati z bližnjimi, vstajati ob zgodnji nočni uri, gledati grozljivke, do samopoškodovalnega vedenja. Končna naloga igre zapoveduje, da si mora igralec na 50. dan vzeti življenje. Igralci, ki želijo od igre odnehati, so deležni groženj, da jih bodo izsledili in poškodovali njih ali člane njihove družine. Poleg tega se igralce spodbuja, da igro razširjajo preko socialnih omrežij in druge (po)vabijo k sodelovanju.

Po zadnjih informacijah je igra »Modri kit« kot tudi druge podobne igre, ki spodbujajo in nagovarjajo k samopoškodovanju (npr. Cutting Challenge), zdaj prisotna in poznana med otroci in mladostniki tudi v Sloveniji. Ker so informacije o igri/izzivih v medijih izpostavljene in se razširjajo tudi preko socialnih omrežij, obstaja nevarnost, da bi se ranljivi mladostniki (tisti s slabšo samopodobo, nesprejeti v družbo, osamljeni, ponižani, odrinjeni, prizadeti ...) omenjenim igram (ali drugim podobnim izzivom) lahko pridružili. Zato vas prosimo, da ste bolj pozorni na te možnosti in da o tem obvestite tudi starše. Zelo pomemben vidik je, da vemo, kaj otroci in mladostniki počnejo na internetu in kakšna je varna uporaba spleta (časovno omejena, nameščeni požarni zid in antivirusni programi, pogovor o neprimernem obnašanju na spletu, neprimernih vsebinah itd.) in da se ohranja zaupanje med otroci in starši.

**O tem je dostopnih veliko informacij in nasvetov na spletnih straneh:**

- [www.safe.si](http://www.safe.si),
- <http://www.policija.si/> (Preventivni nasveti)
- <https://www.varninainternetu.si/>

Pomembno je, da se starši, učitelji in skrbniki z otroki in mladostniki pogovarjamo o tem, kaj je varna uporaba interneta in da ni dopustno kakršno koli nadlegovanje, trpinčenje ali nagovarjanje k nasilnim dejanjem. Pogovorimo se tudi o različnih igrah, ki lahko predstavljajo nevarnost. Kako k temu pristopiti? Otroke in mladostnike, ki so slišali za igro, ali so se nevarnim izzivom celo že pridružili ali pa poznajo koga, je treba spodbuditi, da o tem spregovorijo.

Pripravili smo nekaj **izhodišč za pogovor** o tej vsebini, ki jih dodajamo v Prilogi 1.

V primeru, da izkazujejo samopoškodovalno vedenje (pogosto je to lahko na mestih, ki niso takoj vidna) ali izražajo samopoškodovalne/samomorilne namene, je nujna takojšnja intervencija. V tem primeru se je treba nemudoma obrniti na starše, otrokovega/mladostnikovega zdravnika ali na katerega od **virov pomoči**, ki so navedeni v Prilogi 2.

V kolikor otrok ali mladostnik staršem ali učiteljem zaupa, da je sam ali kdo od njegovih vrstnikov vključen v igro, ki spodbuja samopoškodovalno vedenje, je treba o tem obvestiti tudi policijo, saj gre v primeru nagovarjanja k samopoškodbam oziroma k samomoru ali pomoči pri tem za kaznivo dejanje, za kar je zagrožena tudi zaporna kazen.

Prosimo vas, da naše sporočilo po svojih zmožnostih in na primeren način (raz)širite med starši otrok, ki obiskujejo vašo šolo ter tudi med otroci in mladostniki.

Uporabite lahko **predlog sporočila**, ki smo ga pripravili v Prilogi 3. Naš namen je, da odreagiramo na primeren način, če otroci/mladostniki takšne stvari poznajo, in preprečimo razširitev nevarnih iger med slovenskimi otroki in mladostniki ter s tem morebitne negativne posledice.

V kolikor imate v zvezi s tem kakšna dodatna vprašanja, vam predlagamo, da se obrnete na institucije, ki so navedene v prilogi.

