



MEDUSA

**Priročnik za mladinske
delavce_ke o spletnem nasilju
na podlagi spola**



Co-funded by
the European Union

Informacije o projektnem rezultatu

Številka pogodbe	KA220-YOU-000099917
Akronim projekta	MEDUSA
Naslov projekta	Opolnomočenje mladih in mladinskih delavcev za prepoznavo in informirano odzivanje na spletno nasilje s preseganjem spolnih stereotipov
Trajanje projekta	1. 4. 2023-30. 9. 2025
Delovni paket	4: Opolnomočenje mladih in usposabljanje mladinskih delavcev na področju spletnega nasilja v povezavi z vidikom spola
Rezultat	Priručnik za mladinske delavce_ke o spletnem nasilju na podlagi spola
Status	Končna verzija
Partner odgovoren za rezultat	Zavod Mladinska mreža MaMa
Nivo diseminacije	Javno

Koordinator projekta

Organizacija	IPES Maribor
Email	info@ipes-si.org
Naslov	Glavni trg 17, 2000 Maribor, Slovenia

Seznam avtorjev

Poglavje	Ime	Organizacija
3. Mentorske tehnike za mladinske delavce_ke	Nežka Agnes Vodeb	Zavod Mladinska mreža MaMa
4.2 Uporaba digitalnih orodij, 4.3 Prilagoditev aktivnosti, 5. Integracija z MOOC Modulom	Alenka Drobnjak	Zavod Mladinska mreža MaMa
2. Razumevanje spletnega nasilja na podlagi spola	Zala Primorac	IPES Maribor
4. Praktične aktivnosti	Nina Popović	Mreža mladih Hrvatske
Strokovni pregled vsebin	Matic Munc	

Vsebina

Priročnik za mladinske delavce_ke o spletnem nasilju na podlagi spola	1
Informacije o projektnem rezultatu.....	2
Koordinator projekta	2
Seznam avtorjev.....	3
Vsebina	4
1. Uvod	6
1.1 O projektu	6
1.2 Namen in cilji priročnika.....	7
1.3 Kako uporabljati priročnik	7
2. Razumevanje spletnega nasilja na podlagi spola	9
2.1 Definicije in oblike spletnega nasilja	10
2.2 Vpliv spolnih stereotipov in norm.....	17
2.3 Ranljive skupine mladih	20
2.4 Pravni okvir in zaščita.....	23
3. Mentorske tehnike za mladinske delavce_ke	25
3.1 Vloga mladinskih delavcev_k: Kako lahko mladinski_e delavci_ke prepoznajo, da so mladi žrtve spletnega nasilja?.....	25
3.2 Komunikacijske spretnosti: Tehnike za učinkovito komuniciranje z mladimi o občutljivih temah.....	27
3.3 Ustvarjanje varnega prostora: Kako zagotoviti varno in vključujoče okolje za razpravo o izkušnjah spletnega nasilja na podlagi spola	30
3.4 Podpora žrtvam: Pristopi k podpori mladim, ki so doživeli spletno nasilje na podlagi spola.....	33
4. Praktične aktivnosti	36
4.1 Delavnice	36
4.1.1 Delavnica 1: Uvod v spletno nasilje na podlagi spola.....	36
4.1.2 Delavnica 2: Kibernetška varnost in zasebnost.....	46
4.1.3 Delavnica 3: Kaj storiti kot žrtev spletnega nasilja na podlagi spola?.....	52
4.1.4 Delavnica 4: Prijava spletnega nasilja na podlagi spola	56
4.1.5 Delavnica 5: Medsebojna podpora žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola ..	61

4.1.6 Delavnica 6: Pravila (spletnih) zmenkov	66
4.2 Uporaba digitalnih orodij.....	71
4.3 Prilagoditev aktivnosti	72
5. Integracija z MOOC Modulom	75
5.1 Struktura MOOC Modula.....	75
5.2 Povezava med priročnikom in MOOC Modulom	76
h 5.3 Samoevalvacija in nadaljnje učenje	77
6. Priloge 6.1 Nacionalna zakonodaja, mehanizmi poročanja in organizacije, ki nudijo podporo žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola	78
6.2 Osnovna pravila	80
Sporazum o sodelovanju na delavnici	80
6.3 Test pred in po aktivnosti	81
6.4 Delavnica 6: Predloga za analizo SWOT	88
6.3 Seznam virov in referenc.....	89

1. Uvod

1.1 O projektu

MEDUSA - Opolnomočenje mladih in mladinskih delavcev_k za prepoznavo in informirano odzivanje na spletno nasilje s preseganjem spolnih stereotipov s svojimi dejavnostmi prispeva h gradnji in izvajanju celostnega pristopa k prepoznavanju, preprečevanju in ozaveščenemu odzivanju na spletno nasilje in nadlegovanje na podlagi spola med mladimi. Načelo enakosti spolov je temelj MEDUSA projekta, ki si prizadeva za spodbujanje vključenosti in raznolikosti med mladimi in mladinskimi delavci_kami prek različnih dejavnosti ozaveščanja, izobraževanja in drugih preventivnih ukrepov, obenem pa krepi tudi mednarodno ozaveščenost o problematiki spletnega nasilja. V presečišču teh prioritet je nastala projektna ideja, ki na eni strani omogoča dolgoročno spremembo vedenja in razmišljanja mladih, na drugi strani pa mladinskim delavcem_kam takoj ponuja priporočila za učinkovito ukrepanje na področju prepoznavanja in preprečevanja spletnega nasilja in nadlegovanja na podlagi spola. Vključenost in raznolikost sta v projekt vključeni na najširši možni način, saj lahko le varno življenje (tudi v virtualnem prostoru), ki ni omejeno z obstoječo neenako porazdelitvijo moči med spoloma, omogoči tako moškim kot ženskam enako demokratično izkušnjo.

Glavni cilji projekta MEDUSA so:

- i. razvoj inovativnih in prilagojenih vsebin za mlade in mladinske delavce_ke za njihovo opolnomočenje z znanjem in veščinami za ozaveščeno odzivanje na spletno nasilje na podlagi spola,
- ii. izobraževanje in ozaveščanje mladih za prepoznavanje in preprečevanje spletnega nasilja na podlagi spola,
- iii. izobraževanje in ozaveščanje mladinskih delavcev_k za okrepljen odziv za žrtve spletnega nasilja,
- iv. ozaveščanje širše javnosti o povezavi med spletnim nasiljem in spolnim vidikom,
- v. prispevati k učinkovitejšemu in bolj celovitemu obravnavanju problematike spletnega nasilja na podlagi spola na nacionalni in evropski ravni,
- vi. omogočiti izmenjavo in prenos dobrih praks med partnerskimi državami.

1.2 Namen in cilji priročnika

Namen tega priročnika je podpreti mladinske delavce_ke pri prepoznavanju, razumevanju in učinkovitem odzivanju na spletno nasilje na podlagi spola. Zasnovan je kot praktično in dostopno orodje za mladinske delavce_ke – bodisi za samostojno učenje, kot dopolnilo [spletnemu modulu Medusa MOOC](#) ali kot podpora pri izvedbi usposabljanj za mladinske delavce_ke.

Priročnik združuje teoretično-konceptualne okvire in izkustveno znanje, s čimer zagotavlja celostni in na praksi temelječ pristop. Njegov glavni cilj je krepitev kompetenc mladinskih delavcev_k z opremljanjem s potrebnimi orodji, tehnikami in vpogledi za obravnavo te pereče problematike pri delu z mladimi.

Za dosego tega cilja je priročnik strukturiran v tri osrednje sklope:

1. **Pregled spletnega nasilja na podlagi spola:**

Ta del vključuje ključne definicije, preučuje različne oblike spletnega nasilja in analizira vpliv spolnih stereotipov ter norm, ki takšno nasilje podpirajo in ohranjajo.

2. **Mentorske tehnike za mladinske delavce_ke:**

V tem sklopu so predstavljene praktične usmeritve za vključevanje tako vrstnikov kot mladih v smiselne pogovore in podporo. Vključuje komunikacijske strategije, ustvarjanje varnega in vključujočega prostora ter odzivanje na občutljive situacije z empatijo in ustreznimi veščinami.

3. **Izbor aktivnosti:**

Priročnik ponuja primere iz prakse in izobraževalne dejavnosti. Ti viri podpirajo izvajanje usposabljanj in delavnic za ozaveščanje mladih – tako v živo kot na spletu.

Skozi te vsebinske sklope želi priročnik mladinske delavce_ke ne le opolnomočiti za učinkovito ukrepanje ob pojavu spletnega nasilja na podlagi spola, temveč tudi za spodbujanje preventivnih in izobraževalnih pristopov, ki krepijo spoštovanje, enakost in varnost v digitalnem okolju.

1.3 Kako uporabljati priročnik

Ta priročnik je zasnovan kot praktično in prilagodljivo orodje za podporo mladinskim delavcem_kam pri obravnavi spletnega nasilja na podlagi spola med mladimi. Uporablja se lahko v različnih izobraževalnih in strokovnih kontekstih, vključno s strukturiranimi usposabljanji, samostojnim učenjem ter v kombinaciji s spletno izobraževalno platformo MEDUSA (MOOC). Vsebine omogočajo uporabnikom, da se z gradivom povežejo na način, ki najbolj ustreza njihovim potrebam, izkušnjam in delovnemu okolju.

Mladinski_e delavci_ke lahko priročnik uporabijo za pripravo delavnic, kampanj za ozaveščanje ali poglobljenih izobraževalnih programov. Gradivo v poglavjih 3 in 4 ponuja navodila, pripravljene aktivnosti in prilagodljiva orodja za:

- izvedbo participativnih srečanj o splet-nem nasilju na podlagi spola,
- podporo skupinskim razpravam o digitalni varnosti in spolnih normah,
- krepitev kompetenc mladinskih delavcev_k z vajami za razvoj praktičnih veščin (npr. komunikacijske tehnike, ustvarjanje varnega prostora).

Mladinski_e delavci_ke, izobraževalci_ke in prostovoljci_ke lahko priročnik uporabljajo tudi kot vir za samostojno učenje, s katerim poglobijo svoje razumevanje spletnega nasilja in okrepijo svojo sposobnost učinkovitega odzivanja. V tem kontekstu so uporabniki_ce povabljeni_e, da:

- preberejo tematska poglavja (npr. poglavje 2 o oblikah in učinkih spletnega nasilja) za pridobitev osnovnega znanja,
- raziskujejo in preizkušajo praktične dejavnosti iz poglavja 4 ter jih vključujejo v svoje delo.

Priročnik dopolnjuje spletni tečaj MEDUSA MOOC, ki nudi interaktivno digitalno učno izkušnjo. Skupaj MOOC in priročnik tvorita celovit izobraževalni paket. Medtem ko MOOC vključuje kvize in interaktivne vsebine, priročnik ponuja:

- gradiva, ki jih je mogoče natisniti in uporabljati brez povezave,
- dodatno branje in teoretično ozadje,
- orodja za izvajanje delavnic in aktivnosti v resničnem okolju.

Mladinski_e delavci_ke lahko MOOC uporabijo za prvo seznanitev s ključnimi temami, nato pa se vrnejo k priročniku za poglobljeno raziskovanje, načrtovanje in praktično uporabo.

Ta priročnik ni mišljen kot enkratno branje, temveč kot vir, h kateremu se lahko mladinski_e delavci_ke vedno znova vračajo pri svojem delu. Naj bo to ob razkritju spletnega nasilja, pri načrtovanju delavnice ali pri razmisleku o svojem pristopu k spolno občutljivemu delu – priročnik ponuja strukturirana, zanesljiva in vključujoča navodila.

2. Razumevanje spletnega nasilja na podlagi spola

Spletno nasilje na podlagi spola ni nov pojav, vendar sta se njegov doseg in vpliv v zadnjih letih drastično povečala, nesorazmerno prizadete pa so predvsem ženske in dekleta. Razumevanje spletnega nasilja na podlagi spola v nenehno razvijajočem se digitalnem okolju zahteva več kot le seznam škodljivih vedenj; vključuje tudi prepoznavanje, kako se tradicionalne spolne vloge in stereotipi reproducirajo na spletu, kako se prepletajoče oblike diskriminacije (kot so rasizem, homofobija ali abilizem) oblikujejo izkušnje mladih z nasiljem ter kako se tehnologija uporablja tako kot orodje za opolnomočenje kot tudi kot orožje za nadzor (Lomba idr., 2021). Prav tako pomeni zavedanje izzivov, s katerimi se soočajo mladi pri tem, ko o nasilju spregovorijo, pri iskanju podpore in doseganju pravice, še posebej kadar pravni okviri ali pravila platform ne nudijo zadostne zaščite. Zato je cilj naslednjega poglavja prispevati k zapolnitvi te vrzeli z jasnim in niansiranim razumevanjem tega, kaj spletno nasilje na podlagi spola je, kako se kaže in koga najbolj prizadene (Sala-Torrent & Ianas-Lladó, 2021; Georgieva, 2024).

Poglavje je razdeljeno na tri podpoglavja. Prvo opisuje definicije in oblike spletnega nasilja na podlagi spola ter ponuja temeljno razumevanje različnih vrst zlorab, ki se lahko pojavijo v digitalnem okolju, vključno s spolnim nasiljem in nasiljem v intimnih partnerskih odnosih, ki je posredovano preko tehnologije. Drugo raziskuje vlogo spolnih stereotipov in družbenih norm pri oblikovanju dinamike spletnega nasilja na podlagi spola, pri čemer poudarja, kako ta kulturna pričakovanja normalizirajo in opravičujejo škodljivo vedenje. Zadnje podpoglavje se osredotoča na ranljive skupine, zlasti LGBTQI+ mlade, mlade druge barve kože ter mlade z invalidnostjo, katerih izkušnje so pogosto oblikovane s prepletajočimi se oblikami zatiranja in sistemske izključenosti. Navsezadnje to poglavje ni namenjeno le opisu problema. Namenjeno je poglobitvi razumevanja tistih, ki delajo z mladimi, da bodo znali prepoznati znake, spodbujati odprt dialog in podpirati mlade pri varnem, samozavestnem in dostojanstvenem krmarjenju po digitalnem prostoru.

2.1 Definicije in oblike spletnega nasilja

Čeprav ne obstaja enotna, splošno sprejeta definicija spletnega nasilja, se mednarodne organizacije in raziskovalci večinoma strinjajo glede njegovih ključnih značilnosti. Po podatkih UNICEF-a (n.d.) spletno nasilje (pogosto imenovano tudi spletno ustrahovanje oziroma »cyberbullying«) zajema vedenja, povezana z ustrahovanjem, ki se izvajajo preko digitalnih tehnologij. To vključuje namerno in ponavljajoče povzročanje škode z uporabo orodij, kot so mobilni telefoni, družbena omrežja, aplikacije za sporočanje in spletna igralna okolja. Takšna dejanja so pogosto namenjena zastraševanju, poniževanju, jezi ali sramotenju izbrane osebe ali skupine. Mihaljevič in Tukara Komljenovič (2018) dodatno poudarjata, da digitalne tehnologije storilcem dajejo občutek anonimnosti in moči, kar omogoča, da se nasilje hitro razširi med številne gledalce_ke, pri tem pa ima za žrtve lahko izjemno hude psihološke in družbene posledice. V svojem bistvu je spletno nasilje zloraba, ki se izvaja z digitalnimi sredstvi. Pogosto ne gre za enkratni dogodek, temveč za dolgotrajno kampanjo agresije, ki jo omogoča vztrajnost in viralnost spletnih medijev.

Tisto, kar spletno nasilje ločuje od nasilja v fizičnem svetu, ni zgolj medij, preko katerega se izvaja, temveč njegov obseg, vztrajnost in psihološka intenzivnost. Obstaja več značilnosti, zaradi katerih je tovrstno nasilje še posebej škodljivo in težko obvladljivo, predvsem za otroke in mlade:

Dostopnost in izpostavljenost:

Za razliko od nasilja v fizičnem svetu spletno nasilje nima časovnih ali prostorskih omejitev. Lahko se dogaja 24 ur na dan, 7 dni v tednu, in vdre v prostore, ki so bili nekoč varni – tudi v domove in spalnice. Žaljiva sporočila lahko prispejo kadarkoli, škodljiva vsebina (fotografije, govornice, grožnje) pa ostane na spletu dostopna in zlahka razširljiva za nedoločen čas. Žrtve se z nasilno vsebino pogosto srečujejo večkrat – s ponovnim branjem sporočil, novih komentarjev ali obvestil, da so vsebino videli ali delili drugi. Psihološki vpliv se zato ne kopiči zgolj zaradi ponavljanja, temveč tudi zaradi javne vidnosti in neskončnega dosega digitalnih platform (UNFPA, n.d.).

Anonimnost in identiteta storilca:

Pri nasilju med vrstniki v fizičnem svetu je storilca običajno mogoče prepoznati, saj gre za osebne, časovno omejene interakcije. Nasprotno pa spletno okolje storilcem omogoča, da svojo identiteto zakrijejo z anonimnimi profili ali psevdonimi. Ta anonimnost uporabnikom daje lažen občutek nepremagljivosti in nekaznovanosti (Kim idr., 2023). Prav

tako otežuje žrtvi, da bi razumela, kdo stoji za napadom, in da bi poiskala pomoč ali pravno zaščito. Čeprav žrtve pogosto slutijo ali celo vedo, kdo jih napada – zlasti pri vrstniškem nasilju – anonimnost dodaja plast psihološkega stresa in nemoči. Za digitalnim zaslonom se lahko vsakdo spremeni v napadalca – ne glede na fizično moč, družbeni status ali bližino. Sošolec_ka, znanec_ka ali popoln_a neznanec_ka lahko povzroči resno škodo, ne da bi bil_a fizično prisoten_a. Storilci pa lahko tudi zlahka vključijo druge, ki se pridružijo nasilju, kar še povečuje njegovo razsežnost in navidezno legitimnost (Smith idr., 2020).

Pomanjkanje družbenih povratnih informacij in empatije:

Spletna interakcija odvzame številne človeške znake, ki običajno uravnavajo socialno vedenje – kot so ton glasu, mimika obraza ali govorica telesa. Brez teh čustvenih in kontekstualnih signalov storilci pogosto podcenjujejo ali popolnoma prezrejo škodo, ki jo povzročajo. Zaslon ustvarja distanco med storilcem in žrtvijo, kar zmanjšuje empatijo in storilcu olajša, da okrutnost racionalizira ali zmanjša njen pomen (Holdsworth, 2024).

Posledice spletnega nasilja so zelo obsežne in so lahko enako hude (v nekaterih primerih pa celo bolj dolgotrajne) kot posledice nasilja v fizičnem svetu. Žrtve pogosto doživljajo resno psihološko stisko, vključno z anksioznostjo, depresijo, paničnimi napadi, nizko samopodobo in samomorilnimi mislimi. Nenehna prisotnost digitalne zlorabe in zavedanje, da se lahko škodljiva vsebina kadarkoli znova pojavi, ustvarja kroničen občutek strahu, ranljivosti in nemoči (EIGE, 2022). Še posebej pri mladih, katerih identiteta in odnosi so močno oblikovani z njihovo prisotnostjo na spletu, lahko vpliv takšnega nasilja zajame vsa področja njihovega življenja – od duševnega zdravja in šolskega uspeha do socialne vključenosti in osebnega razvoja. Javna in trajna vidnost spletnega nasilja lahko še poglobi občutke sramu in ponižanja, hkrati pa pogosto pomanjkanje odgovornosti storilcev vodi do tega, da se žrtve počutijo osamljene in brez podpore. Tako kot pri nasilju v fizičnem svetu je tudi namen in učinek spletnega nasilja – nadzorovati, utišati in podrediti; a s pomočjo digitalnih tehnologij je obseg, hitrost in doseg škode lahko bistveno večji (Dennehy idr., 2020; UNFPA, n.d.). Priznavanje resnosti te oblike nasilja je ključno, da je ne banaliziramo ali obravnavamo kot manj pomembno od fizičnega nasilja.

Pomembna in vse bolj prepoznana razsežnost tega pojava je spletno nasilje na podlagi spola – poimenovano tudi kot spletno nasilje nad ženskami in dekleti, spolno pogojeno spletno nasilje ali nasilje na podlagi spola, posredovano s tehnologijo. To vključuje različna škodljiva vedenja, usmerjena proti posameznikom – predvsem dekletom in ženskam – zaradi njihovega spola, zaznane spolne identitete ali neskladnosti s pričakovanimi družbenimi vlogami. Spletno nasilje na podlagi spola odraža in nadaljuje iste vzorce moči, nadzora in podrejanja, kot jih najdemo pri nasilju na podlagi spola v

fizičnem svetu. Ne gre za izoliran ali zgolj digitalni pojav, temveč za tehnološko posredovano nadaljevanje sistemske neenakosti med spoloma (EIGE, 2022). Po podatkih Agencije za temeljne pravice EU (FRA, 2017) je približno 1 od 10 žensk, starih 15 let ali več, doživela spletno nadlegovanje, kot je prejemanje nezaželenih in žaljivih spolno eksplicitnih sporočil ali groženj z nasiljem. Vendar pa novejša raziskava Sveta Evrope (2025) kažejo, da je ta številka bistveno višja – kar do 58 % žensk poroča, da so doživele neko obliko spletnega nasilja.

V tem podpoglavju obravnavamo tri glavne kategorije spletnega nasilja na podlagi spola:

- 1) Spletno nasilje na podlagi spola: nasilje, motivirano s sovraštvom na podlagi spola, ki vključuje nadlegovanje, razkritje osebnih podatkov (t. i. *doxxing*) in spletno zalezovanje.
- 2) Spletno spolno nasilje: zloraba spolne narave, ki se izvaja ali omogoča preko digitalnih orodij.
- 3) Spletno nasilje v intimnih partnerskih odnosih: tehnološko podprta oblika nadzora, prisile ali nasilja znotraj intimnega ali romantičnega razmerja.

Spletno nasilje na podlagi spola

Spletno nasilje na podlagi spola zajema dejanja agresije, škode ali prisile, ki se izvajajo z digitalnimi sredstvi, pri katerih so motivacija, način izvajanja ali učinek oblikovani s spolno pogojenimi razmerji moči. Takšna dejanja niso osamljeni dogodki, temveč so vtkana v širše družbene norme in sisteme, ki razvrednotijo, nadzorujejo ali skušajo utišati posameznike na podlagi njihove zaznane spolne identitete ali izraza. Ključno je razumeti, da spletnega nasilja na podlagi spola ne smemo dojemati zgolj kot »zlorabo, ki se dogaja na internetu«. Gre za prenos dolgotrajne diskriminacije na podlagi spola v digitalna okolja. Iste strukture patriarhata, seksizma in spolnega nadzora, ki obstajajo v fizičnih prostorih, se razširjajo tudi v digitalne prostore – pogosto še hitreje, širše in bolj vztrajno. Tehnologija tako postane hkrati orodje in prizorišče za izvajanje tovrstnih škod (Hicks, 2021; EC, n.d.).

Med najpogostejšimi oblikami spletnega nasilja na podlagi spola so ciljno usmerjeno spletno nadlegovanje, vključno z grožnjami s spolnim ali fizičnim nasiljem, dolgotrajne kampanje ustrahovanja ali zalezovanja ter uporaba mizoginih ali homofobnih žaljivk za poniževanje ali izključevanje. Takšni napadi se pogosto sprožijo kot odziv na to, da ženske izražajo politična stališča, vstopajo v močno moško zaznamovana okolja (kot so gaming skupnosti ali tehnološki sektor) ali pa zgolj obstajajo na spletu na viden način. Nadlegovanje lahko sega od na videz nepomembnih pripomb (npr. »pregrda si, da bi bila na spletu«) do zelo organiziranih in vsiljivih napadov (EIGE, 2022). V zadnjih letih so takšni

usklajeni napadi postali pogostejši, storilci pa delujejo usklajeno preko skupinskih klepetov, forumov ali platform, kot sta Discord in Telegram, da bi identificirali in preplavili tarče. Ti napadi lahko vključujejo množično prijavljanje uporabniških računov z namenom, da jih odstranijo, pošiljanje nasilnih sporočil v nabiralnike ali razkrivanje osebnih podatkov, da bi spodbudili dodatno nadlegovanje (Hicks, 2021; UN Women, 2025; Fitoz, 2025).

Med najbolj skrajnimi oblikami spletnega nasilja na podlagi spola so:

- Doxxing: objava zasebnih podatkov tarče (npr. naslov, telefonska številka, šola ali delovno mesto) z namenom nadlegovanja, ustrahovanja ali groženj. Doxxing pogosto vodi v stopnjevanje nasilja in povečuje tveganje za posledice tudi v fizičnem svetu, vključno z zalezovanjem in fizičnim nasiljem.
- Spletno zalezovanje (Cyberstalking): ponavljajoče in vsiljivo spremljanje ali vzpostavljanje stika z nekom preko digitalnih kanalov. To lahko vključuje uporabo GPS sledenja, lažnih profilov ali neprestanega pošiljanja sporočil. S tem se briše meja med spletno in nespletno škodo, pogosto pa gre za način vzbujanja strahu in ponovnega vzpostavljanja nadzora.
- Spolno pogojene dezinformacije: lažne ali manipulirane vsebine, namenjene diskreditaciji žensk ali ženskih javnih osebnosti, zlasti aktivistk, novinark ali političnih kandidatov. To lahko vključuje ponarejanje slik, montažo videoposnetkov ali širjenje zlonamernih govoric s spolno obarvanimi sporočili, ki poskušajo omajati njihovo verodostojnost ali vzbujaati sovraštvo.
- Trolanje kot spolno pogojena agresija: čeprav se trolanje pogosto prikazuje kot neškodljivo provociranje, lahko dobi jasno spolno zaznamovano obliko, zlasti kadar je usmerjeno proti preživelim spolnega nasilja, glasnim feministkam ali ranljivim posameznikom. To vključuje usklajeno zlorabo, preoblečeno v »šale« ali »debato«, katere cilj je, da tarčo psihično ali družbeno izčrpa (prav tam).

Poleg očitnih in pogosto usklajenih napadov spletno nasilje na podlagi spola vključuje tudi bolj prikrite in družbeno normalizirane oblike vedenja, ki se vrtijo okoli nadzora ali nadzorovanja teles in izražanja spolnosti. *Body shaming* (sramotenje telesa), *slut-shaming* (sramotenje zaradi izražene spolnosti) ter komentiranje videza ali oblačil so pogoste oblike vsakodnevnega spletnega nasilja, ki utrjujejo spolne norme in hierarhije. Žrtve so lahko zasmehovane, ker so »predebele« ali »presuhe«, ker nosijo izzivalna oblačila ali preprosto zato, ker objavljajo avtoportrete ali samozavestno izražajo svoje telo. Kar te napade naredi posebej škodljive, je njihova normalizacija – takšni komentarji so pogosto označeni kot mnenje, šala ali celo dobronamerna kritika, kljub temu da imajo jasen namen poniževanja ali razvrednotenja. Zlasti *slut-shaming* je močno orodje družbenega nadzora, saj kaznuje posameznike_ice za izražanje spolnosti, za to, da imajo nadzor nad svojo podobo ali za odklon od pričakovanj glede skromnosti in čistosti.

Čeprav te oblike spletnega nasilja pogosto niso kaznive, je njihova čustvena in psihološka škoda lahko globoka – pri žrtvah vzbujajo občutke sramu, samocenzure in nevrednosti (EIGE, 2020; UN Women, 2025).

Čeprav se spletne platforme razlikujejo po kulturi, občinstvu in namenu, je vzorec spolno pogojenega ciljanja dosleden v vseh prostorih. Družbena omrežja (Instagram, TikTok, X, Facebook), aplikacije za sporočanje (WhatsApp, Snapchat), pretočne platforme (Twitch, YouTube) in celo izobraževalna orodja (Zoom, Google Classroom) so bila prizorišča spolno zaznamovanih oblik nasilja (EIGE, 2024).

Spletno spolno nasilje

Spletno spolno nasilje se nanaša na dejanja spolne narave, ki se izvajajo ali omogočajo prek digitalnih tehnologij, pri čemer je namen ponižanje, izkoriščanje, nadzor ali osramotitev osebe, ki je tarča. Ta dejanja so običajno brez soglasja in pogosto kršijo telesno ali spolno avtonomijo posameznika. Spletno spolno nasilje se lahko pojavi med neznanci ali znanci, znotraj vrstniških omrežij ali kot del romantičnih oziroma intimnih razmerij. Gre tako za samostojen pojav kot tudi del širših vzorcev spletnega nasilja na podlagi spola (EIGE, 2022).

Spletno spolno nasilje moramo razumeti kot del kontinuuma spolnega nasilja – ne gre za neko digitalno anomalijo, temveč za neposredno nadaljevanje spolnega nadlegovanja, zlorabe in napadov iz nespletnega sveta. Kar ga ločuje, je uporaba digitalnih orodij za izvajanje, stopnjevanje ali podaljševanje škode. Ta orodja storilcem omogočajo, da obidejo tradicionalne omejitve prostora in časa ter izvajajo neprekinjeno nasilje, široko širijo škodljive vsebine in pogosto ostanejo nekaznovani – bodisi zaradi anonimnosti bodisi zaradi pomanjkanja regulacije (de Silva de Alwis, 2024).

Spletno spolno nasilje se lahko kaže v številnih oblikah, pri čemer so nekatere težko prepoznavne kot nasilje zaradi normalizacije spolno vsebinske komunikacije med mladimi. Vendar pa ostaja ena lastnost vedno prisotna: odsotnost soglasja – bodisi pri samem dejanju bodisi pri njegovi nadaljnji distribuciji (EIGE, 2022; de Silva de Alwis, 2024). Nekatere najpogostejše oblike spletnega spolnega nasilja vključujejo:

- Deljenje intimnih slik brez soglasja (pogosto imenovano »maščevalna pornografija«): Gre za razpošiljanje golih ali spolno eksplcitnih fotografij ali videoposnetkov osebe brez njenega dovoljenja. Takšne vsebine so lahko bile posnete ob obojestranskem soglasju znotraj zasebnega odnosa, pridobljene z zvijačo, prisilo ali hekanjem. Škoda se poglobi zaradi izgube nadzora nad lastno podobo in možnosti dolgotrajne digitalne sledljivosti.
- Sextortion (spolno izsiljevanje): Oblika izsiljevanja, pri kateri storilec grozi, da bo razkril spolne slike, videoposnetke ali sporočila, če mu žrtev ne zagotovi dodatnih

spolnih vsebin, denarja ali druge oblike podreditve. Takšno izsiljevanje pogosto začne s procesom »groominga« in manipulativnim vzpostavljanjem zaupanja, zlasti pri ranljivih mladih osebah. Posledice so lahko izjemno hude – od tesnobe, sramu do, v najbolj tragičnih primerih, samomora.

- Cyberflashing: Pošiljanje nezaželenih spolno eksplicitnih slik (običajno genitalij) drugi osebi. Čeprav se pogosto zmanjšuje pomen tega dejanja, predstavlja kršitev osebnih meja in je lahko izjemno vznemirjajoče, predvsem za mlajše prejemnike.
- Spolna imitacija ali deepfake posnetki: Ustvarjanje ali širjenje digitalno obdelanih slik ali videov (npr. z uporabo umetne inteligence), ki osebo prikazujejo v spolnem kontekstu brez njenega soglasja. To je vse pogostejša in še posebej zlovešča oblika zlorabe, ki združuje krajo identitete in spolno izkoriščanje.
- Spletni grooming za spolno izkoriščanje: Vzpostavljanje odnosa z mladoletno ali ranljivo osebo preko spleta z namenom, da bi jo storilec manipuliral ali prisilil v spolno dejanje ali ustvarjanje spolne vsebine. Takšen grooming se lahko odvija dalj časa, pogosto se začne s hvalo, pozornostjo ali čustveno podporo in postopoma preide v zahteve po eksplicitnih fotografijah ali videoklicih z erotično vsebino.
- Invazivni spolni komentarji: Nezaželena spolna sporočila ali komentarji, usmerjeni v telo posameznika, njegovo spolno usmerjenost ali zaznano spolno vedenje. Pogosto so označeni kot »samo spogledovanje« ali »neškodljivo draženje«, vendar prispevajo k kulturi, v kateri je spolna agresija normalizirana in redko izzvana.

Spletno spolno nasilje se najlažje razrašča v okoljih, kjer je pojem soglasja slabo razumljen in kjer je spolna vsebina predstavljena kot blago in senzacija (NSRVC, 2022). Mnogi mladi so socializirani v prepričanje, da so določene oblike digitalne spolne agresije nekaj običajnega. Na primer, prejemanje nezaželenih eksplicitnih sporočil se lahko razume kot nadležno, a ne kot nasilje; pritisk, da pošlješ gole fotografije, pa kot normalen del zmenkovanja. V takšnem kontekstu žrtve pogosto sploh ne prepoznajo, da so bile zlorabljene – še posebej, če je storilec vrstnik, romantični partner ali oseba, ki ji zaupajo. To dodatno pogloblja kultura, ki še vedno krivi žrtve za lastno viktimizacijo – sprašuje jih, zakaj so delile intimne vsebine, nosile izzivalna oblačila ali dovolile, da jih kdo fotografira (Van Ouytsel & Dhoest, 2022; Amudhan et al., 2024).

Spletno nasilje v intimnih partnerskih odnosih

Spletno nasilje v intimnem partnerskem odnosu se nanaša na uporabo digitalnih tehnologij znotraj romantičnega ali intimnega razmerja z namenom nadzora, prisile, nadzorovanja, groženj ali povzročanja škode partnerju_ki. Čeprav se partnersko nasilje pogosto povezuje s fizično ali verbalno zlorabo, so digitalne oblike nadzora in manipulacije vse pogostejše – zlasti med mladimi – in so lahko enako škodljive. Spletno nasilje v intimnih razmerjih vključuje vedenja, ki so lahko na površju videti subtilna ali

celo skrbna, vendar so v osnovi zasnovana na moči, prevladi in nadzoru nad partnerjevo avtonomijo, zasebnostjo in družbenim življenjem. Ta digitalna vedenja ne nadomeščajo nasilja v fizičnem svetu, ampak ga pogosto dopolnjujejo ali krepijo (Torp Løkkeberg idr., 2023).

Spletno partnersko nasilje je pogosto »skrito vsem na oči«. Včasih ga romantično prikazujejo sovrstniki_ce ali pa ga žrtve celo internalizirajo, še posebej, ko so določena nadzorstvena vedenja predstavljena kot izrazi ljubezni, ljubosumja ali skrbi (Anderson & Lee, 2017). Nekatere najpogostejše in prepoznavne oblike spletnega nasilja v intimnih razmerjih vključujejo:

- Nadzor in spremljanje: Zahteva po dostopu do partnerjevega_kinega telefona, družbenih omrežij ali zasebnih sporočil pod pretvezo zaupanja ali preglednosti. To lahko vključuje tudi sledenje lokaciji preko aplikacij, kot so Find My Friends, Snapchat ali Life360, spremljanje spletne aktivnosti ali zahtevanje sprotnih poročil o dnevnih dejavnostih.
- Digitalna posesivnost: Nadzor nad partnerjevimi_kinimi digitalnimi interakcijami, npr. zahteva, da izbriše prijatelje določenega spola, prikaz pogovorov s posnetki zaslona ali narekovanje, kaj lahko objavi ali nosi na spletu. To pogosto preraste v čustveno izsiljevanje, kjer je žrtvi vzbujen občutek krivde ob postavljanju meja.
- Grožnje z razkritjem intimnih vsebin: V razmerjih, kjer so bile deljene gole fotografije ali spolna sporočila (z ali brez začetnega soglasja), lahko storilec grozi z njihovo objavo, če žrtev ne uboga. Ta oblika prisile, znana tudi kot spolna zloraba na podlagi slik, služi za ohranjanje nadzora in utišanje žrtve.
- Javno poniževanje ali gaslighting: Uporaba družbenih omrežij za javno sramotenje partnerja_ke, širjenje laži ali spodkopavanje njegove_ne verodostojnosti. To lahko vključuje tudi pošiljanje zasebnih sporočil partnerjevim_kinim prijateljem_icam ali družini z namenom osamitve ali uničenja ugleda. Gaslighting – manipulacija, ki pri osebi povzroči dvom v lastno zaznavo – se lahko izvaja z brisanjem sporočil, lažnimi posnetki zaslona ali izkrivljenimi pripovedmi, ki žrtev prikazujejo kot nestabilno ali neiskreno.
- Nadlegovanje po razhodu: Zloraba se pogosto nadaljuje tudi po koncu razmerja. Storilec lahko žrtev nenehno kliče, ji pošilja sporočila ali jo spremlja na spletu. Lahko se izdaja za žrtev, ustvari lažne profile ali razkrije osebne informacije z namenom sprožiti dodatno nadlegovanje. V nekaterih primerih so tarče tudi novi partnerji žrtve.

Spletno nasilje v intimnih razmerjih je še posebej razširjeno med mladostniki_cami in mladimi odraslimi, ki pogosto prvič v življenju vstopajo v ljubezenske odnose brez jasnih zgledov zdravih mej. Digitalna intimnost – izmenjava sporočil, slik in stalno posodabljanje – se pogosto dojema kot običajen del sodobnega zmenkovanja. Zaradi tega se lahko

nadzor in nadvlada napačno razumeta kot naklonjenost ali predanost. Izjave, kot so »Če bi me res imel_a rad_a, bi mi dal_a geslo« ali »Zakaj mi nisi takoj odgovoril_a?«, so primeri, kako se čustvena prisila lahko neopazno preplete z vsakdanjo digitalno komunikacijo. Poleg tega so družbena omrežja postala ključno okolje za oblikovanje identitete in družbeno potrjevanje mladih. Javna vidnost razmerja je lahko tako vir ponosa kot pritiska. Pričakovanje, da bo posameznik_ca dokazal_a svojo zvestobo ali predanost z javnimi objavami, statusom razmerja ali medsebojnim označevanjem (taganjem), ustvarja okolja, v katerih ljubosumje in posesivnost uspevata – celo postaneta družbeno zaželena. V takšnem kontekstu je meja med digitalno intimnostjo in nasiljem pogosto prestopljena že dolgo, preden žrtev (ali celo storilec) prepozna to vedenje kot nasilno (Hellevik, 2019; Torp Løkkeberg idr., 2023).

2.2 Vpliv spolnih stereotipov in norm

Spletnega nasilja na podlagi spola ni mogoče učinkovito obravnavati brez hkratnega naslavljanja globoko zakoreninjenih spolnih stereotipov, norm in vlog, ki predstavljajo družbeno osnovo za tovrstno nasilje. Ti družbeni konstrukti določajo, kaj naj bi bilo sprejemljivo vedenje, videz in ambicije posameznika_ce glede na njegov_n označeni spol. Čeprav se razlikujejo med kulturami in skupnostmi, dosledno promovirajo binarno predstavo o spolu in uveljavljajo neenake standarde vrednosti, moči in legitimnosti (EIGE, 2022).

SLOVAR POJMOV		
<u>Spolni stereotipi</u>	<u>Spolne norme</u>	<u>Spolne vloge</u>
Poenostavljena in posplošena prepričanja o ljudeh na podlagi njihovega spola. Ti stereotipi so pogosto ponotranjeni že v zgodnjem otroštvu ter utrjujejo diskriminacijo in neenakost v javnem in zasebnem življenju, saj vplivajo na to, kako naj bi se posamezniki_ce obnašali_e. Primer: ženske so bolj čustvene in skrbne, moški pa so naravno bolj agresivni.	Nezapisana družbena pravila, ki izhajajo iz spolnih stereotipov in usmerjajo, kako naj posamezniki_ce izražajo in »izvajajo« svoj spol v določeni družbi. Te norme vplivajo na odnose, vedenje in razmerja moči ter določajo, kaj je za posamezne spole sprejemljivo, zaželeno ali sramotno. Primer: zaradi stereotipa, da so ženske bolj skrbne, norma določa, da naj bi ženske prevzele vlogo negovalk.	Uresničevanje spolnih stereotipov in norm v vsakdanjem življenju. Spolne vloge določajo naloge in vedenje, ki se pričakujejo od posameznic in posameznikov glede na njihov zaznani spol, ter utrjujejo tradicionalno delitev dela, vedenja in družbene odgovornosti. Primer: ženska ostane doma in skrbi za otroke, medtem ko moški hodi v službo.

Od zgodnjega otroštva dalje so posamezniki_ce socializirani_e v spolne vloge prek številnih odprtih in prikritih mehanizmov. Družina, šole, vrstniki, verske ustanove in mediji so vsi dejavniki, ki vplivajo na to, kako se otroci naučijo »uprizarjati« svoj spol.

Fantje so običajno nagrajeni za trdnost, neodvisnost in dominanco, dekleta pa spodbujajo k negovalnosti, skromnosti in ustrežljivosti. Ta pričakovanja so redko jasno izražena, a so globoko vtkana v vsakdanje interakcije in institucionalne prakse – kar pedagogi in sociologi pogosto imenujejo »skriti učni načrt«. Tako so na primer dekleta pogosteje pohvaljena zaradi videza kot zaradi inteligence, fantje pa zaradi odločnosti, medtem ko se jih odvrča od izražanja ranljivosti. Takšni subtilni znaki sporočajo, da spolno zaznamovano vedenje ni stvar izbire, temveč norma, ki ji je treba slediti (EMPATH, 2023).

Z digitalnimi tehnologijami, ki so postale osrednji del družbenega življenja, se spolni stereotipi in norme, ki jih posamezniki ce ponotranjijo v fizičnem svetu, niso le prenesli v spletne prostore, temveč so se tam še preoblikovali in okrepili. Platforme družbenih medijev, aplikacije za sporočanje in strani za deljenje videov delujejo na arhitekturah, zasnovanih tako, da nagrajujejo pozornost, vidnost in konformnost. Te platforme ne obstajajo zunaj kulture, temveč nenehno odražajo in reproducirajo njene prevladujoče vrednote (Iñigo, 2024; UCL, 2024). Algoritmi dajejo prednost vsebinam, ki ustrezajo družbeno sprejetim standardom lepote, humorja in vedenja – kar so vse norme, ki so globoko spolno zaznamovane. Ženskost, ki je nežna, seksualizirana in pokorna, je promovirana, medtem ko so odločne, mnenjske ali nekonvencionalne oblike ženskosti pogosto kaznovane. Po drugi strani je moškost spodbujena v pretiranih oblikah: dominanca, tekmovalnost in nadzor. Na ta način digitalni prostor postane oder, na katerem so spolne »uprizoritve« nenehno opazovane, presoјane in nagraјene, kar na mlade izvaja izjemen pritisk, da se prilagodijo vlogam, ki jih morda sploh niso sami izbrali (Schroeder, 2020; EIGE, 2024).

Ta utrditev tradicionalnih spolnih norm v spletnih prostorih ima neposredne posledice za dinamiko spletnega nasilja na podlagi spola. Dekleta in ženske so nesorazmerno pogosto tarče napadov – pogosto ne zaradi tega, kar povedo ali naredijo, temveč že samo zato, ker so prisotne na spletu. Pričakovanje, da naj bi bila dekleta tiha, pasivna in ustrežljiva, pomeni, da je njihova spletna prisotnost – zlasti kadar izražajo avtonomijo ali spolnost – doјeta kot kršitev družbenih norm. Ta »kršitev« je nato »kaznovana« z različnimi oblikami spletnega nasilja, kot so sramotenje, nadlegovanje, grožnje in posmehovanje (EIGE, 2022; UN Women, 2025). Fantje in mladi moški so redkeje tarča nasilja samo zaradi svoje spletne prisotnosti – kadar pa so, se to običajno zgodi v tekmovalnih ali konfliktnih kontekstih in redkeje v povezavi z njihovim videzom ali osebno vrednostjo. Pri dekletih pa je nasilje pogosto osebno in seksualizirano, s čimer se utrjuje sporočilo, da njihova vrednost temelji na videzu, poslušnosti in tem, kako dobro ostajajo znotraj »sprejemljivih« meja (Chen et al., 2025).

Ponotranjenje spolnih stereotipov in norm vpliva ne le na to, kdo je tarča nasilja, temveč tudi na to, kako žrtve to nasilje doživljajo in razumejo. Raziskave in praksa dosledno

kažejo, da dekleta in fantje na spletno nasilje odzivajo različno, predvsem zato, ker so socializirani v različno razumevanje in izražanje škode. Dekleta, ki so vzgojena v čustveno izražanje, skrb za odnose in odgovornost za ohranjanje družbene harmonije, pogosto ponotranjijo nasilje, ki ga doživijo. Mnoga poročajo o občutkih sramu, samoobtoževanja in nemoči, saj verjamejo, da so si nasilje »same nakopale« – ker so bile »preveč vidne«, »preveč izzivalne« ali »preveč glasne«. Ti občutki niso iracionalni, temveč so posledica vseživljenjskih implicitnih sporočil, da »pridna dekleta« ne pritegujejo pozornosti in da škoda, če do nje pride, pomeni neuspeh pri samozaščiti. Fantje pa so večinoma socializirani tako, da potlačijo čustveno izražanje in ne kažejo ranljivosti. Že od malega jih učijo, da moč pomeni ne pokazati bolečine in da je iskanje pomoči znak šibkosti. Raziskave kažejo, da fantje zaradi naučene čustvene odtujenosti spletno nasilje pogosteje doživljajo kot nepomembno ali celo zabavno. V nekaterih primerih se nanj odzovejo z nasiljem, saj je agresija družbeno sprejemljiv način za ponovno vzpostavitev nadzora, statusa ali čustvene distance (Safe.si, 2024).

Ti spolno zaznamovani odzivi vplivajo tudi na to, kako družba dojema in obravnava žrtve. Dekle, ki razkrije spletno nadlegovanje, lahko pričaka dvom in zasliševanje – kaj je objavila, kaj je nosila, ali je »sama izzvala«. Takšna vprašanja odražajo širša prepričanja, da so dekleta sama odgovorna za upravljanje moške pozornosti in agresije. Fantu pa morda sploh ne bodo verjeli. Če prijavi, da je bil tarča nasilja, ga lahko zasmehujejo, zavrnejo ali mu rečejo, naj »se spravi v red«. Njegova izpostavljenost nasilju je v nasprotju s stereotipom o moški neprepustnosti in prevladi, zato jo družba pogosto ignorira ali interpretira kot znak šibkosti (O'Brien, 2024). V obeh primerih spolne norme utišajo žrtve: dekleta zaradi sramu, fante zaradi strahu pred razvrednotenjem moškosti. Ti vzorci niso naravni, temveč rezultat družbene vzgoje, ki omejuje čustveno izražanje in osebno avtonomijo vseh spolov. Tako nastajajo okolja, v katerih je spletno nasilje na podlagi spola ne le bolj verjetno, temveč tudi pogosteje ostane neizzvano, neprijavljeno in nezdravljeno (Safe.si, 2024).

Izpodbijanje spolnih stereotipov v praksi

Izpodbijanje spolnih stereotipov je stalen proces refleksije in (od)učenja. Stereotipi niso zgolj osebna prepričanja, temveč so oblikovani skozi kulturo, utrjeni z institucijami in ponavljani v vsakodnevnih navadah, jeziku in pričakovanjih. Ker jih pogosto ponotranjimo že v otroštvu, lahko delujejo samodejno in nezavedno – celo pri tistih, ki se zavzemajo za enakost in vključevanje. Za vse, ki delajo z mladimi, je prepoznavanje teh vzorcev ključni del ustvarjanja varnejšega in bolj vključujočega okolja – tako na spletu kot v živo.

Kako začeti? Ena možnost je refleksija o tem, kako se spol kaže v vsakdanjih interakcijah in odločitvah – tudi tistih, ki se zdijo rutinske ali nevtralne. Naslednja vaja vas vabi k opazovanju teh vzorcev:

Vaja za refleksijo: spol v vsakdanji praksi

Izberite en dan v tem tednu (pomembno: dan, ko delate z mladimi) in se zavežite, da boste opazovali, kako spolna pričakovanja oblikujejo vaše okolje. Uporabite spodnje napotke kot tihe miselne opomnike tekom dneva ali jih zapišite naknadno v svoj refleksijski dnevnik:

- Kdo največ govori v skupinskih razpravah? Katera mnenja so potrjena ali pohvaljena – in na kakšen način?
- Kako se odzivate na konflikte ali čustvene izraze – ali pri tem igra vlogo spol osebe?
- So pohvale ali komentarji o videzu, vedenju ali sposobnostih enakomerno razporejeni? Se različne lastnosti spodbujajo ali zavračajo glede na spol?
- Ali se ujamete, da drugače interpretirate samozavest, molk, ranljivost ali humor – glede na spol mlade osebe?
- Ali digitalno vedenje (npr. selfiji, emoji, statusi, način igranja iger) ocenjujete različno glede na to, kdo objavlja?

Po dnevu opazovanja, si vzemite nekaj minut za razmislek:

Kaj vas je presenetilo? Kaj je izzvalo vaša prepričanja ali pričakovanja? Kakšno majhno spremembo bi lahko uvedli, da bi spodbudili bolj enakovreden prostor za vse izraze spolne identitete?