## **Priloga 1**

### **Izhodišča za pogovor o neprimernih internetnih igrah, ki spodbujajo samopoškodovalno vedenje:**

- Preden začnete pogovor z otrokom ali mladostnikom o samopoškodovalnih igrah, si zagotovite dovolj časa za izvedbo pogovora in primeren prostor. Imejte v mislih, da gre za pogovor in ne zasliševanje. Omogočite varno, sproščeno, neobsojajoče in zaupljivo vzdušje. Izogibajte se temu, da bi govorili samo vi. Spodbujajte h govorjenju, poslušajte, kaj imajo za povedati, prisluhnite njihovim občutjem, skrbem in izkušnjam.
- Pokažite, da razumete njihove skrbi. Ne omalovažujte njihovih občutkov, ne obsojajte jih, ne kritizirajte, saj boste s tem izgubili njihovo zaupanje, poleg tega pa boste pri njih zbudili odpor do nadaljnjega pogovora.
- Otrokom in mladostnikom je potrebno sporočiti, naj se postavijo po robu pritiskom vrstnikom in ne sodelujejo pri aktivnostih, ki jih strašijo oziroma se ob njih počutijo neprijetno.
- Potrebno je poudariti, da lahko sprejemajo svoje odločitve in rečejo »ne« aktivnostim, ki so nevarne ali se ob njih počutijo neprijetno. Pomagajte jim, da bodo dobili potrebne veščine, da se zoperstavijo vrstniškimi ali drugim pritiskom. Zagotovilo, da bodo še vedno sprejeti in ljubljani, tudi če ne bodo sledili pritiskom oziroma zapovedanim vrstniškim normam, bo zmanjšalo verjetnost, da bi se vključili v aktivnosti oziroma internetne igre, ki bi za njih lahko predstavljale nevarnost ali neprijetnost.
- Zagotovite jim, da ste jim vedno na voljo, če vam bodo želeli razkriti kakršne koli skrbi in občutke.
- Otrokom in mladostnikom je potrebno povedati, da so nekatere igre in izzivi takšni, da od sodelujočega zahtevajo popolno molčečnost oziroma da so sodelujoči deležni groženj, v kolikor bodo odnehali ali komu povedali. Otroku in mladostniku je potrebno dati jasno sporočilo, da takšne informacije ne sme zadržati zase.
- Otroci in mladostniki morata dobiti sporočilo, da je pomoč na voljo, da odrasli lahko in morajo pomagati.
- Informacije o internetnih igrah oziroma izzivih, ki spodbujajo samopoškodovanje, naj torej nemudoma sporočijo odraslemu (učitelju, staršu, šolskemu svetovalnemu delavcu, zaupni oziroma podporni osebi ...). Potrebno jim je povedati, da informiranje odraslih (če gre npr. za informacije o tem, da je prijatelj vpleten v samopoškodovalno igro ali izziv) ni znak tega, da bi bili slabi prijatelji. Nasprotno. S tem izkazujejo skrb do drugega in to predstaviti kot vrednoto, kot odgovorno dejanje.
- Mladostnike je potrebno opremiti z viri pomoči, ki jih lahko uporabijo zase ali na njih napotijo prijatelja. Šolski svetovalni delavci so strokovnjaki, ki so usposobljeni za pomoč drugim in so večji v iskanju dodatne pomoči, če je to potrebno.
- Prejete informacije strokovno osebje ne sme zadržati zase (npr. z obljubo, da je to njuna skrivnost), ker se s tem zaprejo možnosti za pomoč, podporo in učinkovito ukrepanje.

## **Priloga 2**

### **Viri pomoči:**

Najbolj dostopen vir strokovne pomoči je **šolski svetovalni delavec**. Če ta ni na voljo, je pomoč dostopna tudi pri **osebnem zdravniku, zdravniku šolske medicine ali pediatru**. Slednji po potrebi predpišejo zdravljenje, napotijo k specialistu ali na druge oblike pomoči. Kadar je stiska zelo huda in nobeden od zgornjih strokovnjakov ni dosegljiv, je pomoč na voljo tudi pri:

- dežurnemu zdravniku,
- najbližji splošni ali psihiatrični bolnišnici,
- reševalni službi (112).

**V primeru neposredne življenjske ogroženosti, obvestite Policijo na telefonsko številko 113!**

**Za informacije o ustreznih oblikah pomoči ali za podporo in pogovor se oseba v stiski lahko obrne tudi na TELEFONE ZA POMOČ V STISKI:**

- Klic v duševni stiski 01 520 99 00 (vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj)
- Zaupna telefona Samarijan in Sopotnik 116 123 (24 ur na dan, vsak dan)
- Društvo SOS telefon za ženske in otroke žrtve nasilja 080 11 55 (pon–pet med 12. in 22. uro; sob, ned, prazniki med 18. in 22. uro)
- TOM telefon za otroke in mladostnike 116 111 (vsak dan med 12. in 20. uro)