Udejstvovanje v takšni vrsti opazovanja in refleksije ni namenjeno temu, da bi iskali lastne napake, temveč da razvijamo zavedanje. Cilj ni popolnost, temveč namen: ustvarjanje prostora za različne oblike izražanja, potrjevanje raznolikih izkušenj in prepoznavanje nevidnih pravil, ki pogosto ostajajo neizpodbita. Ko si nekdo vzame čas za kritični razmislek o tem, kako se spol kaže v njegovem vedenju in okolju, začne utelešati prav to preobrazbo, ki jo želi spodbuditi tudi pri mladih. In prav iz tega prostora radovednosti, ponižnosti in odprtosti lahko začne rasti resnična sprememba.

2.3 Ranljive skupine mladih

Čeprav spletno nasilje na podlagi spola lahko prizadene vsakogar, ne prizadene vseh enako. Ženske in dekleta so statistično gledano najpogostejše tarče, a se tveganje za nasilje znatno poveča, ko se spol križa z drugimi vidiki identitete, kot so spolna usmerjenost, rasa, vera, etnična pripadnost ali invalidnost. Ti preseki ne določajo le, kdo

bo napaden, temveč tudi *kako* se nasilje izraža, kakšne oblike prevzame, kako so žrtve dojemane in s kakšnimi ovirami se srečujejo pri iskanju podpore (Pandea et al., 2019).

Intersekcionalnost poudarja, da oseba ni nikoli zgolj »ženska«, »temnopolta« ali »queer«, temveč da več razsežnosti identitete hkrati sobiva in deluje v kompleksni prepletenosti. Ne gre le za »dvojno« ali »trojno« diskriminacijo, temveč za *sestavljeno* izkušnjo, ki proizvaja edinstvene oblike škode in izključevanja (Hicks, 2021). Prepoznavanje teh vzorcev ni primerjanje trpljenja, ampak razumevanje, da različni mladi ljudje doživljajo digitalna okolja na zelo različne načine – odvisno od tega, kako so njihove identitete zaznane in obravnavane v širši kulturi (Collins, 2021; Allen, 2022).

Spodaj so opisane nekatere skupine mladih, ki so posebej ranljive za spletno spolno nasilje, z osredotočanjem na to, kako se prekrivajoče oblike diskriminacije izražajo v njihovih specifičnih izkušnjah:

Ženske in dekleta

Ženske in dekleta so v mednarodnih okvirih za človekove pravice, razvoj in zaščito otrok prepoznane kot ranljiva in marginalizirana skupina – ne zato, ker bi bile same po sebi šibkejše, ampak zaradi strukturnih in sistemskih neenakosti, ki vplivajo na skoraj vsa področja njihovega življenja (UN-HABITAT, 2020). Tudi v družbah, kjer pravna enakost spolov formalno obstaja, kulturne in institucionalne norme še vedno omejujejo avtonomijo deklet, jih vrednotijo manj kot fante ter jih izključujejo iz vodstvenih položajev in odločanja (Cookson et al., 2023). Zaradi tega so ženske in dekleta tudi nesorazmerno pogoste tarče v digitalnih okoljih – soočajo se s spletnim nadlegovanjem, seksualiziranimi napadi in sramotenjem. Takšno nasilje utrjuje družbeno sporočilo, da je prisotnost dekleta pogojna in da njena vrednost temelji na skladnosti z omejujočimi spolnimi normami. Na ta način spletno nasilje na podlagi spola ni ločen pojav, temveč še pogloblja širšo marginalizacijo, ki jo dekleta že doživljajo – njihova ranljivost tako postane hkrati *vzrok* in *posledica* sistemske neenakosti (EIGE, 2022).

LGBTIQ+ mladina

LGBTIQ+ mladostniki, zlasti transspolne in nebinarne osebe, se soočajo z nesorazmerno visokimi ravni spletnega nasilja. To vključuje homofobne in transfobne žaljivke, grožnje z razkritjem identitete, namerno napačno spolno označevanje ter popolno zanikanje njihove identitete. Za mnoge LGBTIQ+ mlade so spletni prostori dvorezen meč: lahko predstavljajo življenjsko pomemben vir skupnosti in samoizražanja, a hkrati tudi prizorišče nenehnega nadzora in zlorab (Fisher et al., 2024).

Nasilje, usmerjeno proti LGBTIQ+ mladim, pogosto skuša spodkopati legitimnost njihove identitete in jih potisniti nazaj v nevidnost. Lahko se izraža kot posmehovanje, izbris,

grožnje ali namerno razvrednotenje, s čimer se krepí sporočilo, da je njihov obstoj nenormalen, žaljiv ali nepravilen. Ko se s takimi sporočili srečujejo v adolescenci – ključnem obdobju oblikovanja identitete – lahko to vodi v notranjo stigmo, sram in globoko socialno umikanje. Te izkušnje se pogosto še poslabšajo zaradi pomanjkanja podpore v nespletnih okoljih. LGBTIQ+ mladostniki_ce, ki niso razkriti svojim družinam, skupnosti ali šoli, živijo v stalnem strahu, da bodo »razkriti« brez njihovega soglasja. Zlorabitelji lahko to ranljivost izkoristijo za manipulacijo ali izsiljevanje, grozeč z razkritjem zasebnih informacij, posnetkov zaslona ali sporočil. Tudi kadar nasilje ne doseže te ravni, lahko stalna potreba po samonadzoru, skrivanju ali igranju »sprejemljivejše« identitete močno obremeni čustveno stanje posameznika_ce. Pogost rezultat je učinek utišanja: LGBTIQ+ mladostniki_ce se umaknejo iz spletnih prostorov ali prenehajo z avtentičnim izražanjem – ne zato, ker nimajo glasu, ampak ker so se naučili, da vidnost pomeni kazen (Prokopenko & Hango, 2022; FRA, 2024).

Mladi pripadniki rasnih in etničnih manjšin

Mladostniki_ce, ki so rasializirani – vključno s temnopoltnimi, Romi, avtohtonimi prebivalci_kami, Arabci, Azijci in drugimi barvnimi skupnostmi – lahko doživljajo spletno spolno nasilje, ki je oblikovano tako s spolom kot z raso. To vključuje rasistične žaljivke, sovražni govor, širjenje stereotipov, izključevanje iz digitalnih skupnosti in hiperseksualizacijo (Rajani, 2022; Chowdury et al., 2023). Temnopolta dekleta so pogosto izpostavljena toksični kombinaciji rasizma in seksizma, ki se kaže kot rasializirano spolno nadlegovanje – njihova telesa so eksotizirana, fetišizirana ali razvrednotena na podlagi škodljivih kulturnih stereotipov:

- Temnopolta dekleta so pogosto stereotipno predstavljena kot bolj »zrela« ali »promiskuitetna«, kar vodi v neprimerne spolne komentarje, zlorabe s slikovnim materialom in pomanjkanje sočutja ob napadih.
- Azijska dekleta so pogosto hiperseksualizirana na način, ki združuje mizoginijo in orientalistične fantazije.
- Romska dekleta so pogosto dehumanizirana ali reducirana na karikature (ibid.).

Ti narativi izvirajo iz zgodovine kolonializma, suženjstva in systemskega rasizma ter se reproducirajo v memih, komentarjih in viralnih videih. Posebej škodljivo je, da je tovrstno nasilje pogosto spregledano – normalizacija rasističnih in seksističnih stereotipov v spletni kulturi pomeni, da se zlorabe pogosto opravičujejo kot »šale« ali »svoboda govora«, pri čemer mnogi mladi te vsebine sprejemajo, ne da bi se zavedali njihovega kumulativnega vpliva (Tosaya, 2022).

Mladi z invalidnostmi

Mladi z invalidnostmi – naj bodo te telesne, senzorne, intelektualne ali duševne – so pogosto izključeni iz razprav o spletnem nasilju na podlagi spola, čeprav se soočajo z edinstvenimi in resnimi tveganji. Pogosteje doživljajo socialno izključenost in izolacijo, zaradi česar so bolj odvisni od spletnih prostorov za povezovanje, komunikacijo in vidnost. Žal jih prav ti prostori pogosto izpostavljajo ciljnemu nadlegovanju, zasmehovanju ali manipulaciji (UN Women, 2025).

Spletno nasilje, povezano z ableizmom, se pogosto kaže kot posmehovanje, infantilizacija ali izbris. Invalidna dekleta so lahko dojeta bodisi kot aseksualna bodisi kot brez kapacitete, hkrati pa tudi fetišizirana ali objektivizirana (Malinowska, 2017; UNFPA, 2024). Poleg tega so mladostniki_ce z intelektualnimi ovirami lahko zlahka prevarani_e, prisiljeni_e ali izkoriščeni_e na načine, ki niso očitni drugim. Pogosto nimajo dostopa do digitalnega opismenjevanja, ki bi jim pomagalo prepoznati nasilje ali ga prijaviti. Platforme pa pogosto ne upoštevajo njihovih potreb, kar ustvarja dodatne ovire za zaščito in sodelovanje (ibid.).

Ker se ableizem redko obravnava v osrednjih razpravah o škodi, ki jo lahko povzroči splet, se mladi z invalidnostmi pogosto počutijo nevidne ali izključene iz preventivnih strategij in varnostnih pobud. Njihove potrebe so pogosto prezrte v izobraževalnih okoljih, družbenih kampanjah in platformnih politikah, zato so prepuščeni samostojnemu spopadanju z edinstvenimi ranljivostmi, brez ustrezne podpore. Zagotavljanje njihove vključenosti zahteva ne le boljšo dostopnost, ampak tudi **kulturni premik** v razumevanju invalidnosti: ne kot pomanjkljivosti, temveč kot razsežnost človeške raznolikosti, ki si zasluži prepoznavanje, spoštovanje in zaščito (UNFPA, 2024).

2.4 Pravni okvir in zaščita

Pravno priznanje spletnega nasilja na podlagi spola ostaja omejeno in neenakomerno urejeno med posameznimi jurisdikcijami. V večini držav spletno nasilje na podlagi spola ni opredeljeno kot posebna pravna kategorija, kar predstavlja resne izzive tako za preprečevanje kot za izvrševanje zakonodaje. Čeprav so določene oblike digitalnih zlorab – kot so nadlegovanje, zalezovanje, grožnje in nenadzorovano širjenje intimnih posnetkov – vse pogosteje obravnavane v okviru obstoječih zakonov o spletnih kaznivih dejanjih ali nasilju na podlagi spola, ti pravni okvirji pogosto ne zajemajo posebnih značilnosti in strukturne narave spletnega nasilja na podlagi spola. Zakonodaja običajno obravnava spletno nasilje kot podaljšek tradicionalnih kaznivih dejanj, kot so obrekovanje, zastraševanje ali kršenje zasebnosti, ne da bi pri tem priznala njegove spolne razsežnosti ali nesorazmeren vpliv na ženske, dekleta in marginalizirane skupine. Nekatere države so uvedle ciljno usmerjene ukrepe, zlasti glede spolne zlorabe na podlagi slik (»maščevalna pornografija«) ali spletnega zalezovanja, vendar le malo pravnih sistemov vključuje

eksplicitno perspektivo spola. Ta vrzel odraža širše zadržke do obravnave spletnega nasilja kot sistemskega problema, zakoreninjenega v razmerjih moči in neenakosti, namesto kot niz posameznih dejanj (Mijatović, 2022). Obenem se žrtve spletnega nasilja na podlagi spola pogosto soočajo z velikimi ovirami pri dostopu do pravnega varstva. Te vključujejo pomanjkanje ozaveščenosti o lastnih pravicah, omejeno digitalno pismenost, nekonsistentne odzive policije in slabo usposobljene sodne sisteme (Bansal et al., 2022). Poleg tega številne spletne platforme delujejo čezmejno, medtem ko nacionalne zakonodaje ostajajo razdrobljene, kar otežuje uveljavljanje odgovornosti. Tudi tam, kjer zakonodaja obstaja, so mehanizmi za prijavo pogosto nedostopni, retraumatizirajoči ali neučinkoviti – zlasti za mlade ljudi ali pripadnike_ce marginaliziranih skupin. Glede na te izzive preprečevanje in zaščita zahtevata več kot le pravna orodja; nujen je usklajen odziv, ki vključuje izobraževanje, odgovornost platform in podporne storitve za žrtve (Social Development Direct, 2022).

Seznam relevantne nacionalne in mednarodne zakonodaje, mehanizmov prijave ter organizacij, ki nudijo podporo žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola v Sloveniji je priložen v **prilogi** tega priročnika.

3. Mentorske tehnike za mladinske delavce_ke

3.1 Vloga mladinskih delavcev_k: Kako lahko mladinski_e delavci_ke prepoznajo, da so mladi žrtve spletnega nasilja?

Mladinsko delo je širok pojem, ki zajema raznolike dejavnosti socialne, kulturne, izobraževalne ali politične narave, ki jih izvajajo mladi, z mladimi ali za mlade. Mladinsko delo spada na področje neformalnega izobraževanja oziroma izobraževanja zunaj šolskega sistema, pa tudi med organizirane prostočasne dejavnosti, ki jih vodijo poklicni ali prostovoljni mladinski delavci in mladinski voditelji. Mladinsko delo se organizira na različne načine – preko organizacij, ki jih vodijo mladi, organizacij za mlade, neformalnih skupin ali preko mladinskih služb in javnih oblasti. Izvaja se v različnih oblikah in okoljih, kot na primer: odprti dostop, skupinske dejavnosti, programsko usmerjeno delo, terensko delo in doseganje mladih v njihovih okoljih. Mladinsko delo se udejanja na lokalni, regionalni, nacionalni in evropski ravni. Osredotoča se na osebni in socialni razvoj mladih ter dosega mlade na podlagi njihovih potreb in interesov, hkrati pa upošteva tudi njihovo okolje. Mladi predstavljajo raznoliko in dinamično populacijo, z različnimi resničnostmi, potrebami, zahtevami in pričakovanji. Dejavniki, kot so demografija, osebne zgodbe, raznolikost, prehodi med življenjskimi obdobji in priložnosti, neposredno vplivajo na mlade in jih včasih celo opredeljujejo. - **Svet Evrope, 2013**

V mladinsko delo se vključuje splošna populacija mladih. Gre za mlade z različnimi interesi, potrebami in ozadji. Raziskave na področju spletnega nasilja v Sloveniji pokažejo, da je “kar 54,5 % vprašanih mladih je že doživelo spletno nadlegovanje, pri

čemer so žrtve spletnega nadlegovanja najpogostejše srednješolke (63,9 % je že bilo nadlegovanih), sledijo jim osnovnošolke (55,3 %), srednješolci (54,1 %) ter osnovnošolci (48,6 %)” (Brečko, 2019). Raziskave kažejo tudi na porast in zaostrovanje spletnega nasilja med in po epidemijo korona virusa – “obseg spletnega nasilja med osnovnošolci se je v zadnjih šestih letih [od leta 2018] občutno povečal, med dekleti 18-odstotno in med fanti 12-odstotno” (safe.si, 2024).

Glede na zaskrbljujočo pojavnost spletnega nasilja in spletnega nasilja na podlagi spola med splošno populacijo mladih, lahko sklepamo, da se v mladinsko delo vključujejo tudi mladi, ki so (bili) žrtve spletnega nasilja na podlagi spola. V tem kontekstu so mladinski_e delavci_ke tiste_e, ki imajo z mladim **zgrajen zaupen odnos** in so tako (lahko) eni_e izmed prvih, ki zaznajo, da se z mlado osebo nekaj dogaja. Podobno kot pri ostalih oblikah nasilja, lahko zaznajo spremembo v vedenju, čustvovanju ali mišljenju mladih – npr. mlada prostovoljka, ki enkrat tedensko vodi ustvarjalne delavnice, je v zadnjem mesecu dvakrat brez predhodnega sporočila manjkala, ko pride, je razdražena itd. Pomembno je poudariti, da tukaj ni recepta ali univerzalnega seznama »simptomov«. So nekateri **opozorilni znaki**, a v prvi vrsti je pomembno, da mladinski_a delavec_ka celostno obravnava mlado osebo in posledično zazna potencialne spremembe.

Možni opozorilni znaki mladih, ki so (bili) žrtev spletnega nasilja na podlagi spola:

- Pogostejša uporaba elektronskih naprav;
- Prekomerna čustvenost po uporabi elektronske naprave;
- Izbris računov na družbenih omrežjih in drugih platformah;
- Izogibanje družabnim dogodkom;
- Spremembe v razpoloženju;
- Manko motivacije za obiskovanje šole;
- Težave s spanjem;
- Govorjenje o samopoškodovanju ali vidni znaki samopoškodovanja;
- Izguba interesa za hobije.

Druga možnost je, da mladinskemu_i delavcu_ki mlada oseba pove, da je žrtev spletnega nasilja na podlagi spola. To se zgodi zaradi zaupnega odnosa, ki je se je gradil preko vseh preteklih interakcij. Pričakujemo lahko dva »door opener« trenutka, bolj posrednega – »Neki bi ti povedala, pa ne vem, če lahko, pa obljubi, da ne boš nikomur povedal_a.¹« – in bolj neposrednega – »Model mi je poslal *dick pic*«.

¹ Z besedami “... pa obljubi, da ne boš nikomur povedal_a” se vzpostavi vprašanje zaupnosti, ki ga je nujno nasloviti. Več o zaupnosti pošemo v poglavju “3.3. Creating a safe space”.

Izpostavili smo dva, po našem mnenju, najpogostejša sprožilca, da mladinski_a delavka_ec zazna, da je mlada oseba deležna spletnega nasilja na podlagi spola. Po "razkritju" je pomembno, da mladinski_a delavec_ka (Mreža mladih Hrvatske):

Torej, pomembno je, da se mladinski_a delavec_ka **odzove, naslovi, odpre pogovor, ponudi podporo** itd. Ob zavedanju, da je t.i. "težke teme" včasih težko naslavljati, naj mladinske delavce_ke vodi pogum in iskrenost – bolje vprašati in dobiti odgovor »ne, danes imam samo slab dan«, kot to, da žrtvi spletnega nasilja na podlagi spola ne ponudimo podpore. O tem, kako voditi pogovor in kakšno podporo lahko mladinski_e delavci_ke nudijo žrtvam pišemo v nadaljevanju.

3.2 Komunikacijske spretnosti: Tehnike za učinkovito komuniciranje z mladimi o občutljivih temah

Pri delu z mladimi se mladinski_e delavci_ke poslužujejo specifičnih komunikacijskih tehnik. To ne velja le za delo z mladimi, ki imajo izkušnjo s spletnim nasiljem na podlagi spola, temveč gre za splošne komunikacijske tehnike in orodja, ki jih mladinski_e delavci_ke uporabljajo v svoji praksi dela z mladimi. Kot opredeli Vec (2002) je namen specifičnih komunikacijskih tehnik dvonivojski. Tehnike omogočajo, da mladinski_a delavec_ka poskuša priti do boljšega razumevanja mlade osebe oziroma dane situacije. Prav tako pa omogočajo, da mlada oseba sama bolje uvidi, razume in potencialno spreminja svoje funkcioniranje (čustva, misli, vedenje itd.).

Specifične komunikacijske tehnike, ki so značilne za mladinsko delo so (prav tam): zamenja pozornosti in opogumljajoče pripombe, razjasnjevanje z vprašanji, eksplorativna in odprta vprašanja, zrcaljenje oziroma ponavljanje izjav; parafraziranje, povzemanje. V nadaljevanju izpostavljamo ključne značilnosti posamezne tehnike (po Vec, 2002).

Tehnika in oblike	Cilji in prednosti	Nevarnosti in omejitve	Primeri
Znamenja pozornosti in opogumljajoče pripombe: <i>verbalni in neverbalni znaki pozornosti in pripombe, opogumljajoče pripombe, odpirajoče pripombe (door openers)</i>	+ Grajenje zaupnega odnosa; + Izkazovanje zanimanja za mlado osebo in temo pogovora; + Aktivno spodbujanje mladih k nadaljevanju pogovora.	- Preveč naučeno in tehnicistično; - Preveč vsiljujoče, če se mlada oseba ni pripravljena pogovarjati.	Neverbalno: prikimavanje. Verbalno: "Ja", "Aha", "Mi poveš več?", "Si pripravljena o tem govoriti?", "Hvala, da si mi zaupala"
Razjasnjevanje z vprašanji, eksplorativna in odprta vprašanja: <i>specifična, odprta, elaborativna, poizvedovalna, na rešitev usmerjena vprašanja</i>	+ Odkrivanje pomena sporočil – za mladinskega_ o delavca in mladega; + Osvetljevanje določenih področji.	- Mlada oseba lahko smatra pogovor kot zaslišanje. - Ni hitrega in selektivnega zbiranja informacij pri odprtih vprašanjih.	"Mi lahko poveš kaj več o ...?", "Kako je to izgledalo?", "Kako si se ob tem počutila?", "Kako bi lahko to še opisala?", "Kaj se je zgodilo/dogajalo od zadnjega pogovora?"
Zrcaljenje oziroma ponavljanje izjav: <i>zrcaljene delov ali celote sporočila</i>	+ Usmerjanje pozornosti pogovora na tisto vsebino za katero mladinski_a delavec_ka oceni, da je pomembna.	- Preveč naučeno in tehnicistično; - Lahko povzroči odpor, samopomiljevanje itd.	"Praviš, da ..."
Parafraziranje: <i>zrcaljenje vsebine z lastnimi besedami in preverjanje razumevanja</i>	+ Usmerjanje pozornosti pogovora; + Pomoč pri razumevanju čustev in/ali misli mlade osebe; + Preverjanje lastnega razumevanja.	- Preveč subjektivno parafraziranje in lastne interpretacije.	"Če te prav razumem ...", "Torej misliš, da bi ...?", "Slišati mi je, kot da ..." Pri tem se mladinski_a delavec_ka sprašuje kaj mi mlada oseba sporoča, kaj je bistvo sporočila, kaj so temeljna

			čustva v ozadju itd. in hkrati preveri (!), če gre za pravilno interpretacijo.
Povzemanje <i>sintetiziranje</i> <i>sklopa sporočil</i>	+ Povezovanje navidezno nepovezane vsebine; + Pomoč pri razumevanju čustev in/ali misli mlade osebe; + Preverjanje lastnega razumevanja; + Osredotočenje na bistvo, zoževanje pripovedi; + Zaključevanje vsebine.	- Zožuje prostor razmišljanja in interpretiranja za mlado osebo; - Preusmerjanje pozornosti in razumevanja glede na to, kaj je pomembno mladinskemu_ i delavcu_ki.	“Govorila si ...”, “Tokrat veliko govoriš o ...”, “Ali sem prav razumela dosednji opis, da ...”

Pri prebiranju literature o komunikacijskih tehnikah pogosto naletimo na **aktivno poslušanje**. Tega Vec (prav tam) razume kot skupek več tehnik, predvsem tehnik zrcaljenja in parafraziranja. Poleg tega v različnih priročnikih (npr. Mira, NIJZ, Nisi okej? Povej naprej.) med aktivno poslušanje uvrstijo tudi znamenja pozornosti in opogumljajoče izjave, razjasnjevanje z vprašanji (predvsem tehnika odprtih vprašanj) in povzemanje. Ideja aktivnega poslušanja je razumeti celotni pomen sporočila mlade osebe, prepoznati in se odzvati na njegova_na čustva ter preverjati lastno razumevanje. Pri tem je ključno se osredotočiti na pogovor, umakniti moteče dejavnike (npr. telefon, se umakniti v mirno sobo v mladinskem centru) in situaciji primerno uporabljati zgoraj navedene specifične komunikacijske tehnike.

Poleg omenjenih tehnik je pomembna tehnika tudi **tišina**. Raziskava (Lesar, 2019) uporabe tišine v podporni skupini pokaže, da namenska uporaba tišine v svetovalnem procesu omogoči udeležencem, v našem primeru mladmi čas za refleksijo, tj. ozavešanje, osmišljanje in razumevanje lastnih misli in čustev, omogoča razjasnjevanje in “aha” momente. Avtor izpostavi, da se je v tišini gradil tudi odnos in da se je povečalo zaupanje.

Želimo opozoriti, da zgoraj opisane **tehnike služijo zgolj kot opora**. Prekomerno zatekanje k tehnikam lahko vodi, da je interakcija preveč formalna ali naučena. Zato je ključno, da mladinski_e delavci_ke opazujejo dinamiko in odziv mlade osebe ter temu prilagajajo proces dela. Prav tako je vsaj sprejemljivo, če ne celo zaželeno, da tudi naslovijo samo dinamiko procesa in na tak način postavljajo mlado osebo v center procesa in ji dajejo

moč – “Ali se mi prav dozdeva, da je energija nekoliko padla in zaključiva pogovor za danes?” in podobno.

3.3 Ustvarjanje varnega prostora: Kako zagotoviti varno in vključujoče okolje za razpravo o izkušnjah spletnega nasilja na podlagi spola

V nadaljevanju izpostavljamo ključne elemente, ki jih naj mladinski_e delavci_ke zasledujejo v svojih praksah dela z mladim. Predstavljene smernice so rezultat skupnega znanja, generiranega s strokovnjaki_njami na treh izobraževanjih na temo spletnega nasilja na podlagi spola, ki so bila izvedena med oktobrom 2024 in marcem 2025.

VAREN PROSTOR:

- Ničelna toleranca do nasilja in diskriminacije. V primeru nasilnih in diskriminatornih ravnanj jih mladinski_e delavci_ke naslovijo. Pri tem je ključno, da mladinski delavci_ke zaščitijo žrtev in ji ponudijo potrebno podporo (npr. razbremenilen pogovor).
- Ustvarjanje vključujočega prostora za vse mlade, tudi tiste, ki spadajo med ranljive ciljne skupine (npr. mavrična zastava, ki signalizira, da je LGBTQ+ varen prostor, uporaba [spolno občutljivo rabo jezika](#), uporaba zaimkov v uvodnem krogu in podpisu v mailu, večjezični napisi v prostoru).
- K varnosti pomembno prispevajo jasna pravila in meje. Mladinski_e delavci_ke pravila jasno komunicirajo, soustvarjajo in preizprašujejo z mladim. Pomembno je, da so pravila in meje za vse iste in jih mladinski_e delavci_ke konsistentno zasledujejo – z različnimi mladimi in vse_i mladinski_e delavci_ke v kolektivu.
- Pomembna je refleksija mladinski delavcev_k, da njegov_njen spol vpliva na občutek varnosti pri mladi osebi. Zato je pomembno, da mlado osebo vprašamo, če ji je udobno in varno nadaljevati pogovor, ali bi se raje pogovarjala s sodelavcem_ko.

FIZIČNI PROSTOR:

- Pomembno je pozornost posvetiti tudi fizičnemu aspektu prostora. Če poteka individualen pogovor, naj bo prostor brez motenj – mladinski_a delavec_ka poskrbi, da ga takrat ne motijo sodelavci_ke, se ne odziva na telefon itd. Lahko pogovor poteka v notranjih ali zunanjih prostorih (npr. med sprehodom).

- Postavitev naj ne bo frontalna, ampak naj bo diagonalna ali bočna. Podobno je stalno vzdrževanje očesnega stika večinoma neprimerno in lahko tudi preveč agresivno, ogrožajoče. Diagonalna ali bočna postavitev omogoča, da mladinski_a delavec_ka in mlada oseba gledata v skupno točko.

NAČELO ZAUPNOSTI:

- Iz interakciji med mladimi in mladinskimi delavci_kami, predvsem kadar se naslavlja "težje" oziroma bolj občutljive teme, se odpira vprašanje glede načela zaupnosti. Tega ne gre jemati zlahka. Pomembno je, da so mladinski_e delavci_ke opolnomočeni_e za jasno komunikacijo z mladmi glede načela zaupnosti.
- Mladinski_a delavec_ka se zaveda omejitev načela zaupnosti – to velja za primere, ko mlada oseba ogroža sebe, druge ali gre za storitev kaznivega dejanja, je dolžen_a posredovati informacije pristojnim službam. Lahko ima tudi organizacija v kateri deluje predvideno poročanje v kolektivu (npr. na intervizijah). V obeh primerih je potrebno mlado osebo informirati komu bomo posredovali informacije in s kakšnim namenom.

Mlada oseba lahko reče nekaj v smislu: *»... bi ti povedala, pa ne vem, če lahko, pa obljubi, da ne boš nikomur povedal_a.«*

Opolnomočen_a mladinski_a delavec_a se bo zavedala načela zaupnosti in omejitve le-tega. To pomeni, da bo mladi osebi odgovorila v smislu: *»pogovor med nama je zaupne narave, razen če ogrožaš sebe, druge ali gre za storitev kaznivega dejanja, ko te moram zaščititi ... O tem se lahko tudi pogovoriva, vendar je zame pomembno ...«*

DRŽA IN ODNOS MLADINSKIH DELAVCEV_K DO MLADIH:

- Mladinski_e delavci_ke do mladih gojijo spoštovanje in jih obravnavajo kot sposobne osebe, kot strokovnjake_inje svojega življenja, mladinski_e delavci_ke pa so tisti_e, ki jih podpirajo na njihovi poti.
- Mladinski_e delavci_ke mlade sprejemajo takšne kot so in jih ne obsojajo ali sodijo (neobsojajoča drža!). Vedno znova preizprašujejo in reflektirajo lastne stereotipe in predsodke (npr. "fantje so bolj tehnični, punce bolj kreativne").
- Mladinski_e delavci_ke so avtentični_e, iskreni_e in pristni_e. Pomembno je, da ravnajo skladno s tem, kar govorijo – kar rečejo, to tudi naredijo.
- Mladinski_e delavci_ke so sočutni_e in empatični_e. To ne pomeni, da mlade razumejo – tudi, če so sami doživeli_e podobno, jo lahko mlada oseba popolnoma drugače doživlja, zato se izogibajo besedam kot so »razumem te« in raje uporabljajo »si lahko le predstavljam, kako ti je«.

PARTICIPACIJA MLADIH V PROCESU:

- Mladinsko delo je osrediščeno okoli mlade osebe. To pomeni, da mlada oseba narekuje tempo in način dela ter ima možnost (so)odločanja.
- Načelo prostovoljnosti v mladinskem delu, naj se odrazi tudi v tem, da mladinski_a delavec_ka mlado osebo informira o tem, kaj je namen procesa in kako bo potekal. Prav tako naj preveri, ali se mlada oseba strinja s procesom oziroma preveri, na kakšen način jo lahko podpre – npr. »Kako te lahko podprem?« ali pa »To imamo na mizi, kako naprej?«

SKRIB ZASE:

- Mladinski_e delavci_ke se zavedajo, da so ljudje (in ne superjunaki_inje), se zavedajo lastnih omejitev in tudi tega, da se jih zgodbe mladih oseb lahko dotaknejo na osebni ravni.
- Momentalno (npr. po razkritju primera) si lahko mladinski_e delavci_ke vzamejo nekaj trenutkov, da zberejo misli in se pripravijo za nadaljevanje procesa.
- Dolgoročno se mladinski_e delavci zavedajo pomena skrbi zase, skrbi za lastno psihohigieno in razbremenitev. Pri naslavljanju težjih primerov je to izredno pomembno in predstavlja pomembno preventivo proti izgorelosti strokovnega kadra.
- Pomembno je, da je za psihohigieno in razbremenitev poskrbljeno na tako organizacijski ravni in ni zgolj prepuščeno vsakemu_i posamezniku_ci.

Mehanizmi na organizacijski ravni :	Mehanizmi na individualni ravni:
- Povezanost in klima v timu, kjer si lahko sodelavci_ke (dnevno) lahko delijo primere in strokovne dileme, si nudijo podporo; - Redna intevizija v kolektivu sodelavcev_k; - Redna supervizija, ki je zunanje strokovno vodena; - Razumevanje vodstva za način dela in podpora, kadar gre za težje primere (npr. je potrebna prijava).	- Urejeni zasebni odnosi in razumevanje bližnjih, da je delo mladinskega_e delavca_ke tudi zahtevno in stresno. - Skrb za lastno fizično zdravje, dovolj spanja, gibanja in zdrava prehrana. - Udejstvovanje, ki predstavlja odklop od službe (npr. kultura, ustvarjanje, šport, čas v naravi). - Čas za individualno refleksijo, razmislek, pogovor s samim_o seboj.

Partnerji iz Mreže mladih Hrvatske so strnjeno napisali, česa mladinski delavec_ka **“ne sme storiti/reči”** pri delu z mladmi z izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola:

1. Ne sprašujte: „Kaj si storil_a, da si sprožil_a nasilje/nasilneža?“ „Zakaj nisi prijavil_a nasilja?“
--

„Zakaj nisi zapustil_a nasilneža / izklopil_a komentarjev / izbrisal_a svoje spletne vsebine?“

„Kako si lahko dopustil_a, da je nekdo tako ravnal s tabo?“

2. Nikoli ne zahtevajte, da se žrtev sooči z nasilnežem.
3. Oseba, ki izvaja nasilje, ima več moči kot žrtev; njun odnos/odnos je neenakopraven.
4. Nad žrtvami nasilja se ne obnašajte pokroviteljsko.
5. Obravnavajte jih kot sposobne posameznike.
6. Ne moralizirajte, ne obsojajte in ne kritizirajte misli, čustev ali dejanj ljudi.
7. Ne imejte nerealnih pričakovanj do žrtev . Ne pritiskajte nanje, da bi se obnašale ali da bi ukrepale.
8. Ne poskušajte "rešiti" osebe. Ohranjajte ustrezne meje.

3.4 Podpora žrtvam: Pristopi k podpori mladim, ki so doživeli spletno nasilje na podlagi spola

Kot smo do sedaj spoznali, imajo mladinki delavci_ke stik tudi z mladimi, ki imajo izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola. Pri tem je prvi korak prepoznavanje žrtve, o čemer smo pisali zgoraj, temu pa sledi nudenje podpore. Pri tem je pomembno, da zarišemo mejo med vlogo mladinskega delavca_ke in drugimi službami. Tako se lahko strinjamo, da mladinski_e delavci_ke ne izvajajo terapije, niti (psihosocialnega) svetovanja. Prav tako se lahko strinjamo, da mladinski_a delavec_ka ni policist_ka ali sodnik_ca, torej tisti_a, ki bi odkrival_a, kaj se je dogajalo in iskal_a krivca. Pri tem je pomembno, da mladinski_a delavce_ka to tudi jasno komunicira mladi osebi in ne obljublja stvari, ki niso v njegovem_njen dometu oziroma jih ne morem uresničiti.

Pri nudenju podpore je ključna vloga mladinskega_e delavca_ke, da verjame mladi osebi, da je to njena_gova resnica in ga_jo podpira na način, ki je skladen s potrebami mlade osebe. Pri tem je glavni cilj **opolnomočenje** mlade osebe z izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola. Primer: Mladinski_a delavce_ka se ne osredotoča na prijavo na policijo, ampak (tudi) na pripravo mlade osebe za prijavo, na njeno splošno počutje, kako ta situacija vpliva na njeno življenje, kako se sooča s situacijo, kakšno podporo rabi pred/med/po prijavi itd.

Lahko se strinjamo, da je ključno orodje, ki ga mladinski_e delavci_ke uporabljajo pri delu z mladimi, **pogovor**. To seveda velja tudi za delo z mladimi z izkušnjo spletnega

nasilja na podlagi spola. Pogovor naj bo strukturiran po shemi dramskega trikotnika, tj. uvod, jedro in zaključek.

1. V uvodu je ključno nasloviti trenutno razpoloženje in počutje mlade osebe, pričakovanja do trenutnega srečanja, tudi sprejemanje dogovorov, če je to potrebno.

Primeri vprašanj in stavkov, ki so značilni za uvodni del pogovora:

*Kako si danes? S čim prihajaš na današnje srečanje?
O čem bi se rad_a pogovarjal_a danes? Kaj je najbolj aktualno? Na zadnjem srečanju si omenil_a ..., bi se pogovarjala o tem?
Kaj si želiš od današnjega srečanja?
Se strinjaš, da si danes vzameva 30 minut za pogovor?*

2. V jedru pogovora se osredotočimo na to kaj se je dogajalo od zadnjega srečanja, na osvetljevanje situacije in preverjanje nevarnosti, na iskanje načinov za spoprijemanje, iskanje možnosti in rešitev, vrednotenje le-teh in odločanje, usvajanje novih tehnik, načrtovanje nadaljnjih korakov ...

Primeri vprašanj in stavkov, ki so značilni za jedro pogovora:

*Ko sva se na zadnje pogovarjala_i o ... si govoril_a o ... Si še kaj razmišljal_a o tem? Zadnjič si si postavil_a cilj, da boš ... – kako je šlo?
Mi lahko poveš kaj več o ...? Kako to doživljaš?
Kaj bi ti pomagalo v tej situaciji? Kako te lahko jaz podprem pri tem?*

3. Pogovor se zaključi s povzetkom in dogovori za naslednje korake in srečanje.

Primeri vprašanj in stavkov, ki so značilni za zaključek pogovora:

*Danes sva govorila o ...
Kako bi povezel_a današnji pogovor? Kaj so tvoja ključna spoznanja in uvidi?
Kaj so naslednji koraki?
Predlagam, da se srečava naslednji teden in nadaljujeva s pogovorom – kaj meniš?
Če se strinjaš, te naslednjič, ko prideš v mladinski center vprašam glede ...*

Mladinski_a delavec_ka lahko, če to mlada oseba izrazi, postane **zaupna oseba**. To pomeni, da spremlja mlado osebo v uradnih postopkih – npr. pri prijavi kaznivega dejanja. Tukaj je pomembno, da je mladinski_a delavec_ka seznanjen_a z zakonodajo in pravicami mlade osebe.

Primer ureditve v Sloveniji:

Zaupna oseba lahko žrtev spremlja med celotnim postopkom in ji nudi podporo, kot to določa četrti odstavek 65. člena Zakona o kazenskem postopku. Zaupna oseba pa ni pooblaščenec, ki bi uveljavljal interese v kazenskem postopku, ki bi torej

deloval kot odvetnik. Zaupna oseba lahko žrtev spremlja, če je to potrebno zaradi vrste in teže kaznivenga dejanja, žrtvinih osebnih okoliščin ali stopnje žrtvine ogroženosti. Prisotnost zaupne osebe se lahko zavrne, če bi bilo to v nasprotju z interesi postopka ali koristmi žrtve. Zaupna oseba torej ne more biti nekdo, ki bi lahko škodoval žrtvi ali je stranka oziroma udeleženec postopka.

Vir: <https://www.gov.si teme/pravice-zrtev-kaznivih-dejanj/>

Poleg neposrednega dela z mlado osebo, ki ima izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola, lahko mladinski delavci_ke delajo tudi z vrstniki in s starši. Pri **delu z vrstniki** je ključno ozvestiti zavedanje, da mladi niso odgovorni za reševanje težav vrstnikov, da so v vlogi prijateljev_ic, podpornikov_ic, zaveznikov_ic. Pomembno je tudi, da ohranjamo zaupanje in ne govorimo o drugih posameznikah_kih, ki niso prisotni_e. Vrstniki lahko prevzamejo tudi vlogo "mini" zaupne osebe, npr. pospremiti prijatelja_ico v mladinski center, so zraven pri pogovoru za oporo. Pri **delu s starši** je ključna edukacija in informiranje – pogosto straši niso v stiku s sodobnimi trendi, se ne zavedajo tveganj spleta, negativnih posledic, so vzgojno nemočni itd. Pri tem jih lahko podprejo mladinske_i delavci_ke, jih opremijo z informacijami, gradivi ali napotijo na organizacije, ki so specializirane za delo s straši, spletno nasilje ali drugo.

V uvodu poglavja smo izpostavili, da je pomembno ohranjanje meje in dometa mladinskega dela, zato je ključno, da ima organizacija in posamezni_a mladinski_a delavec_ka vzpostavljeno **mrežo organizacij in strokovnjakov_inj**, ki lahko mladim ponudijo specializirano podporo. Gre za javne institucije, nevladne organizacije ali posamezne strokovnjake_inje, ki podprejo mlado osebo. Pri tem je vredno izpostaviti, da ne gre za posredovanje splošnih kontaktov, vendar vključevanje oseb, ki jim mladinski delavci_ke zaupajo. Pri vključevanju zunanjih organizacij in/ali strokovnjakov_inj se tako vzpostavi princip, da mlada oseba zaupa mladinskemu_i delavcu_ki, ki zaupa zunanjemu_i strokovnjaku_inji, posledično pa je zaupanje mlade osebe do zunanjega_e strokovnjaka_inje večje. Vključevanje zunanjih lahko pomeni spremstvo mladi osebi na srečanje, lahko pa se organizira tudi srečanje v prostorih, kjer se mlada oseba že počuti varno, npr. psihosocialni_a svetovalec_ka pride v mladinski center na pogovor z mlado osebo.

4. Praktične aktivnosti

To poglavje ponuja praktične delavnice, ki mladinskim delavcem_kam pomagajo pri obravnavanju spletnega nasilja na podlagi spola z mladimi. Temelji na teoretičnem znanju in mentorskem pristopu, predstavljenem v prejšnjih poglavjih, ter ju pretvarja v konkretne in privlačne oblike za neposredno izobraževalno uporabo. Gradivo je bilo razvito v okviru projekta MEDUSA in vključuje štiri samostojne delavnice, namenjene mladim, starim od 15 do 29 let. Vsaka delavnica je strukturirana glede na različne stopnje zahtevnosti vsebine, prilagojene starosti in zrelosti udeležencev. Čeprav so delavnice priporočene za določene starostne skupine, jih je mogoče z manjšimi vsebinskimi in metodološkimi prilagoditvami fleksibilno prilagoditi tudi mlajšim ali starejšim udeležencem.

Cilj delavnic je opolnomočiti mlade z znanjem, veščinami in samozavestjo za prepoznavanje, preprečevanje in odzivanje na spletno nasilje na podlagi spola. Temeljijo na metodah neformalnega izobraževanja, ki spodbujajo aktivno sodelovanje, kritično razmišljanje in učenje med vrstniki. Trajanje posameznih srečanj se lahko razlikuje glede na okolje in razpoložljiv čas, delavnice pa je mogoče izvajati v šolah, mladinskih centrih ali skupnostnem okolju.

Poglavje vključuje tudi napotke za načrtovanje delavnic, uporabo digitalnih orodij in strategije za prilagajanje aktivnosti specifičnim potrebam raznolikih skupin mladih. S takšnim pristopom so mladinski delavci opremljeni za ustvarjanje varnih, vključujočih in opolnomočujočih učnih prostorov, ki spodbujajo smiseln dialog in ukrepanje proti spletnemu nasilju na podlagi spola.

4.1 Delavnice

4.1.1 Delavnica 1: Uvod v spletno nasilje na podlagi spola

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj šteje za spletno nasilje na podlagi spola, njegove značilnosti in razlike v primerjavi z nespletnim nasiljem na podlagi spola.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in pristranskosti prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola, zlasti proti ženskam in osebam LGBTQ+.
- Prepoznati in razlikovati različne vrste spletnega nasilja na podlagi spola.
- Analizirati prikazovanje spletnega nasilja na podlagi spola v medijih in družbi ter razumeti, kako to vpliva na žrtve in na dojemanje javnosti.
- Razpravljati o razširjenosti in posledicah odnosa, ki krivdo prelaga na žrtve, in kako ta vpliva na odzive na spletno nasilje na podlagi spola
- Razumeti vpliv spolnih stereotipov in pristranskosti na oblikovanje pripovedi o spletnem nasilju na podlagi spola.
- Opolnomočiti udeležence_ke, da izzovejo in spreminjajo škodljive predstave in odnose do spletnega nasilja na podlagi spola.

STRUKTURA:

- Dobrodošlica in uvod
- Osnovne definicije: vodnik po spletnem nasilju na podlagi spola
- Kako družbeni odnosi vplivajo na razumevanje in odziv na spletno nasilje na podlagi spola
- Evalvacija in zaključek

Ciljna skupina (priporočena): 15 do 19 let

Trajanje: 1,5 ure s 5-minutnim odmorom med 2. in 3. sklopom ali 2,5 ure s 15-minutnim odmorom med 2. in 3. sklopom

Opomba: Spodnji časovni okvir pomaga pri načrtovanju trajanja aktivnosti. Mladinski_e delavci_ke lahko čas prilagodijo potrebam mladih in kontekstu delavnice, vendar naj bosta sklopa 1 in 4 nespremenjena – sklop 1 določa namen delavnice, sklop 4 pa omogoča zbiranje povratnih informacij. Aktivnosti v sklopih 2 in 3 so prilagodljive.

SKLOP 1: DOBRODOŠLICA IN UVOD (15 minut)

Aktivnost 1: Pozdrav udeležencev_k, predstavitev projekta MEDUSA in določitev pravil

Ta del srečanja predstavi namen in cilje delavnice ter poudari njen pomen pri obravnavi spletnega nasilja na podlagi spola. Hkrati predstavi širše cilje projekta MEDUSA:

spodbujanje enakosti spolov, varnosti na internetu, nenasilne komunikacije, vključevanja in dobrega počutja.

Udeležencem_kam se razdeli [letak projekta MEDUSA](#) (ali več kopij po potrebi).

Delavnico lahko začnete s kratko interaktivno aktivnostjo ali energizerjem. Ideje najdete tukaj: <https://www.sessionlab.com/library/energiser>

Udeleženci_ke spoznajo dogovor o sodelovanju, ki vključuje pravila, ki jih je treba upoštevati med delavnico (pravila so priložena v prilogi). Pravilom se zavežejo s podpisom dogovora, npr. s podpisom na plakatu s pravili.

Aktivnost 2: Predtest

Udeleženci_ke prejmejo povezavo ali QR kodo do predtesta. Dobijo navodila: naj odgovarjajo iskreno, samostojno, naj si vzamejo dovolj časa in naj vprašajo, če česa ne razumejo. Vprašanja za predtest so v prilogi.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE – VODNIK PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Opomba: Če izvajate 1,5-urno različico delavnice, dajte prednost Aktivnosti 2. Ključne pojme iz Aktivnosti 1 na kratko predstavite z uvodno predstavitevijo ali diskusijo.

Aktivnost 1: Uvod v spletno nasilje na podlagi spola in ključne pojme

Namen te aktivnosti je udeležencem_kam predstaviti temeljne koncepte spletnega nasilja na podlagi spola. Predstavitev se lahko izvede na različne načine, glede na potrebe in dinamiko skupine. Ne glede na izbran pristop je pomembno vključevati odprto razpravo in povabiti udeležence_ke, da delijo resnične primere, kjer je to ustrezno.

Predlagani pristopi za predstavitev:

- **Digitalni kviz:** Mladinski_a delavec_ka razdeli udeležence_ke v skupine. Vsaka skupina skupaj odgovarja na vprašanja kviza o spletnem nasilju na podlagi spola. Pomembno je, da imajo čas za razpravo pred končnim odgovorom. Po vsakem vprašanju mladinski_a delavec_ka razkrije pravilen odgovor in poda razlago ter primere.

- **Skupinsko delo:** Udeleženci_ke v skupinah raziskujejo in definirajo ključne pojme, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola. Uporabijo lahko vire projekta MEDUSA ali iščejo na spletu. Nato skupine predstavijo rezultate, sledi skupna diskusija.
- **Interaktivna predstavitev:** Mladinski_a delavec_ka na tablo ali list piše ključne pojme in sproti postavlja odprta vprašanja (npr. Kako spolni stereotipi prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola?), s čimer spodbuja refleksijo.
- **Frontalna predstavitev:** Klasična predstavitev s pomočjo orodij, kot so PowerPoint, Canva ipd. Pomembno je vključiti interaktivne elemente (npr. vprašanja za razmislek, kratke diskusije, osebne primere).

Vsebina predstavitve vključuje:

- **Kaj je spletno nasilje na podlagi spola?**
 - Definicije nasilja na podlagi spola, spletnega nasilja in spletnega nasilja na podlagi spola.
 - Kako se spletno nasilje na podlagi spola pojavlja v digitalnih prostorih (družbena omrežja, sporočilne aplikacije, spletni forumi)? – Udeleženci naj navedejo resnične primere.
- **Razlike med spletnim nasiljem na podlagi spola in nespletnim nasiljem na podlagi spola**
 - Vpliv spletnega okolja na naravo, učinke in širjenje nasilja.
 - Edinstveni izzivi spletnega nasilja na podlagi spola (npr. anonimnost, velika dosegljivost, trajnost digitalnih vsebin).
- **Glavne kategorije spletnega nasilja na podlagi spola:**
 - Tri osnovne skupine: spletno nasilje na podlagi spola, spletno spolno nasilje, spletno nasilje v intimnih partnerskih odnosih.
 - Značilnosti vsake skupine.
 - Konkrečne oblike: spletno ustrahovanje, slut-shaming, body-shaming, doxxing, maščevalna pornografija, spletno zalezovanje, trolling, spletno zapeljevanje itd.
- **Vloga spolnih stereotipov:**
 - Kaj so spolni stereotipi?

- Kako vplivajo na širjenje in upravičevanje spletnega nasilja na podlagi spola?
- **Vpliv na LGBTQ+ skupnosti:**
 - Kako se homofobija, transfobija in druge pristranskosti prepletajo s spletnim nasiljem na podlagi spola?
 - Zakaj so LGBTQ+ posamezniki bolj ranljivi?