**Podpora, komunikacija in podatki o ustreznih oblikah pomoči se na voljo tudi na spletnih portalih:**

- zdravstveni portal s svetovalnimi forumi za odrasle: [www.med.over.net](http://www.med.over.net)
- spletna svetovalnica za mlade: [www.tosemjaz.net](http://www.tosemjaz.net)
- spletna postaja za razumevanje samomora: [www.zivziv.si](http://www.zivziv.si)
- Center za varnejši internet: <https://safe.si/>
- Center za pomoč pri prekomerni rabi interneta: <http://www.logout.si/>
- Policija: <http://www.policija.si/> (preventivni nasveti)

**Pomoč je brez napotnice in brez čakalnih dob na voljo tudi v kateri izmed svetovalnic v mreži psiholoških svetovalnic:**

- Svetovalnice v Ljubljani, Kranju, Postojni, Murski Soboti, Novi Gorici, Slovenj Gradcu, Sevnici in Kopru; naročanje na telefonsko številko 031 704 707 vsak delovni dan ali po e-pošti [info@posvet.org](mailto:info@posvet.org)
- Svetovalnici v Celju in Laškem; naročanje po telefonu 031 778 772 ali e-pošti [svetovalnica@nijz.si](mailto:svetovalnica@nijz.si)

**Pomoč je na voljo tudi v svetovalnih centrih za otroke in mladostnike:**

- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana, naročanje po telefonu 01 583 75 00 ali e-pošti [info@scoms-lj.si](mailto:info@scoms-lj.si)
- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Koper, naročanje po telefonu 031 388 591 ali e-pošti [svetovalni.center.kp1@siol.net](mailto:svetovalni.center.kp1@siol.net)
- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Maribor, naročanje po telefonu 040 832 105, ali 02 234 97 00 ali e-pošti: [svetovani.center-mb@guest.arnes.si](mailto:svetovani.center-mb@guest.arnes.si)

### **Priloga 3 - Predlog sporočila, ki ga lahko šola odpošlje staršem**

#### **Z otrokom se pogovorite o nevarnih internetnih igrah**

Od Nacionalnega inštituta za javno zdravje in Generalne policijske postaje smo prejeli obvestilo o pojavu internetnih iger, ki spodbujajo samopoškodovalno vedenje pri otrocih in mladostnikih. Po zadnjih informacijah je ena od tovrstnih iger »Modri kit«, tudi »Sinji kit« (ang. Blue Whale Game or Challenge) prisotna že tudi v Sloveniji. Igralci, ki se vključijo v igro, dobivajo od administratorja igre 50 dni različna navodila in jih morajo izpolnjevati (od tega, da morajo vstajati sredi noči, gledati grozljivke, se samopoškodovati, končno navodilo igralcu pa je, da naj si vzame življenje). O domnevnih posledicah igre so že poročali najprej v Rusiji, kasneje tudi v drugih državah Evrope (npr. v Belgiji, Nemčiji, Veliki Britaniji, na Hrvaškem, Srbiji in drugod).

**Zelo pomembno je, da kot starši vemo, kaj otrok ali mladostnik dejansko počne na internetu (poleg jasnih družinskih pravil o času, dovoljenem za rabo računalnika, telefona in televizije). Nujno je, da o teh temah doma spregovorimo.** Skupaj z otrokom lahko preberemo in premislimo tudi napotke za varno uporabo spleta – priporočamo vam ogled spletne strani [www.safe.si](http://www.safe.si).

Otroku ali mladostniku v pogovoru sporočimo predvsem naslednje:

- Določene igre na spletu so nevarne in treba se jim je izogniti: odločno naj zavrnejo vse aktivnosti, ki jih lahko kakor koli ogrožajo ali se ob njih počutijo neprijetno.
- informacije o nevarnih internetnih igrah mora vedno nemudoma sporočiti odraslemu (učitelju, staršu, šolskemu svetovalnemu delavcu ...). Nekatere spletne igre od sodelujočega zahtevajo molčečnost oziroma so sodelujoči deležni groženj, če bi odnehali ali komu povedali. Otroku je potrebno dati jasno vedeti, da takšne informacije ne sme zadržati zase.
- Kadar je v nevarno igro vpleten otrokov prijatelj ali vrstnik, mora prav tako povedati doma ali v šoli (naj razume, da to ni znak, da bi bil slab prijatelj, temveč ravno nasprotno: če se obrne po pomoč k odraslemu in pove, da je prijatelj v težavah, izkazuje skrb za drugega in ravna odgovorno).
- Otroka spodbudimo, da se ne bo slepo in proti svoji volji podredil pritiskom vrstnikov, če bi ga ti vabili v nevarne igre (pridobivanje novih igralcev, vabljenje, je običajno po socialnih omrežjih).
- Kakršno koli nadlegovanje, trpinčenje ali nagovarjanje k nasilnim dejanjem ni dopustno; nagovarjanje k samopoškodbam ali k samomoru je kaznivo.
- Kot starši otroku zagotovimo, da smo jim vedno na voljo, če bi nam želeli razkriti kakršne koli skrbi ali nelagodne občutke.
- Razširjanje nevarnih iger moramo preprečiti (motivirajmo otroka, da sodelujemo vsi skupaj – on sam, njegovi vrstniki, prijatelji, družine, učitelji, šole ...).