Aktivnost 2: Kartiranje dejavnikov tveganja

Udeleženci_ke se razdelijo v manjše skupine. Vsaka skupina prejme delovni list z možnimi dejavniki tveganja, ki prispevajo k razširjenosti spletnega nasilja na podlagi spola. Delovni list lahko vključuje naslednje (in druge) dejavnike:

Pomanjkanje digitalne pismenosti	Anonimnost in pomanjkanje odgovornosti	Spolne norme	Neustrezn i spletni varnostni ukrepi	Družbene in kulturne norme, ki normalizirajo nasilje	Nezadostna pravna zaščita
Pomanjkanje razumevanja posledic spletnega nasilja na podlagi spola	Pomanjkanje izobraževanja o soglasju	Vsesplošna spolna objektivitacija v medijih	Pritisk za deljenje intimne vsebine	Odnos, ki obtožuje žrtve	Pomanjkanje zaupanja in zasebnosti v odnosih
Diskriminacija iz	Pomanjkanje jasnih meja in	Izolacija od podpornih mrež	Predhodne izkušnje	Neučinkoviti odzivi	Nerealna pričakovanja

osebnih razlogov	vzajemnega spoštovanja v odnosu		z nasiljem ali zlorabo	spletnih platform	ja glede videza
------------------	---------------------------------	--	------------------------	-------------------	-----------------

Vsaka skupina dobi eno izmed treh glavnih kategorij spletnega nasilja na podlagi spola: spletno nasilje na podlagi spola, spletno spolno nasilje ali spletno nasilje v intimno-partnerskih odnosih. Udeleženci_ke označijo tiste dejavnike tveganja, ki najpogosteje prispevajo k pojavnosti posameznih oblik nasilja v njihovi kategoriji. Po želji lahko dodajo tudi druge dejavnike tveganja, ki niso na seznamu. Nato vsaka skupina predstavi svojo izbiro širši skupini in utemelji svoje odločitve.

Aktivnost 3: Raziskovanje posledic spletnega nasilja na podlagi spola

Mladinski_a delavec_ka začne aktivnost z odprtim vprašanjem, ki spodbudi razmislek in predznanje udeležencev. Odgovore udeležencev_k lahko zapiše na tablo ali plakat, da so vidni vsem.

Primer vprašanja: *»Če nekdo doživi nadlegovanje ali zlorabo na spletu – kako bi to lahko vplivalo nanj, ne samo takoj, temveč tudi dolgoročno?«*

Nato se udeleženci_ke razdelijo v manjše skupine po 3 do 5 oseb. Kategorije posledic so vnaprej napisane na plakatih ali večjih kartonih in razporejene po prostoru. Vsaka skupina dobi eno kategorijo (npr. psihološke, čustvene, socialne, telesne, poklicne/izobraževalne, finančne, reproduktivno zdravje, spletna varnost) in nalogo:

- Skupina naj premisli 3–5 konkretnih posledic za svojo kategorijo.
- Vsako posledico naj zapiše na ločen samolepilni listek.
- Izberejo eno osebo, ki bo njihovo kategorijo na kratko predstavila.

Ko so skupine pripravljene, vsaka predstavi svoja dognanja in prilepi samolepilne listke pod svojo kategorijo na skupni plakat ali steno. Med predstavitvijo mladinski_a delavec_ka po potrebi poda dodatna pojasnila, resnične primere ali statistične podatke za poglobljeno razumevanje.

Možne posledice, o katerih se lahko razpravlja z udeleženci:

- **Psihološki vplivi:** tesnoba, depresija, posttravmatska stresna motnja (PTSM) in druge duševne motnje.
- **Telesni vplivi:** fizični simptomi, kot so motnje spanja, glavoboli ali bolezni, povezane s stresom.
- **Čustvene stiske:** občutki sramu, krivde, strahu in čustvenega nemira.
- **Družbena izolacija:** umik iz družbenih odnosov, težave v prijateljstvih ali skupnosti.
- **Poklicne in izobraževalne posledice:** slabši uspeh v šoli ali službi, omejene prihodnje priložnosti.
- **Finančni vplivi:** stroški za zdravstveno oskrbo, pravno pomoč, izguba dohodka.
- **Vplivi na reproduktivno zdravje:** negativne posledice za spolno in reproduktivno zdravje.
- **Skrb za spletno varnost:** večja izpostavljenost novemu nadlegovanju, občutek ogroženosti, umik s spleta.

Če je mogoče, mladinski_a delavec_ka ob predstavitvah navede tudi statistične podatke za posamezne kategorije posledic.

SKLOP 3: KAKO DRUŽBENA PREPRIČANJA OBLIKUJEJO RAZUMEVANJE IN ODZIV NA SPLETNO NASILJE NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Opomba: Pri 90-minutni različici preskočite Aktivnost 1 in se osredotočite na Aktivnosti 2 in 3. Ključne točke iz Aktivnosti 1 se lahko na hitro predstavijo uvodoma, bodisi s kratko predstavitvijo bodisi s strnjeno razpravo, da se zagotovi potreben kontekst.

Aktivnost 1: Kako je spletno nasilje na podlagi spola prikazano v medijih?

Udeleženci_ke se razdelijo v štiri skupine, pri čemer vsaka skupina dobi svojo obliko medija:

- novinarski mediji,
- filmi,
- televizijske oddaje,
- družbena omrežja.

Vsaka skupina poišče resnične primere na spletu, ki ponazarjajo, kako je spletno nasilje na podlagi spola prikazano v dodeljenem mediju. Po analizi primerov vsaka skupina

predstavi ugotovitve ostalim, pri čemer izpostavi ključne opažanja o predstavitvah spletnega nasilja na podlagi spola in morebitnem vplivu takšnih prikazov.

Po predstavitvah mladinski_a delavec_ka vodi razpravo o pozitivnih in negativnih prikazih spletnega nasilja na podlagi spola, pri čemer poudari teme, kot so prelaganje krivde na žrtev, senzacionalizem in stereotipi.

Stereotip 1: »Nihče se ne more zaščititi pred spletnim nasiljem, ker so komentarji anonimni.«

Odgovor: Vedno lahko nekaj naredimo. Obstajajo zakoni, mehanizmi prijave na spletu in v resničnem svetu ter podporne mreže za prijavo in reševanje nasilja.

Stereotip 2: »Fantje in moški ne trpijo posledic spletnega nasilja, ker so 'močnejši'.«

Odgovor: Spolni stereotipi o "močnih in nečustvenih moških" otežujejo izražanje čustev in iskanje pomoči. Vsakdo je lahko žrtev nasilja in vsak si zasluži podporo.

Stereotip 3: »Samo ženske in dekleta doživljajo spletno nasilje na podlagi spola.«

Odgovor: Nasilje ne diskriminira. Žrtve so lahko tudi fantje, moški, nebinarne osebe in pripadniki skupnosti LGBTQIA+.

Stereotip 4: »Povzročitelji so vedno odrasli moški.«

Odgovor: Večina povzročiteljev spletnega nasilja na podlagi spola je moških, vendar niso edini. Vsaka oseba je lahko povzročitelj. Nasilje ni povezano s spolno identiteto ali starostjo povzročitelja.

Stereotip 5: »Povzročitelji so vedno neznanci.«

Odgovor: Zlorabitelji so lahko tujci ali znanci žrtve – prijatelji, sodelavci, znanci. Najpogostejši povzročitelji v bližnji okolici so intimni partnerji, ki poskušajo uveljavljati nadzor preko spletnega nasilja.

Stereotip 6: »Žrtve same izzovejo nasilje, ker so prisotne na spletu.«

Odgovor: Nihče si ne zasluži nasilja. Žrtev ni kriva za dejanja povzročitelja.

Ključna vprašanja za razpravo:

- **Kako je spletno nasilje na podlagi spola običajno predstavljen v novičarskih medijih?**

Pogovor o poročanju, ki pogosto poudarja vedenje, videz ali preteklost žrtve namesto dejanj storilca.

- **Kakšno vlogo ima senzacionalizem v poročanju o spletnem nasilju na podlagi spola?**

Razprava o naslovih, ki pritegnejo pozornost (»clickbait«), grafičnih opisih in njihovem vplivu na javno zaznavanje in stigmatizacijo žrtev.

- **Kako priljubljene serije, filmi ali spletne vsebine prikazujejo žrtve spletnega nasilja na podlagi spola?**

Analiza prikazov, ki utrjujejo stereotipe ali zmanjšujejo resnost spletnega nasilja na podlagi spola (npr. nadlegovanje kot "romantična gesta" ali "neškodljivo").

- **Javna razprava o prelaganju krivde na žrtev in pomenu soglasja**

Poglobljena razprava z udeleženci o razumevanju teh pojmov in njihovi prisotnosti v vsakdanjem diskurzu.

Aktivnost 2: Vpliv spolnih stereotipov in javnega mnenja na spletno nasilje na podlagi spola

Mladinski_a delavec_ka nadaljuje razpravo o povezavi med spolnimi stereotipi, družbenimi stališči in spletnim nasiljem na podlagi spola.

Primeri stereotipov za obravnavo:

- »Fantje so pač fantje.«
- »Ženske so preobčutljive.«

Ti stereotipi prispevajo k normalizaciji spletnega nasilja na podlagi spola in prelagajo odgovornost na žrtve.

Ključna vprašanja:

- **Kako spolni stereotipi in norme prispevajo k spletnem nasilju na podlagi spola?**

Pogovor o pričakovanjih glede moškosti, ženskosti in identitet LGBTQ+.

- **Kako javno mnenje vpliva na pripravljenost žrtev, da prijavijo spletno nasilje na podlagi spola?** Raziskovanje strahu pred obsojanjem, posmehom ali nevero, ki ga žrtve pogosto doživijo.
- **Kakšno vlogo ima družbena omrežja pri oblikovanju javnega mnenja o spletnem nasilju na podlagi spola?** Razprava o negativnem in pozitivnem diskurzu na platformah, kot so Twitter, Instagram in Facebook.

-

Aktivnost 3: Prepoznavanje in izzivanje stališč, ki krivijo žrtve

Udeleženci_ke se razdelijo v manjše skupine. Vsaka skupina prejme niz trditev ali scenarijev, ki prikazujejo pogosta stališča prelaganja krivde na žrtve.

Primeri scenarijev:

Scenarij 1:

Sara, najstnica, ji je nekdo brez dovoljenja razširil zasebne fotografije. Njena teta reče: »Če teh fotografij ne bi objavila, se to ne bi zgodilo. Mora biti bolj previdna.«

Scenarij 2:

Alex, nebinarna oseba, prejema grozilna sporočila zaradi objav o pravicah LGBTQ+. Sodelavec reče: »Nekateri so res občutljivi na te teme. Najbrž si jih sam/a izzval/a.«

Scenarij 3:

Marija, mlada ženska, prejema nadležna sporočila od bivšega partnerja. Kljub blokiranju, ta še naprej ustvarja nove račune in jo nadleguje. Ko to zaupa prijateljici, ta odgovori: »Zakaj ga nisi že prej blokirala? Tako mu samo daješ pozornost.«

Naloga skupin:

- Analizirati dodeljen scenarij in prepoznati skrite predsodke ali napačne predpostavke.
- Pogovoriti se o vplivu teh stališč na žrtve in širšo družbo.
- Predlagati alternative: kako bi lahko odziv zvenel bolj podporno in ozaveščeno.

Nato vsaka skupina predstavi svoje ugotovitve in predloge večji skupini. Namen aktivnosti je ozaveščanje o subtilnih oblikah krivde žrtev v vsakdanjih pogovorih in opolnomočenje udeležencev za aktivno zavračanje teh škodljivih pogledov.

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Aktivnost 1: Reševanje zaključnega vprašalnika (post-test)

Udeleženci_ke prejmejo povezavo ali QR kodo za dostop do zaključnega vprašalnika. Pred reševanjem prejmejo naslednja navodila:

- Odgovarjajte iskreno.
- Izpolnite vprašalnik samostojno.
- Pravilno razporedite svoj čas.
- Če imate nejasnosti, prosite za pojasnilo.

Vprašanja zaključnega vprašalnika najdete v **prilogi**.

Aktivnost 2: Zaključne misli

Za zaključek delavnice mladinsk_a delavec_ka na kratko povzame ključne koncepte in poudarke delavnice. Udeležence_ke lahko povabi, naj vsak_a navede **pet ključnih spoznanj** oz. vsebin, ki so si jih zapomnili.

Sledi kratki **krog refleksije**, kjer se lahko uporabijo metode, kot so:

- **Dixit karte** (udeleženci_ke izberejo karto, ki ponazarja njihov vtis o delavnici),
- **3-prstna refleksija** (palec = kaj mi je bilo všeč, kazalec = kaj bom uporabil_a v prihodnje, sredinec = kaj mi ni bilo všeč oz. bi izboljšal_a).

Udeležence_ke spodbudimo, da delijo **glavno spoznanje**, ki so ga odnesli iz delavnice. Zaključite z **zahvalo za njihovo aktivno sodelovanje, odprtost in povratne informacije**.

4. 1.2 Delavnica 2: Kibernetška varnost in zasebnost

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj se šteje kot spletno nasilje na podlagi spola, njegove značilnosti in razliko od nasilja na podlagi spola izven spleta.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in predsodki prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola, zlasti do žensk in oseb iz skupnosti LGBTQ+.
- Prepoznati in razlikovati med različnimi vrstami spletnega nasilja na podlagi spola.
- Ponuditi praktične nasvete in strategije za varnost na spletu.

- Izboljšati sposobnost udeležencev za prepoznavanje varnega in tveganega vedenja na spletu.
- Razviti veščine upravljanja digitalnih interakcij za preprečevanje spletnega nasilja na podlagi spola.

STRUKTURA

- Pozdrav in uvod
- Osnovne definicije: vodič po spletnem nasilju na podlagi spola
- Spletna varnost in zasebnost
- Evalvacija in zaključek

Ciljna skupina (priporočena): 15 do 19 let in 20 do 29 let

Trajanje: 1,5 ure z 5-minutnim odmorom med sklopoma 2 in 3 / 2,5 ure s 15-minutnim odmorom med sklopoma 2 in 3.

Opomba: Časovni okvir spodaj pomaga pri načrtovanju, vendar ga je mogoče prilagoditi glede na potrebe udeležencev. Sklopa 2 in 3 sta prilagodljiva, medtem ko sklopa 1 in 4 ostaneta nespremenjena, saj zajemata cilje delavnice in povratne informacije.

SKLOP 1: POZDRAV IN UVOD (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE: VODIČ PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 3: SPLETNA VARNOST IN ZASEBNOST (30 / 60 minut)

***Opomba:** Če izvajalci izberejo krajšo različico delavnice (1,5 ure), kjer je ta sklop skrajšan na 30 minut namesto 60, je priporočljivo, da se prioriteto izvedejo Aktivnosti 3 in 4. Ključni koncepti iz Aktivnosti 1 in 2 se lahko vseeno na kratko obravnavajo v tem sklopu, zlasti preko kratke vodene razprave z udeleženci.*

Aktivnost 1: Nasveti in triki za varnost na spletu

Predstavitvev, demonstracija ali voden pogovor, ki zajema ključne prakse za varnost na spletu, vključno z upravljanjem nastavitvev zasebnosti, prepoznavanjem poskusov phishinga, izogibanjem deljenju osebnih podatkov in uporabo močnih gesel. Mladinski_a

delavec_ka poda konkretne primere in vire, ki pomagajo varno krmariti po digitalnem svetu.

Za pripravo ustrezne predstavitve lahko mladinski_a delavec_ka upošteva ključna vprašanja, ki usmerjajo strukturo in vsebino:

- Kako učinkovito upravljati nastavitve zasebnosti na družbenih omrežjih?
- Kateri koraki so potrebni za prilagoditev nastavitve zasebnosti na platformah, kot so Facebook, Instagram in TikTok?
- Kako pogosto bi bilo priporočljivo pregledovati in posodabljanje nastavitve zasebnosti?
- Katere manj znane funkcije zasebnosti bi morali mladi poznati?
- Kako prepoznati znake phishinga in kako se jim izogniti?
- Kako izgleda tipičen phishing e-mail ali sporočilo?
- Kako preveriti verodostojnost e-poštnih sporočil, povezav ali zahtevkov za informacije?
- Kakšni ukrepi so potrebni, če se sumi na phishing ali če je bil poskus zaznan?
- Zakaj je pomembno uporabljati močna in unikatna gesla ter katere so učinkovite strategije za njihovo ustvarjanje in upravljanje?
- Katere lastnosti ima močno geslo?
- Kako si zapomniti več močnih gesel, ne da bi jih zapisovali?
- Ali so upravitelji gesel zanesljivi in kako delujejo?
- Katere osebne podatke nikoli ne smemo deliti na spletu in zakaj je ta meja pomembna?
- Kakšna so tveganja povezano z deljenjem podatkov o lokaciji na družbenih omrežjih?
- Kako prepoznati in se izogniti taktikam "socialnega inženiringa", ki poskušajo izveči osebne podatke?
- Kakšne so posledice deljenja občutljivih osebnih podatkov z neznanci ali znanci spleta?

Tukaj je nekaj virov, ki vam bodo pomagali pri pripravi predstavitve in vam ponudili vsebine o spletni varnosti:

- [Be internet Awesome](#)
- [How to spot and protect yourself from a phishing attack](#)
- [Safe.si: nasveti](#)
- [The Complete Guide to Social Media Privacy: Protecting Your Digital Life in 2025](#)
- [Create and use strong passwords](#)

Aktivnost 2: Zelena zastavica, rdeča zastavica

Interaktivna igra, kjer udeleženci_ke kategorizirajo različne spletne situacije, ki jih poda mladinski_a delavec_ka, kot "zelene zastavice" (varno) ali "rdeče zastavice" (nevarno), in

pojasnijo svojo razlago kategorizacije. Ta aktivnost bo okrepila njihovo sposobnost prepoznavanja tveganih situacij, na primer, ko nekdo prehitro zahteva slike ali srečanje v zasebnosti, ter kako svetovati mladim glede takih situacij. Možni primeri so:

- nekdo na spletu takoj zahteva slike;
- nekdo na spletu takoj predlaga srečanje pri sebi doma;
- nekdo na spletu po krajšem pogovoru zahteva denar;
- nekdo na spletu zahteva intimne slike.

Aktivnost 3: Varna intervencija opazovalca

Kratka predstavitev, ki udeležence_ke uvede v [koncept varne intervencije opazovalca](#) v spletnih okoljih. Obravnava praktične strategije (strategija 5D) za ukrepanje ob opazovanju škodljivega ali neprimerne vedenja na spletu, kot so spletno nadlegovanje, ustrahovanje ali deljenje neprimerne vsebine. Mladinski_a delavec_ka poda konkretne primere in smernice, kako učinkovito reagirati brez eskalacije situacije ali ogrožanja samega sebe. Predstavitve lahko poteka s pomočjo flipchartov, pisnih izjav in postavljanja vprašanj, vodenih razprav, grafične facilitacije itd.

Predstavitve lahko vodi niz ključnih vprašanj, kot so:

- Kaj je intervencija opazovalca_ke in zakaj je pomembna v spletnih okoljih?
- Kateri so primeri škodljivega vedenja na spletu, ki zahtevajo intervencijo?
- Katere korake lahko narediš, da varno posežeš, ne da bi postal tarča?
- Kako lahko prijaviš škodljivo vsebino ali vedenje na različnih platformah?
- Katere vire imajo na voljo opazovalci, ki potrebujejo podporo po intervenciji?

Pravica do 5D: "Distract" (Preusmeri), "Delegate" (Dodeli), "Document" (Dokumentiraj), "Delay" (Počakaj), "Direct" (Neposredno ukrepanje).

1. DISTRACT (PREUSMERJANJE POZORNOSTI)

Preusmeri pozornost, da pomagaš umiriti situacijo. Internet hitro odvrta pozornost!

- Ideja 1: Okrepitev izvirne objave, ki je sprožila nadlegovanje, A VENDAR brez neposrednega nagovarjanja storilca. Retvitaj, všečkaj, deli. Spletno zlorabljanje želi utišati osebo – naredi osebo spet vidno in pomembno ter pokaži zlorabljalcu, da so njegova dejanja ignorirana.
- Ideja 2: Preusmeri pozornost od zlorabe z objavo prikupnih slik (mladički, gif koze, ipd.). Naj bo internet spet zabaven!

2. DELEGATE (DOLOČANJE POMOČI)

Najdi nekoga drugega, ki lahko pomaga. Intervencija ene osebe je dobra, a več je boljše (npr. prijava lažnega profila, prijava zlorablajoče vsebine). Prvi misel je lahko, da pokličeš

policijo – vedno se predhodno posvetuj z osebo, ki je doživela zlorabo, preden prijaviš v njenem imenu (razen če je potrebna takojšnja medicinska pomoč). Mnoge skupnosti (npr. trans skupnosti) se morda ne počutijo varne ob policijski vpletenosti.

3. DOCUMENT (DOKUMENTIRANJE)

Dokumentiranje lahko poglobi travmo za osebo, ki doživlja zlorabo – opazovalčeva podpora je nujna. Naredi posnetke zaslona in shrani povezave kot dokaz o nadlegovanju (za primer, če zloraba eskalira ali je prijavljena policiji) → to naredi opazovalec. Posreduje dokaze osebi in ji ponudi podporo.

4. DELAY (POČAKAJ – POVEZAVA Z OSEBO, KI JE DOŽIVELA NADLEGOVANJE)

Tudi en pomenljiv pogled lahko zmanjša travmo, povezano z nadlegovanjem. Na spletu ta “pogled” (PODPORA!) lahko nadomesti neposredno sporočilo (všeček, reakcija skrbi ipd.). Žrtev ni kriva in ni sama – sporočilo podpore je pogosto prezrto. Javno sramotenje skupaj z javno tišino in pomanjkanjem podpore je lahko hujše od samega incidenta/zlorabe.

5. DIRECT (NEPOSREDNO UKREPANJE)

Edina neposredna oblika posredovanja. Običajno je to prva vrsta intervencije, na katero pomislimo – a naj bo zadnja! Povezan je z največjim tveganjem za varnost – nadlegovanje se lahko preusmeri na opazovalca. Postavi meje z storilcem – nato preusmeri pozornost na žrtev. Če se odločiš za ta pristop – zapomni si: tvoj cilj je PODPORA osebi, ki doživlja zlorabo! Imenovanje, sramotenje ali spletno nadlegovanje storilca NI rešitev. Na nasilje ne odgovarjamo z nasiljem.

Za več informacij o pristopu 5D obišči naslednjo [spletno stran](#).

Aktivnost 4: Učinkovito soočanje s spletnimi nevarnostmi

Interaktivna skupinska vaja, kjer udeležencem_kam predstavimo resnične situacije, ki vključujejo različne spletne nevarnosti, kot so spletno nadlegovanje, phishing ali izpostavljenost neprimerni vsebini. Udeleženci_ke delajo v majhnih skupinah in razpravljajo o najboljšem načinu ukrepanja za vsako situacijo, pri čemer upoštevajo varnost, učinkovitost in primerne načine eskalacije. Aktivnost spodbuja kritično razmišljanje, sodelovanje in uporabo znanja o spletni varnosti. Po skupinskih razpravah udeleženci_ke delijo svoje odgovore in razlage z večjo skupino, ki jo vodi izvajalec. Možni primeri:

Scenarij

1:

Lolina najboljša prijateljica deli posnetek zaslona njunega zasebnega pogovora z drugimi ljudmi v skupinskem klepetu. Pogovor vsebuje občutljive osebne podatke in je bil deljen brez Loline privolitve.

Točke razprave:

- Katere takojšnje korake naj udeleženci_ke naredijo za obravnavo kršitve zasebnosti?
- Kako lahko sporočijo osebi, ki je delila posnetek zaslona, da je to neprimerno?
- Katere funkcije platforme lahko uporabijo za prijavo ali odstranitev vsebine?
- Kako lahko podprejo osebo, ki je doživela kršitev zasebnosti?

Scenarij

2:

Po nekaj tednih spletnega pogovora začne oseba, ki jo je Julija spoznala v spletni igri, od Julije zahtevati intimne slike. Uporablja laskanje in čustveno manipulacijo, da bi to prikazal kot znak zaupanja in naklonjenosti.

Točke razprave:

- Kako prepoznati manipulativne taktike v tem primeru?
- Kakšne so potencialne posledice deljenja intimnih vsebin na spletu?
- Katere korake je treba narediti za blokiranje, prijavo in zaščito v takih situacijah?
- Kako lahko Julija poišče podporo, če se počuti pod pritiskom ali ogrožena?