Otroka povabimo v razmišljanje z različnimi vprašanji: *Kakšno je njegovo mnenje? Kakšne izkušnje na spletu pozna pri svojih vrstnikih? Kako bi ravnal, če bi ga v nevarno igro povabil najboljši prijatelj ... ? Kako bi ravnal, če bi vedel, da sošolec sodeluje v igri, ki nagovarja k samopoškodovanju?* Spodbujajmo otrokovo kritično presojo in samozavest pri odločanju ter presojanju o tem, kaj je zanj dobro in varno, kaj je prav in kaj narobe. Pogovor z otrokom izpeljemo tako, da zagotovimo varno, neobsojajoče in zaupljivo vzdušje. Naša stališča glede nevarnih iger pa naj bodo jasna.

Če ugotovimo, da je otrok že vpleten v katero od nevarnih iger, ki spodbujajo samopoškodovanje ali poškodovanje drugih, preverimo, kaj se dogaja z otrokom. Če se samopoškoduje, nujno poiščimo strokovno pomoč.

## **Viri pomoči:**

Najbolj dostopen vir strokovne pomoči je **šolski svetovalni delavec**. Če ta ni na voljo, je pomoč dostopna tudi pri **osebнем zdravniku, zdravniku šolske medicine ali pediatru**. Kadar je stiska zelo huda in nobeden od zgornjih strokovnjakov ni dosegljiv, je pomoč na voljo tudi pri

- dežurnemu zdravniku,
- najbližji splošni ali psihiatrični bolnišnici,
- reševalni službi (112).

**V primeru neposredne življenjske ogroženosti, obvestite Policijo na telefonsko številko 113!**

**Za informacije o ustreznih oblikah pomoči ali za podporo in pogovor se oseba v stiski lahko obrne tudi na TELEFONE ZA POMOČ V STISKI:**

- Klic v duševni stiski 01 520 99 00 (vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj)
- Zaupna telefona Samarijan in Sopotnik 116 123 (24 ur na dan, vsak dan)
- Društvo SOS telefon za ženske in otroke žrtve nasilja 080 11 55 (pon–pet med 12. in 22. uro; sob, ned, prazniki med 18. in 22. uro)
- TOM telefon za otroke in mladostnike 116 111 (vsak dan med 12. in 20. uro)

**Podpora, komunikacija in podatki o ustreznih oblikah pomoči se na voljo tudi na spletnih portalih:**

- zdravstveni portal s svetovalnimi forumi za odrasle: [www.med.over.net](http://www.med.over.net)
- spletna svetovalnica za mlade: [www.tosemjaz.net](http://www.tosemjaz.net)
- spletna postaja za razumevanje samomora: [www.zivziv.si](http://www.zivziv.si)
- center za varnejši internet: <https://safe.si/>
- Center za pomoč pri prekomerni rabi interneta: <http://www.logout.si/>
- Policija (preventivni nasveti): <http://www.policija.si/> (Preventiva)

**Pomoč je brez napotnice in brez čakalnih dob na voljo tudi v kateri izmed svetovalnic v mreži psiholoških svetovalnic:**

- Svetovalnice v Ljubljani, Kranju, Postojni, Murski Soboti, Novi Gorici, Slovenj Gradcu, Sevnici in Kopru; naročanje na telefonsko številko 031 704 707 vsak delovni dan ali po e-pošti
- Svetovalnici v Celju in Laškem; naročanje po telefonu 031 778 772 ali e-pošti [svetovalnica@nijz.si](mailto:svetovalnica@nijz.si)

**Pomoč je na voljo tudi v svetovalnih centrih za otroke in mladostnike:**

- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana, naročanje po telefonu 01 583 75 00 ali e-pošti [info@scoms-lj.si](mailto:info@scoms-lj.si)
- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Koper, naročanje po telefonu 031 388 591 ali e-pošti [svetovalni.center.kp1@siol.net](mailto:svetovalni.center.kp1@siol.net)
- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Maribor, naročanje po telefonu 040 832 105, ali 02 234 97 00 ali e-pošti: [svetovani.center-mb@guest.arnes.si](mailto:svetovani.center-mb@guest.arnes.si)