Scenarij

3:

V skupinskem klepetu razreda je učenka Marie tarča žaljivih in zaničevalnih komentarjev o njenem telesu s strani drugega člana skupine. Drugi udeleženci_ke situacijo ali ignorirajo ali se pridružijo z norčevanjem iz Marie.

Točke razprave:

- Kako lahko udeleženec_ka podpre Marie, ne da bi sam postal tarča?
- Kako lahko opazovalci_ke učinkovito posredujejo, da umirijo situacijo?
- Kakšne so možnosti za prijavo nadlegovanja administratorjem skupine ali moderatorjem platforme?
- Kako lahko spodbudimo podporno spletno okolje v skupinskih nastavitvah?

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Enako kot v Delavnici 1.

4.1.3 Delavnica 3: Kaj storiti kot žrtev spletnega nasilja na podlagi spola?

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj se šteje za spletno nasilje na podlagi spola, njegove značilnosti in razliko od nasilja na podlagi spola v resničnem svetu.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in predsodki prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola zlasti proti ženskam in osebam iz LGBTQ+ skupnosti.
- Prepoznati in razlikovati med različnimi oblikami spletnega nasilja na podlagi spola.
- Opolnomočiti žrtve in opazovalce, da sprejmejo ustrezne ukrepe za zaščito sebe in drugih.
- Spodbujati podporen skupnostni pristop, ki omogoča žrtvam razkritje in prijavo spletnega nasilja na podlagi spola.
- Poudariti pomen skrbi zase in odpora proti krivdi pri soočanju s spletnim nasiljem na podlagi spola.

STRUKTURA

- Pozdrav in uvod
- Osnovne definicije: vodič po spletnem nasilju na podlagi spola
- Sem žrtev spletnega nasilja na podlagi spola – kaj lahko storim?
- Evalvacija in zaključek

Trajanje: 1,5 ure z 5-minutnim odmorom med sklopoma 2 in 3 / 2,5 ure z 15-minutnim odmorom med sklopoma 2 in 3.

Opomba: Časovni okvir spodaj je smernica. Mladi delavec ga lahko prilagodi po potrebi, vendar naj sklopa 1 in 4 ostaneta nespremenjena, saj zajemata cilje delavnice in povratne informacije.

Ciljna populacija (priporočena): 15 do 19 let in 20 do 29 let

SKLOP 1: POZDRAV IN UVOD (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE: VODIČ PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 3: SEM ŽRTEV SPLETNEGA NASILJA NA PODLAGI SPOLA – KAJ LAHKO STORIM? (30 / 60 minut)

Opomba: Pri 1,5-urni različici prednost dajte Aktivnostim 1 in 4. Ključne točke iz Aktivnosti 2 in 3 na kratko obravnavajte v diskusiji.

Aktivnost 1: Prepoznavanje znakov spletnega nasilja na podlagi spola

Predstavitev, ki udeležencem_kam pomaga prepoznati različne znake in oblike spletnega nasilja na podlagi spola, tudi tiste, ki se lahko pojavijo v intimnih zvezah, od anonimnih oseb ali celo prijateljev_ic. Mladinski_a delavec_ka predstavi različne izraze spletnega nasilja na podlagi spola, kot so nezaželena pozornost, neprimerne pripombe, nadležno obnašanje, grožnje ali ustrahovanje, pretirano nadzorovanje, nezaželeno deljenje osebnih vsebin, ponavljajoči se stiki in splošen občutek nelagodja. Predstavitev lahko vključuje različne scenarije za lažje prepoznavanje zgodnjih znakov in razumevanje morebitnih tveganj spletnega nasilja na podlagi spola.

Primeri scenarijev:

Scenarij 1: Marijin fant vztraja, da mu zaupa gesla za družbena omrežja in pogosto preverja njena sporočila. Jezen je, ko se pogovarja z moškimi prijatelji in pogosto zahteva, da jih izbriše. Marija postane nervozna in se boji uporabljati telefon v njegovi bližini.

Scenarij 2: Alex prejema grozilna sporočila z anonimnega računa na Instagramu. Sporočila vsebujejo osebne podatke o njegovi lokaciji in rutini. Alex se počuti prestrašen in ne ve, kako naj se odzove, da ne bi stopnjeval situacije.

Scenarij 3: Sara, dijakinja, odkrije, da je sošolec brez njenega dovoljenja delil njeno zasebno fotografijo v skupinskem klepetu. Fotografija se hitro širi, Sara pa prejema nezaželena sporočila od neznancev.

Aktivnost 2: Zakaj in kje poiskati pomoč ob doživljanju spletnega nasilja na podlagi spola?

Voden pogovor s kratko demonstracijo, ki poudarja pomen iskanja pomoči ob doživljanju spletnega nasilja na podlagi spola. Mladinski_a delavec_ka predstavi vire pomoči za žrtve, vključno z anonimnimi linijami, spletnimi orodji za prijavo, podpornih skupin in pravnih možnosti (državno specifične informacije v poglavju 6.2.: Relevantni nacionalni in mednarodni zakoni, mehanizmi prijav ter organizacije za podporo žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola).

Ključna vprašanja:

- Zakaj je pomembno poiskati pomoč pri spletnem nasilju na podlagi spola? (Vsebino najdete na platformi Medusa – orodja za mlade: prijava spletnega nasilja na podlagi spola)
- Kateri so zaupanja vredni portali in organizacije za varno prijavo spletnega nasilja na podlagi spola?
- Kako prijaviti spletno nasilje na podlagi spola v šoli, policiji ali na spletnih platformah?
- Kako dokumentirati primere spletnega nasilja na podlagi spola za potrebe prijave?

Udeleženci_ke bodo spodbujeni, da delijo svoje misli, postavljajo vprašanja in razpravljajo o morebitnih ovirah pri iskanju pomoči, s čimer se spodbuja podporno in odprto okolje.

Aktivnost 3: Pomen skrbi zase

Interaktivna razprava o pomenu skrbi zase za žrtve spletnega nasilja na podlagi spola. Mladinski_a delavec_ka udeležence_ke vodi skozi strategije za preprečevanje doživljanja krivde in razpravljaj o tem, kako ukrepati, če naletijo na obnašanje, ki krivi žrtev. Diskusija vsebuje praktične nasvete za skrb zase, kot so postavljanje digitalnih meja, iskanje čustvene podpore, prakticiranje zavedanja (mindfulness) in ukvarjanje z aktivnostmi, ki spodbujajo duševno dobrobit. Cilj je, da udeleženci_ke razumejo, da je prednostna skrb zase ključen korak v procesu okrevanja in ohranjanja zdrave samopodobe.

Koraki za preprečevanje doživljanja krivde:

1. Prepoznamo, da nismo krivi: nasilje ni nikoli naša krivda. Storilci so odgovorni za svoja dejanja in zaslužimo si spoštovanje in dostojanstvo.
2. Izzivamo negativne misli: ob pojavu občutkov krivde jih nadomestimo s pozitivnimi afirmacijami in opomniki naše vrednosti.
3. Osredotočimo se na vedenje storilca: preusmerimo pozornost od doživljanja krivde na odgovornost storilca. Njihovo vedenje je nesprejemljivo, zaslužimo si prijaznost in spoštovanje.
4. Poiščimo podporo in potrditev: obrnimo se na zaupanja vredne prijatelje_ice, družino ali podporne organizacije, ki nudijo potrditev in tolažbo. Pogovor z razumevajočimi ljudmi pomaga premagati občutke krivde.
5. Prakticirajmo sočutje do sebe: obravnavajmo sebe s prijaznostjo in razumevanjem, kot bi prijatelja v podobni situaciji.
6. Osredotočimo se na okrevanje: vlagajmo čas in energijo v aktivnosti, ki spodbujajo zdravljenje in skrb zase – lahko je pisanje dnevnika, ustvarjanje ali iskanje strokovne pomoči.
7. Prepoznamo svojo moč: zavedamo se svoje odpornosti in poguma. Smo močnejši, kot mislimo, in naše izkušnje ne določajo naše vrednosti ali identitete.

Aktivnost 4: Načrt poti za razkritje in prijavo spletnega nasilja na podlagi spola

Skupinska aktivnost, kjer so udeleženci_ke razdeljeni v manjše skupine in ustvarijo zemljevid poti, ki zajema korake razkritja in prijave primera spletnega nasilja na podlagi spola. Vsaka skupina prejme različne študije primerov in razpravlja o možnih fazah prijave, od prepoznave potrebe po pomoči, dokumentiranja dokazov, povezovanja s podporno mrežo do formalne prijave pristojnim organom ali organizacijam. Aktivnost se osredotoča tudi na razumevanje čustvene poti, morebitnih ovir in potrebne podpore v posameznih fazah. Po razpravah skupine predstavijo svoje zemljevide poti večji skupini, kar omogoči celovit pregled in spodbuja diskusijo.

Primer 1: Ali, najstnik, prejema spolno eksplicitna sporočila od neznane osebe na spletu. Želi to razkriti zaupanja vrednemu učitelju, vendar se boji obsojanja in neupoštevanja.

Primer 2: Nina doživlja ponavljajoče spletno nadlegovanje s strani nekdanjega znanca. Odloči se prijaviti nadlegovanje policiji, vendar se počuti preobremenjeno, saj o tem ni povedala nikomur drugemu.

Primer 3: Ben prejema nezaželene komentarje in sporočila anonimnega uporabnika na družbeni platformi. Odloči se uporabiti orodje platforme za prijavo, vendar ni prepričan, kako poteka postopek.

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

4.1.4 Delavnica 4: Prijava spletnega nasilja na podlagi spola

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj šteje za spletno nasilje na podlagi spola, njegove značilnosti in razliko od nasilja na podlagi spola v offline svetu.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in predsodki prispevajo k spletnem nasilju na podlagi spola, zlasti proti ženskam in LGBTQ+ osebam.
- Prepoznati in razlikovati med različnimi vrstami spletnega nasilja na podlagi spola.
- Predstaviti pravne možnosti za prijavo spletnega nasilja na podlagi spola na različnih jurisdikcijah in platformah.
- Prepoznati izzive in koristi prijavljanja spletnega nasilja na podlagi spola ob upoštevanju zasebnosti, maščevanja in pravnih izidov.
- Razložiti principe restorativne pravice in kako se lahko uporablja v kontekstu spletnega nasilja na podlagi spola.

STRUKTURA

- Pozdrav in uvod
- Osnovne definicije: vodič po spletnem nasilju na podlagi spola
- Pravni vidiki prijavljanja spletnega nasilja na podlagi spola
- Evalvacija in zaključek

Trajanje: 1,5 ure s 5-minutnim odmorom med 2. in 3. delom / 2,5 ure s 15-minutnim odmorom med 2. in 3. delom.

Opomba: Časovni okvir je smernica. Mladinski delavec ga lahko prilagodi, vendar morata 1. in 4. del ostati nespremenjena, saj pokrivata namen delavnice in povratne informacije.

Ciljna skupina (predlagano): 15 do 19 let

SKLOP 1: POZDRAV IN UVOD (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE: VODIČ PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 3: SPLETNA VARNOST IN ZASEBNOST (30 / 60 minut)

Opomba: Pri različici 1,5 ure dajte prednost aktivnostim 2 in 4. Ključne koncepte iz aktivnosti 1 in 3 na kratko obravnavajte v razpravi.

Aktivnost 1: Prijava spletnega nasilja na podlagi spola

Prikaz postopka korak za korakom za prijavo spletnega nasilja na podlagi spola na različnih spletnih platformah in pristojnih organih. Vključuje praktična navodila o dokumentiranju dokazov, navigaciji po poročilih na specifičnih platformah in razumevanju pravnih posledic. Udeleženci_ke se bodo spoznali tudi z relevantnimi zakonskimi ukrepi, ki varujejo žrtve spletnega nasilja na podlagi spola. Relevantne nacionalne in mednarodne zakonodaje, mehanizmi prijav in organizacije, ki nudijo podporo žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola za Slovenijo so na voljo v prilogi 6.1. Prav tako so informacije o prijavnem postopku dostopne na platformi Medusa, [v orodjih za mlade](#).

Predlagane tematske vsebine:

- Prijava na družbenih omrežjih:

Kako prijaviti zlorabno vsebino na platformah, kot so Facebook, Instagram, X (Twitter), TikTok. Razprava o možnostih blokiranja, prijavljanja in zaščite zasebnosti. Pomen ohranjanja dokazov (posnetki zaslona, URL-ji in druge digitalne sledi).

- Prijava organom pregona:

Koraki za vložitev prijave na policiji (kaj je potrebno, kdo je kontakt, kaj pričakovati). Razlike med jurisdikcijami, če so relevantne (kako lokalne zakonodaje vplivajo na postopek prijave).

- Prijava v šolah:

Vloga šolskih svetovalcev_k, učiteljev_ic in administracije pri obravnavi prijav spletnega nasilja na podlagi spola. Zaupnost in varstvo zasebnosti pri prijavi in obravnavi primerov v šoli. Katere informacije je treba podati: podrobnosti incidenta, dokazi (posnetki zaslona, sporočila), priče.

- Pravna podpora in zagovorništvo:

Vloga pravnih organizacij, pomožnih linij in NVO za nudenje podpore in svetovanja.

Aktivnost 2: Prednosti in slabosti prijavljanja spletnega nasilja na podlagi spola

Razprava, ki udeležence_ke spodbuja k kritični oceni koristi in morebitnih slabosti prijavljanja spletnega nasilja na podlagi spola. Pomaga razumeti kompleksnost in izzive, s katerimi se žrtve lahko soočajo. Udeleženci predlagajo možne prednosti in slabosti prijave z utemeljitvami. Predloge lahko dopolni mladinski_a delavec_ka:

Prednosti:

- Pravna zaščita in odgovornost storilcev.
- Dostop do pravice in morebitna odškodnina.
- Odvračilni učinek za prihodnje storilce.
- Ozaveščanje javnosti.

Slabosti:

- Tveganje maščevanja ali nadaljnega nadlegovanja s strani storilca.
- Čustvena obremenitev in možnost ponovne travmatizacije v pravnem postopku.
- Skrbi glede zasebnosti, stigme in obtoževanja žrtve.
- Dolgotrajni pravni postopki in negotovi izidi.

Aktivnost 3: Proces restorativne pravice, usmerjen v posameznike z izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola

Predstavitev koncepta [restorativne pravice](#) kot alternative ali dopolnila tradicionalnim pravnim postopkom v primerih spletnega nasilja na podlagi spola. Poudarek na potrebah in avtonomiji preživelih namesto zgolj kaznovanju.

Vsebina:

- Kaj je restavrativna pravica?
- Definicija in načela: zdravljenje, odgovornost, opolnomočenje.
- Razlike med restavrativno in kazensko pravico.
- Uporaba v primerih spletnega nasilja na podlagi spola: Kako restavrativna pravica omogoča varen prostor za izražanje potreb preživelih in soočanje s storilci.
- Primeri praks: mediacija, dialogi med žrtvijo in storilcem, družbena korist, restavrativni krogi.
- Koristi za preživele: Večja kontrola nad procesom in izidom. Pomenljivejša odgovornost in osebna rast storilcev. Manjša verjetnost ponovne travmatizacije v primerjavi s pravnim postopkom.
- Izzivi in omejitve: Ni primerna za vse primere; mora biti prostovoljna in varna. Skrbi glede razmerij moči in zagotavljanja pristne kesanja in odgovornosti storilcev.

Možne točke za razpravo:

- Kakšne so ključne razlike med kazensko in restavrativno pravico?
- Kako lahko restavrativna pravica ustreza potrebam preživelih spletnega nasilja na podlagi spola?

Aktivnost 4: Zemljevid poti prijave spletnega nasilja na podlagi spola

Ta aktivnost je zasnovana z namenom, da udeležencem_kam pomaga razumeti zapleten in pogosto zahteven proces, skozi katerega gredo žrtve spletnega nasilja na podlagi spola, ko se odločajo, ali bodo prijavile svojo izkušnjo. Aktivnost udeležence_ke spodbuja k kritičnemu razmišljanju o čustvenih, družbenih in pravnih ovirah, s katerimi se žrtve lahko srečujejo, ter k raziskovanju možnih podpornih sistemov in poti, ki jim lahko stojijo ob strani.

Udeleženci_ke so razdeljeni v manjše skupine, vsaki skupini pa je dodeljena ena od študij primerov (npr. spletno zalezovanje, sovražni govor na spletu, grožnje z objavo intimnih vsebin). Vsaka skupina nato oblikuje zemljevid poti svoje dodeljene žrtve, začeniši z začetno izkušnjo spletnega nasilja na podlagi spola do trenutka, ko se žrtev odloči za prijavo in poišče podporo. Zemljevid vključuje naslednje elemente:

- **Začetna izkušnja:** Kako žrtev postane pozorna na spletno nasilje na podlagi spola in kakšen je njen takojšnji čustveni odziv.
- **Izzivi in ovire:** Prepoznavanje čustvenih, družbenih in praktičnih izzivov, s katerimi se žrtev srečuje v posamezni fazi (npr. strah pred maščevanjem, pomanjkanje znanja o mehanizmi prijave).
- **Točke odločanja:** Ključni trenutki, ko mora žrtev sprejeti pomembne odločitve (npr. ali povedati prijatelju, prijaviti dogodek šolski osebi ali stopiti v stik s policijo).
- **Podporni sistemi:** Možni viri podpore, kot so prijatelji, družina, nevladne organizacije, šolski svetovalci in organi pregona.
- **Mehanizmi prijave:** Koraki za prijavo spletnega nasilja na podlagi spola na družbenih omrežjih, v izobraževalnih ustanovah in pri organih pregona, vključno s potrebno dokumentacijo in dokazili.
- **Izidi:** Možni izidi prijave (npr. pravni ukrepi, odstranitev škodljive vsebine, čustvena podpora) in vpliv na žrtvino dobrobit.

Vsaka skupina nato svoj zemljevid poti predstavi širši skupini, pri čemer pojasni različne faze in odločitve, skozi katere je šla njihova žrtev. Mladinski_e delavci_ke vodijo razpravo o skupnih izzivih in ovirah, ki so bile prepoznane, ter o morebitnih razlikah med posameznimi primeri.

Študija primera 1: Sarah je 17-letna dijakinja, ki je žrtev spletnega zalezovanja s strani bivšega sošolca. Ta ji neprestano pošilja nezaželena in grozeča sporočila preko družbenih omrežij ter ustvarja lažne profile, s katerih jo nadleguje. Sporočila vključujejo žaljive komentarje, grožnje s fizičnim nasiljem in poskuse manipulacije, da bi se srečala z njim v živo. Sarah je prestrašena, preobremenjena in ne ve, kako naj ukrepa.

Študija primera 2: Ahmed je 21-letni študent in pripadnik LGBTQ+ skupnosti, ki se odkrito zavzema za pravice LGBTQ+ oseb na družbenih omrežjih. V zadnjem času je postal tarča spletnih napadalcev, ki redno objavljajo homofobne komentarje in sovražne opazke pod njegovimi objavami. Nadlegovanje se je stopnjevalo do zasebnih sporočil z grožnjami z nasiljem, če ne preneha objavljati vsebin, povezanih z LGBTQ+ temami. Ahmeda skrbi za svojo varnost, a se boji, da bo prijava nadlegovanja povzročila še hujše napade ali še večjo izpostavljenost.

Študija primera 3: Maria je 24-letna študentka, ki se je pred nekaj meseci razšla s svojim partnerjem. Nedavno ji je bivši partner zagrozil, da bo objavil njene intimne fotografije, posnete med njunim razmerjem. V zameno zahteva, da se znova povežeta, sicer bo slike objavil na družbenih omrežjih in spletnih straneh za odrasle. Maria je prestrašena zaradi posledic, ki jih to lahko povzroči – tako za njen ugled kot tudi za njeno poklicno prihodnost, saj je tik pred zaključkom študija.

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Enako kot pri delavnici 1.

4.1.5 Delavnica 5: Medsebojna podpora žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj šteje kot spletno nasilje na podlagi spola, njegove značilnosti in kako se razlikuje od nasilja na podlagi spola v nespletnem okolju.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in pristranskosti prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola, še posebej v primerih žensk in oseb LGBTQ+.
- Prepoznati in razlikovati različne vrste spletnega nasilja na podlagi spola.
- Prepoznati vedenjske in čustvene znake, da nekdo doživlja spletno nasilje na podlagi spola.
- Opolnomočiti udeležence, kako se na razkritje spletnega nasilja na podlagi spola odzvati podporno in sočutno.
- Odpraviti stališča, ki obsojajo žrtev, in spodbujati kulturo podpore in razumevanja.
- Podati praktična navodila za zagotavljanje psihosocialne podpore, vključno s čustveno in praktično pomočjo.
- Pojasniti, kako lahko vrstniki žrtev spletnega nasilja na podlagi spola napotijo na ustrezne podporne poti in pristojne organe.

STRUKTURA:

- Dobrodošlica in uvod

- Osnovne definicije: vodič po spletnem nasilju na podlagi spola
- Vrstniška podpora žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola
- Evalvacija in zaključek

Trajanje:

1,5 ure z 5-minutnim odmorom med 2. in 3. delom / 2,5 ure s 15-minutnim odmorom med 2. in 3. Delom

Opomba: Časovnica spodaj je vodilo. Mladinski delavci jo lahko prilagodijo, vendar naj 1. in 4. del ostaneta nespremenjena, saj zajemata namen delavnice in povratne informacije.

Ciljna skupina (priporočeno): 20 do 29 let

SKLOP 1: POZDRAV IN UVOD (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE: VODIČ PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 3: VRSTNIŠKA PODPORA ŽRTVAM SPLETNEGA NASILJA NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Opomba: Pri 1,5-urni različici dajte prednost Aktivnostim 1, 2 in 3. Ključne vsebine iz Aktivnosti 4 se lahko na kratko obravnavajo kot vodena razprava znotraj Aktivnosti 3.

Aktivnost 1: Znaki, da nekdo doživlja spletno nasilje na podlagi spola

Nadaljevanje razprave iz “Aktivnosti 3: Raziskovanje posledic spletnega nasilja na podlagi spola” in “Dela 2: Osnovne definicije” v okviru “Delavnice 1: Uvod v spletno nasilje na podlagi spola”, s poudarkom na znakih, ki kažejo, da nekdo doživlja spletno nasilje na podlagi spola.

Prebere se kratka izmišljena zgodba ali študija primera o mladi osebi, ki doživlja spletno nasilje na podlagi spola (prilagojeno starosti in kulturnemu kontekstu). Nato mladinski_a delavec_ka odpre krog razprave z odprtim vprašanjem, npr.: **»S kakšnimi posledicami se**

ta oseba lahko sooča? Poglejmo skupaj.» Odgovore lahko udeleženci_ke zapisujejo na plakat ali listke.

Možni znaki za razpravo:

- Pogostejša uporaba naprav
- Prekomerna čustvenost po uporabi naprave
- Brisanje profilov na družbenih omrežjih
- Izogibanje družabnim dogodkom
- Nenadne spremembe razpoloženja
- Pritoževanje glede obiskovanja šole
- Nervoznost ob prejetju sporočila
- Težave s spanjem
- Govor o samopoškodovanju
- Izguba zanimanja za hobije

Aktivnost 2: Razkritje spletnega nasilja na podlagi spola – vrstniška podpora

Mladinski_a delavec_ka povabi udeležence_ke k razmisleku o vlogi vrstnikov_c, ko nekdo razkrije izkušnjo s spletnim nasiljem na podlagi spola (po potrebi se predstavi scenarij, npr.: prijateljica pove, da je nekdo brez njenega soglasja delil njeno zasebno fotografijo v skupinskem klepetu in da zdaj prejema nezaželena sporočila).

Na plakat ali tablo se napiše vodilno vprašanje (razdeljeno v dva stolpca):

- Kakšna je vloga vrstnikov_c pri odzivu na razkritje spletnega nasilja na podlagi spola?
- Kaj **ni** vloga vrstnikov_c v tej situaciji?

Mladinski_a delavec_ka spodbuja udeležence, da svobodno delijo ideje in jih zapisuje v ustrezne stolpce. Za poglobitev razprave lahko zastavi dodatna vprašanja:

- Ali bi morali vrstniki_ve svetovati osebi, ki je doživela spletno nasilje na podlagi spola?
- Kakšno pomoč lahko prijatelj_ica ponudi, ne da bi se preveč vpletel_a ali preobremenil_a?

- Ste se kdaj počutili negotovo, kako podpreti nekoga, ki ima težave na spletu?
- Kaj bi vi želeli od vrstnika_ce v taki situaciji?

Po brainstormingu skupina skupaj povzame vlogo vrstnikov_c pri podpori žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola. Oblikujejo kratko, jasno definicijo. Ključne točke:

- Vrstniki_ce niso strokovnjaki_nje in ne smejo prevzeti vloge psihologa_inje, socialnega_e delavca_ke ali policista_ke.
- Vrstniška podpora pomeni prisotnost – poslušati, verjeti in zmanjšati občutek osamljenosti.
- Vrstniki_ce lahko nekoga pospremijo po pomoč, mu pomagajo opraviti prvi klic ali poslati sporočilo.
- Cilj je olajšati čustveno breme, ne rešiti celotne situacije.

Aktivnost 3: Kako ravnati ob razkritju spletnega nasilja na podlagi spola in nuditi podporo

Udeleženci_ke vadijo nudenje vrstniške podpore ob razkritju spletnega nasilja na podlagi spola. Pred igranjem vlog mladinski_a delavec_ka predstavi in razpravlja o ključnih strategijah:

- **»Ponudi podporo, ne rešitev«** je vodilno načelo. Podpora pomeni pomagati osebi sprejemati svoje odločitve, ne vsiljevati nasvetov ali »reševati problema«.
- Izogibanje izjavam, ki obsojajo žrtev (npr. »Zakaj ga nisi blokirala?«, »Morala bi biti bolj pazljiva.«), saj te povzročajo dodatno škodo in zavirajo nadaljnje razkritje.
- Namesto tega uporabimo sočutne izjave kot: »To mora biti res težko – tukaj sem zate«, »Tega si nisi zaslužila«, »Verjamem ti«.
- Poudarek na neverbalni komunikaciji: odprta drža, potrjevanje z gestami, brez posmehljivih izrazov.
- Aktivno poslušanje: popolna prisotnost, brez prekinjanja, iskreno zanimanje (glej poglavje 3.2 »Komunikacijske veščine«).
- Spoštovanje zaupnosti, razen če je ogrožena varnost – takrat je treba vključiti strokovnjake in osebi jasno povedati o nadaljnjih korakih.
- Pomoč pri konkretnih korakih, kot je spremstvo k svetovalcu ali pomoč pri prvem klicu.

- Zelo (!) pomembno: zavedanje meja vrstniške podpore. Vrstniki niso terapevti – lahko nudijo čustveno oporo in most do strokovne pomoči, a ne prevzamejo vloge kriznih svetovalcev_k.

Udeleženci_ke se razdelijo v pare in dobijo različne scenarije razkritja spletnega nasilja na podlagi spola. V parih igrajo vlogo žrtve in podpornika, ostali opazujejo in si zapisujejo. Po vsaki igri sledi razprava o tem, kaj je bilo dobro in kaj se lahko izboljša. Opazovalci_ke dajejo povratne informacije, s poudarkom na sočutju, aktivnem poslušanju in izogibanju obtoževanju žrtve.

Primeri scenarijev:

- **Scenarij 1:** Emily, 15-letna dijakinja, že nekaj tednov prejema anonimna sporočila z žaljivkami in grožnjami. Postaja zaskrbljena, izogiba se šoli in prijateljem. Zaupala se je prijateljici Sarah, a se boji odraslih.
- **Scenarij 2:** Jordan, 18-letna oseba iz LGBTQ+ skupnosti, prejema sovražne komentarje o svoji identiteti. Boji se, da bo prijava povzročila še več napadov. Poišče podporo pri prijatelju Alexu.
- **Scenarij 3:** Avery, 21-letna študentka, bivši partner ji grozi z objavo intimnih fotografij. Čuti ponižanje in strah, ne ve, kaj narediti, zato se obrne na prijateljico Taylor.

Aktivnost 4: Napotitev vrstnikov, ki so prizadeti zaradi spletnega nasilja na podlagi spola

Mladinski_a delavec_ka predstavi korake, kako:

- Prijaviti spletno nasilje na podlagi spola na spletnih platformah: prikaže funkcije za prijavo na Facebooku, Instagramu, Twitterju.
- Se obrniti na šolske svetovalce_ke ali zaupanja vredne odrasle: kako jih nagovoriti, katere informacije deliti, kako ohraniti zasebnost.
- Kontaktirati lokalne oblasti: kdaj je treba poklicati policijo in kako zbrati dokaze (npr. posnetki zaslona, zgodovina sporočil).
- Dostopati do specializiranih storitev: predstavi nacionalne ali lokalne telefonske linije za pomoč, NVO-je in podporne organizacije za žrtve spletnega nasilja na podlagi spola.

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

4.1.6 Delavnica 6: Pravila (spletnih) zmenkov

Ključni cilji:

- Predstaviti osnovne definicije, povezane s spletnim nasiljem na podlagi spola, vključno s tem, kaj spletno nasilje na podlagi spola je, njegove značilnosti in razlike v primerjavi z nasiljem na podlagi spola v fizičnem svetu.
- Razumeti, kako spolni stereotipi in pristranskosti prispevajo k spletnemu nasilju na podlagi spola, zlasti proti ženskam in LGBTQ+ osebam.
- Prepoznati in razlikovati med različnimi vrstami spletnega nasilja na podlagi spola.
- Prepoznati prednosti in slabosti spletnega zmenkarjenja, vključno z njegovo dostopnostjo in priročnostjo ter morebitnimi tveganji.
- Prepoznati najpogostejše oblike spletnega nasilja na podlagi spola, ki se pojavljajo v okoljih spletnega zmenkarjenja, ter razumeti njihove definicije.
- Razumeti pojem soglasja in njegovo ključno vlogo v spletnih interakcijah.
- Razviti zavedanje o ustreznem vedenju pri spletnem zmenkarjenju, prepoznati vedenja, ki so spoštljiva in varna, v nasprotju s tistimi, ki so škodljiva ali nevarna.

STRUKTURA:

- Dobrodošlica in uvod
- Osnovne definicije: vodič po spletnem nasilju na podlagi spola
- Kaj je prav in kaj ne pri spletnem zmenkarjenju
- Evalvacija in zaključek

Trajanje: 1,5 ure s 5-minutnim odmorom med 2. in 3. delom / 2,5 ure s 15-minutnim odmorom med 2. in 3. delom.

Opomba: Spodaj navedena časovnica je vodilo. Mladinski delavci jo lahko prilagodijo, vendar naj se dela 1 in 4 ohranita nespremenjena, saj obravnavata namen delavnice in zbiranje povratnih informacij.

Ciljna skupina (predlagano): 20 do 29 let

SKLOP 1: POZDRAV IN UVOD (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 2: OSNOVNE DEFINICIJE: VODIČ PO SPLETNEM NASILJU NA PODLAGI SPOLA (30 / 60 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

SKLOP 3: KAJ JE PRAV IN KAJ NE PRI SPLETNIH ZMENKIH (30 / 60 minut)

Opomba: Pri 1,5-urni verziji delavnice dajte prednost dejavnostim 1, 2 in 4. Ključne koncepte iz dejavnosti 3 lahko vseeno na kratko obravnavate skozi vodeno diskusijo kot del dejavnosti 4.

Aktivnost 1: Prednosti in slabosti spletnega zmenkarjenja

Udeležence_ke aktiviramo s toplim začetkom, npr. z igro tipa "barometer" (kontinuirana linija) ali "Vstani in zamenjaj stol, če to velja zate...". Primeri trditev:

- "Uporabil_a sem aplikacijo za zmenke."
- "Spletno zmenkarjenje se mi zdi bolj stresno kot zabavno."
- "Imel_a sem dobro izkušnjo pri spoznavanju nekoga preko spleta."
- "Srečal_a sem se z neprimernimi sporočili na spletu."

Sledi odprta razprava, v kateri udeleženci_ke delijo svoje izkušnje. Mladinski_a delavec_ka vodi pogovor in izpostavi prednosti (npr. dostopnost, raznolikost, priročnost, sprejemljivost) ter tveganja (npr. varnost, prevara, spletno nasilje na podlagi spola). Cilj je spodbuditi razmislek in postaviti temelje za varno ravnanje v prihodnje.

Aktivnost 2: Najpogostejše oblike spletnega nasilja na podlagi spola v spletnem zmenkarjenju

Ta predstavitev ponuja pregled najpogostejših oblik spletnega nasilja na podlagi spola, ki se pojavljajo v okoljih spletnega zmenkarjenja. Mladinski_a delavec_ka lahko te vrste nasilja navede na listu papirja ali beli tabli. Med predstavitvijo posamezne vrste naj

udeležence_ke spodbuja, da delijo resnične primere, ki so jih videli, slišali ali jih celo sami doživeli – bodisi osebno ali preko medijev.

- **Nadlegovanje:** vztrajno pošiljanje nezaželenih sporočil ali pozornosti.
- **Nezaželeni spolni namigi:** ponavljajoče se in vsiljene prošnje za spolne usluge ali pošiljanje eksplicitnih vsebin.
- **Sramotenje telesa in spolnosti:** negativni ali žaljivi komentarji o nekomer izgledu ali spolnem vedenju.
- **Zalezovanje:** večkratno spremljanje ali sledenje komu na spletu ali v resničnem življenju.
- **Grožnje in zastraševanje:** pošiljanje grozilnih sporočil ali prisiljevanje z nasilnim jezikom.
- **Deljenje osebnih podatkov brez soglasja:** razkrivanje zasebnih informacij ali intimnih fotografij brez privolitve osebe.
- **Čustvena manipulacija:** uporaba občutka krivde, groženj ali čustvenega pritiska z namenom nadzora ali izsiljevanja osebe.

Po predstavitvi mladinski_a delavec_ka odpre razpravo o pojmu soglasja v kontekstu spletnih interakcij in zmenkovanja. Da bi spodbudil pogovor, predstavi dve izjavi: **“Ne pomeni ne”** in **“Le da pomeni da”**. Nato udeležence_ke povabi, da razmislijo o razliki med obema izjavama in o njej razpravljajo. Ta primerjava pomaga poudariti, kako se je naše razumevanje soglasja razvijalo – od osredotočanja zgolj na zavrnitev do aktivnega iskanja in spoštovanja navdušenega, potrditvenega pristanka.

Pomembno je poudariti, da mora biti soglasje **jasno, informirano in prostovoljno** v vseh interakcijah – tako v resničnem kot digitalnem svetu – vključno z uporabo aplikacij za zmenke, izmenjavo sporočil, slik ter drugo digitalno komunikacijo.

Da bi bila razprava umeščena tudi v **nacionalni kontekst**, lahko mladinski_a delavec_ka predstavi **ustrezno nacionalno zakonodajo** in deli primer **pravne reforme glede soglasja v Sloveniji**, ki jo je vodila civilna družba skozi kampanjo **“Samo ja pomeni ja”** – samojapomenija.si. Ta resnični primer pokaže, kako lahko pritisk javnosti in aktivizem vodita do pomembnih sprememb in okrepi pomen soglasja tako v pravnem kot kulturnem smislu.

Aktivnost 3: Kaj je prav in kaj ne

Udeleženci_ke bodo sodelovali v igri **Rdeča zastavica, zelena zastavica**, kjer bodo prejeli različne scenarije ali vedenja, povezana s spletnim zmenkarjenjem, in jih morali razvrstiti kot **»zelene zastavice«** (varno in primerno vedenje) ali **»rdeče zastavice«** (nevarno ali neprimerno vedenje).

Primeri scenarijev vključujejo:

- Oseba spoštuje vašo odločitev, da si želite vzeti čas in stvari peljati počasi.
- Oseba vas kljub jasnemu »ne« večkrat prosi za osebne podatke.
- Oseba vas prosi za vaš naslov ali vztraja, da se prvič srečata na odročni lokaciji.
- Oseba vas vpraša za soglasje, preden začne intimnejši pogovor ali deli občutljivo vsebino.

Aktivnost 4: SWOT analiza

Udeleženci_ke se razdelijo v manjše skupine in dobijo **različne študije primerov**, povezane s spletnim zmenkarjenjem. Vsaka skupina izvede **SWOT analizo** (predloga SWOT analize je priložena v prilogi) za dodeljeni scenarij. Nato svoje ugotovitve predstavijo širši skupini, kjer skupaj razpravljajo o možnih prednostih in tveganjih v vsaki situaciji.

Cilj dejavnosti je spodbujanje kritičnega razmišljanja o situacijah v spletnem zmenkarjenju ter pomoč udeležencem_kam pri učenju, kako prepoznati in učinkovito obvladovati tveganja.

Če udeleženci pojma SWOT analiza še ne poznajo, je priporočljivo, da mladinski_a delavec_ka pripravi **vidni prikaz scenarija 3** v predstavitvi z vidnim primerom SWOT analize, ki služi kot orientacija za skupinsko delo.

Primeri scenarijev:

Scenarij

1:

Jasna, ki je nedavno prebrodila težko razhod, je ponovno pripravljena na zmenke. Prijatelji jo spodbujajo, naj preizkusi spletno zmenkarjenje. Jasna je naravno zaupljiva in ima nizko raven digitalne pismenosti.

Primer točk SWOT analize:

- Prednosti (Strengths): Jasna je odprta za nova doživetja in ima podporo prijateljev.
- Slabosti (Weaknesses): Zaradi zaupljive narave in pomanjkanja digitalnega znanja je bolj ranljiva za prevare ali neprimerno vedenje.
- Priložnosti (Opportunities): Spletno zmenkarjenje ji omogoča spoznavanje novih ljudi in ponovno gradnjo družabnega življenja.
- Tveganja (Threats): Možna izpostavljenost prevaram (catfishing), nadlegovanju ali manipulaciji zaradi pomanjkanja izkušenj in zavedanja.

Scenarij

2:

Alex, oseba, ki se ne identificira binarno, se odloči preizkusiti spletno zmenkarjenje, vendar je zelo previden_a zaradi preteklih izkušenj z nadlegovanjem. Previdno preverja profile in se raje pogovarja z ljudmi kar znotraj aplikacije, preden preide na druge oblike komunikacije.

Primer točk SWOT analize:

- Prednosti: Previdnost in premišljen pristop zmanjšujeta tveganje za škodljivo vedenje.
- Slabosti: Prevelika previdnost lahko omeji možnosti povezovanja ali privede do zamujenih priložnosti.
- Priložnosti: Spletno zmenkarjenje je lahko varen način za spoznavanje podobno mislečih oseb znotraj LGBTQ+ skupnosti.
- Tveganja: Kljub previdnosti obstaja nevarnost subtilnega nadlegovanja ali diskriminacije; preveliko zanašanje na lastno ocenjevanje pa ne zajame vseh možnih nevarnosti.

Scenarij

3:

Samo, mlad strokovnjak, uživa v hitrem tempu spletnega zmenkarjenja in se pogosto pogovarja z več osebami hkrati. Vendar hitro deli osebne podatke in se pogosto srečuje z ljudmi, ne da bi jih prej temeljito preveril.

Primer točk SWOT analize:

- Prednosti: Samo je samozavesten in aktiven pri iskanju poznanstev ter uživa v procesu spoznavanja.
- Slabosti: Pretirano deljenje osebnih informacij in pomanjkanje preverjanja ljudi povečujeta izpostavljenost prevaram, zalezovanju ali drugim oblikam nasilja.
- Priložnosti: Veliko interakcij lahko vodi do resnih povezav, če jih obravnava premišljeno.
- Tveganja: Možne nevarnosti vključujejo stik z lažnimi profili (catfishing), prevaranti, osebami z zlonamernimi nameni in splošne varnostne grožnje.

SKLOP 4: EVALVACIJA IN ZAKLJUČEK (15 minut)

Enako kot pri Delavnici 1.

4.2 Uporaba digitalnih orodij

Digitalna orodja lahko povečajo doseg, interaktivnost in učinkovitost izobraževalnih aktivnosti, povezanih s spletnim nasiljem na podlagi spola. Če jih uporabljamo premišljeno, ne le da pritegnejo mlade prek njim znanih formatov, temveč tudi predstavljajo zgled pozitivnega in varnega spletnega vedenja. Mladinske delavce_ke spodbujamo, da digitalne platforme in orodja vključijo tako v pripravo kot izvedbo delavnic.

Predlagana digitalna orodja in njihova uporaba:

- **Sodelovalne platforme** (npr. *Padlet*, *Miro*): odlične za možganske viharje, miselne vzorce ali zbiranje anonimnih odzivov med delavnicami.
- **Ankete in kvizi** (npr. *Mentimeter*, *Kahoot!*, *Slido*): uporabni za oceno začetnega znanja ali merjenje stališč udeležencev pred in po delavnici.
- **Video vsebine** (npr. *YouTube*, *TikTok posnetki*, *Instagram reels*): lahko ponazarjajo resnične scenarije, predstavljajo sporočila kampanj ali spodbudijo razpravo.
- **Orodja za pripovedovanje zgodb** (npr. *Canva*, *Genially*, *Wisemapping*, *Thinglink*, *StoryMap JS*, *Timeline JS*): mladim omogočajo ustvarjanje protinaracij, ozaveševalnih plakatov ali kratkih kampanjskih vsebin.
- **Virtualne table in predstavitevna orodja** (npr. *Prezi*, *Canva*, *PowerPoint*): naredijo srečanja bolj dinamična in prilagodljiva, zlasti v hibridnih ali spletnih formatih.

Povezava s spletno platformo MEDUSA

Mladinske delavce_ke spodbujamo k uporabi spletne platforme MEDUSA (<https://project-medusa.eu/medusa-orodja/>), ki ponuja skrbno izbrane interaktivne

aktivnosti, izobraževalne igre in orodja, posebej zasnovana za delo z mladimi. Ta sredstva dopolnjujejo delavnice in vsebine v tem priročniku ter se lahko uporabijo za:

- izvajanje spletnih ali kombiniranih srečanj z mladimi,
- uvajanje interaktivnih metod v delo v živo,
- zagotavljanje dostopnih, digitalno prijaznih aktivnosti na teme, kot so spletno nasilje na podlagi spola, digitalna varnost in spolne norme.

Platforma je usklajena z izobraževalnimi cilji projekta MEDUSA. Z vključevanjem teh virov lahko mladinski_e delavci_ke povečajo učinek svojega dela in zagotovijo kontinuiteto med dejavnostmi v fizičnem in digitalnem okolju.

Nasveti za odgovorno uporabo digitalnih orodij

- Vedno preverite **politike zasebnosti** in **primernost glede na starost** platform, ki jih uporabljate.
- Izogibajte se zahtevanju prijave za anonimno sodelovanje, **zlasti pri občutljivih temah**.
- Po potrebi zagotovite **podporo pri digitalni pismenosti**, še posebej za mlajše udeležence ali tiste, ki so manj vešči uporabe digitalnih orodij.
- Poskrbite za **dostopnost za osebe z oviranostmi** z izbiro vključujočih orodij (npr. podnapisi, možnost branja besedila z glasom).
- Tudi sami **uporabljajte varne spletne prakse** – bodite zgled spoštljivega vedenja, ne zbirajte osebnih podatkov brez soglasja in poudarjajte pomen mej v digitalnem prostoru.
- Po potrebi uporabite **nizkotehnološke metode**. Ne predvidevajte, da imajo vsi mladi pametni telefon ali zanesljiv dostop do interneta. Če je potrebno, zagotovite naprave udeležencem ali jih razdelite v **skupine, kjer lahko uporabljajo eno napravo skupaj**.
- **Preizkusite digitalno orodje** pred prvo uporabo v aktivnosti.

4.3 Prilagoditev aktivnosti

Mladi niso homogena skupina, zato uspeh katere koli aktivnosti temelji na njeni prilagojenosti starosti, spolu, kulturnemu ozadju, življenjskim izkušnjam, potrebam in

interesom udeležencev. Prilagajanje aktivnosti zagotavlja, da so te ne le dostopne, temveč tudi smiselne in učinkovite.

Spletno nasilje na podlagi spola na mlade vpliva na različne in neenake načine, odvisno od njihovih identitet in družbenih položajev. Na primer, 15-letno dekle, ki šele začenja uporabljati družbena omrežja, ima drugačne potrebe kot 22-letna nebinarna oseba, ki je že doživela spletno nadlegovanje. Prilagojene vsebine mladim omogočajo, da:

- se počutijo varne in spoštovane,
- se lahko smiselno vključujejo v aktivnosti,
- prejmejo podporo, ki je ustrezna njihovim potrebam in interesom.

Prilagajanje je tudi vprašanje pravičnosti – to je način, kako zagotovimo, da marginalizirani mladi – kot so LGBTQI+ osebe ali mladi z oviranostmi – niso izključeni ali ponovno travmatizirani zaradi splošnih in neustreznih pristopov.

Prilagajanje z vidika spola

- Uporabljajte **vključujoč jezik** (npr. "vsi spoli", namesto samo "dekleta in fantje").
- Omogočite **enospolne skupine** ali **skupine po spolni identiteti**, kadar je to primerno – še posebej pri občutljivih temah, kot so spolnost ali travma.
- Uporabljajte primere, ki **izzivajo tradicionalne vloge**, in se izogibajte krepitvi binarnih ali stereotipnih predstav o spolu.
- Normalizirajte in potrjujte **transspolne in nebinarne identitete** z uporabo zaimkov, izbiro slikovnega gradiva in načinom predstavitve izvajalcev.

Prilagajanje glede na kulturno ozadje

- Uporabljajte **lokalno relevantne primere in medijske vsebine**, kadar je to mogoče.
- Pri delu z migranti ali pripadniki manjšin zagotovite **prevode**, če so potrebni, in zagotovite, da so izvajalci **kulturno kompetentni**.

Dodatni vidiki prilagajanja

- **Nevrodivergentnost in oviranosti:** Uporabljajte **več različnih formatov** (besedilo, slike, govorjena beseda) – to je koristno za vse, saj podpira različne učne stile. Prostor in gradiva naj bodo dostopni (npr. podnapisi, velikost pisave, barvni kontrasti).
- **Zavedanje travm:** Vedno podajte **opozorila o občutljivih vsebinah** in omogočite možnost, da se posamezniki **aktivnosti odpovejo**. Nikoli ne zahtevajte, da mladi delijo osebne izkušnje.
- **Socialno-ekonomski položaj:** Uporabljajte **nizkotehnološke metode**, kadar je to potrebno. Ne predvidevajte, da imajo vsi mladi pametne telefone ali zanesljiv

internet. Po potrebi **zagotovite naprave** ali jih razporedite v **skupine za skupno uporabo** ene naprave.

Refleksija in sodelovalno soustvarjanje

V mladinskem delu je refleksija osrednje orodje za osebno rast in učenje. Mladim omogoča, da poglobljeno razumejo svoja doživetja, prepoznajo, kaj so se naučili, in razmislijo, kako bi lahko to znanje uporabili tudi na drugih področjih življenja. Za razliko od evalvacije, ki meri kakovost ali rezultate, je refleksija usmerjena navznoter in razvojno naravnana, saj mladim pomaga razumeti sebe in svojo vlogo v skupnih dejavnostih.

Pomembna vrednota mladinskega dela je tudi smiselna participacija – zlasti v obliki soustvarjanja. Po Hartovi "lestvici participacije" (1992) so najvišje oblike sodelovanja tiste, kjer so mladi dejavno vključeni v sprejemanje odločitev in soustvarjanje vsebin. Soustvarjanje ne pomeni ustvarjati vsebin za mlade, ampak z *njimi*, na način, ki spoštuje njihovo znanje, izkušnje in poglede.

Mladinski_e delavci_ke lahko ta proces podprejo tako, da mladim omogočijo, da oblikujejo učno okolje in prispevajo k zasnovi ali usmeritvi aktivnosti. Pri tem lahko postavijo vprašanja, kot so:

- Kaj ti pomaga, da se v tem prostoru počutiš varno in sprejeto?
- Kako lahko to temo naredimo bolj relevantno za tvoje vsakdanje življenje?
- Ali obstajajo primeri ali metode, ki bi ti bolj ustrezale?
- Katere teme ali vprašanja bi rad_a raziskal_a bolj poglobljeno?

Takšna vprašanja spodbujajo ne le refleksijo, temveč tudi souporabništvo učnega procesa, kar gradi zaupanje, angažiranost in opolnomočenje.

Ko so mladi prepoznani kot soustvarjalci – ne le kot prejemniki – izobraževalnih procesov, razvijajo močnejši občutek agencije in večjo pripravljenost, da prevzamejo pobudo, se iskreno izrazijo in se kritično soočijo z občutljivimi temami, kot je spletno nasilje na podlagi spola.

Takšen pristop se tudi ujema z načeli opolnomočenja v mladinskem delu, kjer je učenje zasidrano v dejanskih izkušnjah mladih in usmerjeno k njihovem aktivnemu oblikovanju procesa in rezultatov.

5. Integracija z MOOC

Modulom

Modul MEDUSA MOOC mladinskim delavcem_kam ponuja ključne usmeritve za krmarjenje po zapletenem področju spletnega nasilja na podlagi spola, da bodo lahko mladim, s katerimi delajo, nudili boljšo podporo. Z obsežnim pregledom dinamike spletnega nasilja na podlagi spola, dejavnikov tveganja in preventivnih strategij bodo mladinski delavci pridobili znanje in veščine za prepoznavanje, odzivanje in preprečevanje spletnega nasilja na podlagi spola. Modul vsebuje praktična orodja in vire za učinkovito obravnavo in preprečevanje spletnega nasilja na podlagi spola.

5.1 Struktura MOOC Modula

MOOC modul za mladinske delavce_ke je dostopen [tukaj](#). Obstajajo trije načini, kako lahko opravite usposabljanje:

- **V živo izvedete usposabljanje** za ciljno skupino, na primer za druge mladinske delavce_ke v mladinskem centru. Usposabljanje lahko kadarkoli ustavite in nadaljujete.
- **Dodelite usposabljanje udeležencem**, na primer drugim mladinskim delavcem_kam, da ga opravijo v svojem tempu.
- **Opravite usposabljanje samostojno**. Tečaj lahko ustavite in nadaljujete kadarkoli.

Za začetek usposabljanja potrebujete **račun Kahoot**, ki ga lahko brezplačno ustvarite [tukaj](#).

Usposabljanje združuje kratke opredelitve, nasvete, informacije ter kviz vprašanja in kratke vaje, s pomočjo katerih udeleženci preverjajo in nadgrajujejo svoje znanje. Pravilni odgovori so razloženi. Struktura tečaja vključuje naslednje vsebine:

1. Uvod v spletno nasilje na podlagi spola
2. Osrednje oblike spletnega nasilja na podlagi spola
3. Posledice spletnega nasilja na podlagi spola
4. Spolni stereotipi in spletno nasilje
5. Premagovanje spletnega nasilja in pomoč žrtvam
6. Dejavniki spletnega nasilja
7. Proces razkritja nasilja
8. Umetnostna terapija kot del psihosocialne podpore

9. Zakaj je spletna varnost pomembna?

5.2 Povezava med priročnikom in MOOC Modulom

Priročnik in MOOC modul sta dopolnjujoči se orodji, namenjeni krepitvi učne izkušnje mladinskih delavcev pri obravnavi spletnega nasilja na podlagi spola. Medtem ko priročnik ponuja poglobljeno vsebino, teoretične podlage in praktična gradiva za delavnice, MOOC omogoča interaktivno in samostojno digitalno učenje, s katerim lahko te teme dodatno utrdimo in razširimo.

Kako ju učinkovito uporabljati skupaj:

- **Krepitev ključnih tem:** Vsak del MOOC modula (npr. spolni stereotipi, proces razkritja, umetnostna terapija, spletna varnost) se tematsko ujema z vsebinami in cilji delavnic v priročniku. Mladinski delavci lahko MOOC uporabijo za poglobitev razumevanja določenih tem pred izvedbo sorodnih delavnic.
- **Fleksibilni učni pristopi:** Priročnik vsebuje samostojne aktivnosti in delovne liste, ki se lahko prilagodijo različnim oblikam učenja, vključno s tistimi, ki jih obravnava MOOC – ne glede na to, ali je usposabljanje izvedeno v živo, kot samostojno učenje ali osebni razvoj. Mladinski_e delavci_ke lahko kombinirajo vsebine iz priročnika z MOOC kvizi in diskusijskimi vprašanji za skupinsko refleksijo.
- **Podpora za samostojno in skupinsko učenje:** Za mladinske delavce_ke, ki ne morejo sodelovati na izobraževanjih v živo, MOOC ponuja strukturiran, a prilagodljiv učni proces. Priročnik pa nato služi kot podpora za nadaljnje učenje brez povezave, načrtovanje intervencij ali pripravo prihodnjih delavnic.
- **Pristop kombiniranega učenja:** Mladinski_e delavci_ke se lahko najprej seznaniijo s pojmi spletnega nasilja na podlagi spola v MOOC modulu, nato pa to znanje uporabijo v praksi s pomočjo delavnic, aktivnosti in mentorskih srečanj, predstavljenih v priročniku. Takšna zaporedna uporaba zagotavlja tako **konceptualno razumevanje kot tudi praktično uporabo.**
- **Skupni cilji in enoten jezik:** Priročnik in MOOC imata skupen cilj – **opremiti mladinske delavce_ke s kompetencami za prepoznavanje, preprečevanje in odzivanje na spletno nasilje na podlagi spola.** Z uporabo enake terminologije, tem in pedagoških vrednot (empatija, vključenost, kritično mišljenje) omogočata

skladen in usklajen učni proces.

V praksi so mladinske organizacije in mladinski centri spodbujeni k uporabi obeh orodij pri gradnji svojih zmogljivosti: z uporabo MOOC modula za dostopno, razširljivo posredovanje znanja, ter priročnika za poglobljeno razlago pojmov in praktično izvajanje v resničnih mladinskih okoljih.

5.3 Samoevalvacija in nadaljnje učenje

Za podporo nadaljnjemu razvoju ta razdelek ponuja orodja za samoocenjevanje in usmeritve za dodatno učenje. Zavedajoč se, da obravnava spletnega nasilja na podlagi spola zahteva neprestano refleksijo in rast, so mladinski delavci spodbujeni, da redno ocenjujejo svoje znanje, veščine in samozavest na različnih stopnjah učnega procesa.

- **Vprašalniki pred in po usposabljanju:** Namenjeni so merjenju sprememb v znanju, zavedanju in odnosih do spletnega nasilja na podlagi spola. Najdete jih v **prilogi** priročnika.
- **Dnevniški refleksivni zapisi:** Kratka vprašanja za spodbujanje samorefleksije o ključnih trenutkih učenja, izzivih in področjih za izboljšanje (npr. "*Kako samozavestno se počutim pri pogovorih o spletnem nasilju na podlagi spola z mladimi?*", "*Katere predsodke ali domneve sem zaznal/a pri sebi?*").
- **Obrazci za povratne informacije izvajalcev:** Uporabni po delavnicah za zbiranje mnenj o tem, kaj je dobro delovalo, kaj je bilo izziv, in kako lahko izboljšamo prihodnje izvedbe.
- **Kontrolni seznam za medsebojno ocenjevanje:** Za izvajalce, ki delajo v paru ali skupini – pomagajo pri ocenjevanju veščin facilitacije in pristopov drug drugega.

Priporočila za nadaljnje učenje:

Ker je spletno nasilje na podlagi spola hitro razvijajoče se področje, je **stalno izobraževanje ključno**. Priporočene strategije in viri vključujejo:

- **Sodelovanje na spletnih seminarjih in usposabljanjih:** Spremljajte lokalne in mednarodne organizacije, ki delujejo na področju enakosti spolov, digitalnih pravic ali mladinskega dela, da boste na tekočem z novimi orodji in raziskavami.
- **Pridružitev strokovnim mrežam in skupnostim prakse:** Aktivno sodelujte v skupnem učenju – na forumih, v združenjih mladinskih delavcev ali spletnih skupnostih, ki se osredotočajo na spolno nasilje in digitalno varnost.
- **Raziskovanje naprednih usposabljanj o povezanih temah:** Razmislite o dodatnem izobraževanju s področij, kot so: pristopi, občutljivi na travmo,

intersekcionalnost, vključevanje LGBTQ+ oseb, medijska pismenost ali pravice v zvezi z digitalnim nasiljem.

- **Uporaba seznama virov v 6. poglavju:** Priročnik vključuje skrbno izbrane reference do dodatne literature, orodij in izobraževalnih platform za poglobljeno raziskovanje.

Samoocenjevanje in nadaljnje učenje nista pomembna le za osebno rast, temveč tudi za ustvarjanje varnejših, vključujočih in bolj podpornih okolij za mlade, s katerimi delajo mladinski delavci.

6. Priloge

6.1 Nacionalna zakonodaja, mehanizmi poročanja in organizacije, ki nudijo podporo žrtvam spletnega nasilja na podlagi spola

1) Pravna zaščita

Slovenija ima dobro vzpostavljen institucionalni okvir, ki zagotavlja **varstvo človekovih pravic za vse posameznike** ter **enake možnosti in odgovornosti za ženske in moške**. Slovenska zakonodaja zagotavlja **polno zaščito žrtvam vseh oblik nasilja**, vključno s spletnim nasiljem in nadlegovanjem.

Prvič, enakost je temeljno zagotovljena v **Ustavi Republike Slovenije (1991)**, ki v **14. členu** jamči enake človekove pravice in temeljne svoboščine vsem državljanom ne glede na njihove osebne okoliščine. **Zakon o varstvu pred diskriminacijo (ZVarD)** kot temeljni antidiskriminacijski zakon dodatno prepoveduje vsako obliko diskriminacije na podlagi osebnih okoliščin, vključno s spolom (2016). **Zakon o enakih možnostih žensk in moških (2002)** predvideva posebne ukrepe za uresničevanje načela enakosti spolov.

Drugič, ustava v **18. členu** prepoveduje vsakršno nečloveško ravnanje, v **63. členu** pa spodbujanje nasilja. **Kazenski zakonik RS** je glavni zakonodajni dokument za varstvo žrtev nasilja, saj opredeljuje različne oblike nasilja in predpisane kazni.

- **131. člen** prepoveduje vsakršno nasilje na podlagi osebnih okoliščin, vključno s spolom.
- **297. člen** določa, da bo vsakdo, ki javno spodbuja sovraštvo, nasilje ali nestrpnost na podlagi osebnih okoliščin, kaznovan z zapornom do 2 let. To vključuje tudi **spodbujanje sovraštva v spletnem prostoru** (3. odstavek).

Najpomembnejši členi za opredelitev spletnega nasilja so:

- **137. in 138. člen:** Prepovedujeta nedovoljeno snemanje zvoka in slike.
- **143. člen:** Kaznuje zlorabo osebnih podatkov.
- **158–161. člen:** Obravnavajo javno žalitev, obrekovanje in opravljanje.
- **173.a člen:** Kazensko opredeljuje spletno prilaščanje otrok (grooming).
- **176. člen:** Obravnava razširjanje pornografskega gradiva mladoletnim osebam.

Tretjič, Slovenija je sprejela tudi več drugih zakonov, ki zagotavljajo zaščito žrtev nasilja, med najpomembnejšimi so:

- **Zakon o preprečevanju nasilja v družini** (Uradni list RS, št. 16/08, 68/16, 54/17 – ZSV-H, 196/21 – ZDOsk)
- **Zakon o nalogah in pooblastilih policije** (Uradni list RS, št. 15/13, 23/15 – popr., 10/17, 46/19 – odl. US, 47/19, 153/21 – odl. US)
Družinski zakonik (Uradni list RS, št. 15/17, 21/18 – ZNOrg, 22/19, 67/19 – ZMatR-C, 200/20 – ZOOMTVI, 94/22 – odl. US, 5/23)
- **Zakon o ratifikaciji Istanbulske konvencije** (Uradni list RS – Mednarodne pogodbe, št. 1/15)
- **Zakon o kazenskem postopku** (Uradni list RS, št. 176/21 – uradno prečiščeno besedilo, 96/22 – odl. US, 2/23 – odl. US)
- **Zakon o prekrških** (Uradni list RS, št. 29/11 – uradno prečiščeno besedilo, z dopolnili)
- **Zakon o odškodnini žrtvam kaznivih dejanj** (Uradni list RS, št. 101/05, 114/06 – ZUE, 86/10)

2) Organizacije za podporo v Sloveniji

1. **TOM telefon** (brezplačna telefonska pomoč za otroke in mladostnike)
 - **Kontakt:** 116 111 | E-pošta: tom@zpms.si
 - **Informacije:** vsak dan med 12.00 in 20.00; na voljo tudi spletno svetovanje.
 - **Spletna stran:** <https://www.e-tom.si>
2. **SOS telefon** (brezplačno telefonsko in osebno svetovanje za ženske in otroke)

- **Kontakt:** 080 11 55
Naslov: Zaloška 57, 1000 Ljubljana
- **Informacije:** svetovalna linija deluje 24/7; spletno svetovanje vsak torek med 8.00 in 16.00; na voljo tudi osebno svetovanje.
- **Spletna stran:** <https://drustvo-sos.si>

3. Samarijan (brezplačna telefonska pomoč)

- **Kontakt:** 116 123
- **Informacije:** deluje 24/7.
- **Spletna stran:** <http://www.telefon-samarijan.si>

4. Spletno oko (anonimna platforma za prijavo posnetkov spolnih zlorab otrok)

- **Spletna stran:** <https://www.spletno-okno.si>

5. Safe.si (središče za ozaveščanje o varni uporabi interneta in novih tehnologij)

- **Informacije:** ponuja izobraževalne in ozaveščevalne vsebine za otroke, mladostnike, starše in učitelje.
- **Spletna stran:** <https://safe.si>

6.2 Osnovna pravila

Sporazum o sodelovanju na delavnici

Kot udeleženec/udeleženka te delavnice priznavam pomen ustvarjanja spoštljivega, vključujočega in sodelovalnega okolja za vse prisotne. S podpisom tega sporazuma se zavežujem, da bom v času trajanja delavnice spoštoval/-a naslednja načela:

1. Spoštljiva komunikacija

- Do drugih udeležencev, organizatorjev in izvajalcev delavnice bom pristopal/-a s spoštovanjem in empatijo.
- Aktivno bom poslušal/-a in upošteval/-a različna mnenja brez obsojanja ali prekinjanja.
- Ne bom uporabljal/-a jezika ali vedenja, ki bi bilo diskriminatorno, žaljivo ali škodljivo.

2. Vključenost in enakopravna udeležba

- Spodbujal/-a bom vključujoče okolje, kjer bodo dobrodošle raznolike izkušnje in glasovi.
- Aktivno bom podprl/-a enakopravno udeležbo vseh prisotnih in poskrbel/-a, da bodo vsi imeli možnost sodelovati.

- Ne bom prevzemal/-a prevlade v pogovorih in bom pozoren/-na, da omogočim prostor tudi tišjim glasovom.

3. Aktivno sodelovanje

- Aktivno bom sodeloval/-a v razpravah, dejavnostih in vajah ter prispeval/-a svoje ideje, znanje in izkušnje.
- K učenju bom pristopal/-a z odprtim umom, radovednostjo in pripravljenostjo na nova spoznanja.
- Podajal/-a bom konstruktivne povratne informacije in delil/-a vpogleda, ki bodo obogatili skupno učenje.

4. Sodelovanje in podpora

- Sodeloval/-a bom z drugimi udeleženci, cenil/-a timsko delo in prepoznal/-a prispevke vsakega posameznika.
- Podpiral/-a bom pozitivno in varno učne okolje, pri tem pa spoštljivo reševal/-a težave in poiskal/-a pomoč izvajalcev po potrebi.
- Varoval/-a bom zaupnost osebnih informacij ali občutljivih tem, ki jih bodo udeleženci delili v času delavnice.

5. Zavezanost osebni rasti

- Zavedam se, da osebna rast in učenje lahko vključujeta nelagodje ali izzive, in se zavežem, da bom te trenutke sprejel/-a s potrpežljivostjo, razmislekom in pripravljenostjo na spremembe.
- Prevzemal/-a bom odgovornost za svoja dejanja ter bom odprt/-a za sprejemanje in podajanje povratnih informacij na spoštljiv in nekonflikten način.

6. Upoštevanje navodil delavnice

- Strinjam se, da bom spoštoval/-a vsa pravila in navodila delavnice, vključno z (a ne omejeno na) prisotnostjo, točnostjo in sodelovanjem pri predvidenih aktivnostih.

6.3 Test pred in po aktivnosti

Spletno nasilje je zloraba, ki uporablja digitalne tehnologije.

Drži

Ne drži

Izraz nasilje na podlagi spola opisuje katerokoli obliko nasilja – fizično, spolno, psihološko, ekonomsko ali sociokulturno – ki negativno vpliva na človekovo telesno ali

duševno zdravje, razvoj in identiteto ter je posledica neenakosti med spoloma, saj izkorišča razlike med moškimi in ženskami.

Drži

Ne drži

Spletno nasilje je podobno kot nasilje v resničnem svetu, vendar ni tako resno, saj nima fizičnih posledic. (Izberi pravilen odgovor)

Drži

Ne drži

Dejanje nasilja na podlagi spola izhaja iz neenakosti med ženskami in moškimi, ki v naši družbi še vedno obstaja.

Drži

Ne drži

Spletno nasilje na podlagi spola (izberi pravilen odgovor):

- Lahko ima resne posledice.
- Se dogaja samo na družbenih omrežjih.
- Ima le eno obliko izražanja.
- Je skoraj vedno anonimno.

Kaj ni skupno spletnemu nasilju na podlagi spola in nasilju na podlagi spola v resničnem svetu? (Izberi pravilen odgovor):

- Spletno nasilje ne more potekati v obliki zalezovanja. To je značilno samo za nasilje v resničnem svetu.
- Spolno nadlegovanje se lahko zgodi samo v resničnem svetu.
- Spletno nasilje pogosto poteka ves čas, saj se žrtev težje umakne storilcu kot pri nasilju v resničnem svetu.
- Intimni partner (fant, punca, zakonec) ne more biti storilec spletnega nasilja na podlagi spola. To je bolj značilno za resnični svet.

Ena od naprav, ki omogoča spletno nasilje na podlagi spola, je pametna ura.

Drži

Ne drži

Zloraba intimnih slik brez soglasja je (izberi pravilen odgovor):

- Ni vrsta spletnega nasilja.
- Skoraj izključno usmerjena proti ženskam in dekletom.
- Delno krivda osebe, ki je dovolila, da jo nekdo fotografira.
- Manj škodljiva kot nasilje v resničnem svetu.

Vsa dejanja spletnega nasilja (izberi pravilen odgovor):

- Se lahko začnejo na spletu in nadaljujejo v resničnem svetu, npr. v šoli, na delovnem mestu ali doma.
- Se ne morejo začeti v resničnem svetu in nadaljevati na spletu.
- Se morajo vedno dogajati izključno na spletu.
- Ne morejo biti povzročena s strani osebe ali skupine, ki jo žrtev pozna, kot npr. (bivši) intimni partner, sošolec ali sodelavec.

Spletno zalezovanje (izberi pravilen odgovor):

- Najpogosteje prihaja s strani anonimne osebe.
- Je ključna taktika nadzora v nasilnih partnerskih odnosih.
- Skoraj nikoli ne izhaja iz srečanja v resničnem svetu, temveč se začne izključno na spletu.
- Žrtve ne poročajo o depresiji in samomorilnih mislih kot posledici spletnega nasilja.

Dekleta in ženske, ki so doživele spletno nasilje, so nato bolj previdne in zato redkeje doživljajo nasilje v resničnem svetu.

Drži

Ne drži

Pomembna značilnost spletnega ustrahovanja deklet je (izberi pravilen odgovor):

- Da se dogaja večkrat.
- Da se dogaja izključno na spletu.
- Da ga izvajajo izključno fantje nad dekleti.
- Da se pogosteje dogaja mlajšim fantom kot dekletom.

2. del – V kolikšni meri se strinjaš z naslednjimi trditvami?

(Popolnoma se ne strinjam / Ne strinjam se / Delno se strinjam / Strinjam se / Popolnoma se strinjam)

- Vsakdo je dobrodošel v kibernetskem prostoru.
- Spletno nasilje je spolno nevtrarno.
- Digitalni prostor je postal prostor za širjenje nasilnih diskurzov in prepričanj.
- Ustrahovanje v resničnem svetu je hujše kot ustrahovanje na spletu.
- Digitalni (spletni) in fizični (nespletni) prostori se doživljajo kot ena celovita resničnost.
- Spletno nasilje ima manjši vpliv in je manj škodljivo za žrtve kot nasilje v resničnem svetu.
- Če bi bil žrtev spletnega nasilja, verjamem, da bi mojo prijavo resno obravnavali organi pregona (policija, sodniki itd.).
- Reagiram na sovražni govor proti dekletom in ženskam, ki ga opazim na spletu (prijava, komentar v obrambi itd.).
- Sredstva informacijsko-komunikacijske tehnologije lahko prispevajo k večji škodljivosti sovražnega govora na spletu.
- Če znaš uporabljati digitalne medije, ne boš postal žrtev spletnega nasilja.
- Žrtve spletnega ustrahovanja so v večji nevarnosti za klasično ustrahovanje, zlorabo substanc in težave v šoli.
- Večina žrtev spletnega ustrahovanja pove o tem odrasli osebi (staršu ali učitelju).
- Najstniki redkeje ustrahujejo druge, če vedo, da tega ne počnejo njihovi prijatelji.
- Tisti, ki ustrahujejo v šoli, pogosto izvajajo tudi spletno ustrahovanje.
- Večina tistih, ki ustrahujejo druge na spletu, so izobčenci ali preprosto zlobni otroci.

3. del – Kratki odgovori (obvezni)

Poročanje o spletnem nasilju je pogosto pomanjkljivo. Zakaj misliš, da ljudje ne prijavijo spletnega nasilja?

Zloraba intimnih slik brez soglasja ima resne posledice za žrtve. Kaj bi povedal prijatelju oz. prijateljici, če bi bila žrtev?

Ali meniš, da obstajajo situacije, ko je deklica ali ženska, žrtev spletnega ustrahovanja, delno odgovorna za to, kar se ji dogaja? Če ja, naštej primere.

Post test

Spletno nasilje je zloraba, ki uporablja digitalne tehnologije.

Drži

Ne drži

Izraz nasilje na podlagi spola opisuje katerokoli obliko nasilja – fizično, spolno, psihološko, ekonomsko ali sociokulturno – ki negativno vpliva na človekovo telesno ali duševno zdravje, razvoj in identiteto ter je posledica neenakosti med spoloma, saj izkorišča razlike med moškimi in ženskami.

Drži

Ne drži

Spletno nasilje je podobno kot nasilje v resničnem svetu, vendar ni tako resno, saj nima fizičnih posledic. (Izberi pravilen odgovor)

Drži

Ne drži

Dejanje nasilja na podlagi spola izhaja iz neenakosti med ženskami in moškimi, ki v naši družbi še vedno obstaja.

Drži

Ne drži

Spletno nasilje na podlagi spola (izberi pravilen odgovor):

- Lahko ima resne posledice.
- Se dogaja samo na družbenih omrežjih.
- Ima le eno obliko izražanja.
- Je skoraj vedno anonimno.

Kaj ni skupno spletnemu nasilju na podlagi spola in nasilju na podlagi spola v resničnem svetu? (Izberi pravilen odgovor):

- Spletno nasilje ne more potekati v obliki zalezovanja. To je značilno samo za nasilje v resničnem svetu.
- Spolno nadlegovanje se lahko zgodi samo v resničnem svetu.
- Spletno nasilje pogosto poteka ves čas, saj se žrtev težje umakne storilcu kot pri nasilju v resničnem svetu.
- Intimni partner (fant, punca, zakonec) ne more biti storilec spletnega nasilja na podlagi spola. To je bolj značilno za resnični svet.

Ena od naprav, ki omogoča spletno nasilje na podlagi spola, je pametna ura.

Drži

Ne drži

Zloraba intimnih slik brez soglasja je (izberi pravilen odgovor):

- Ni vrsta spletnega nasilja.
- Skoraj izključno usmerjena proti ženskam in dekletom.
- Delno krivda osebe, ki je dovolila, da jo nekdo fotografira.
- Manj škodljiva kot nasilje v resničnem svetu.

Vsa dejanja spletnega nasilja (izberi pravilen odgovor):

- Se lahko začnejo na spletu in nadaljujejo v resničnem svetu, npr. v šoli, na delovnem mestu ali doma.
- Se ne morejo začeti v resničnem svetu in nadaljevati na spletu.
- Se morajo vedno dogajati izključno na spletu.
- Ne morejo biti povzročena s strani osebe ali skupine, ki jo žrtev pozna, kot npr. (bivši) intimni partner, sošolec ali sodelavec.

Spletno zalezovanje (izberi pravilen odgovor):

- Najpogosteje prihaja s strani anonimne osebe.
- Je ključna taktika nadzora v nasilnih partnerskih odnosih.
- Skoraj nikoli ne izhaja iz srečanja v resničnem svetu, temveč se začne izključno na spletu.
- Žrtve ne poročajo o depresiji in samomorilnih mislih kot posledici spletnega nasilja.

Dekleta in ženske, ki so doživele spletno nasilje, so nato bolj previdne in zato redkeje doživljajo nasilje v resničnem svetu.

Drži

Ne drži

Pomembna značilnost spletnega ustrahovanja deklet je (izberi pravilen odgovor):

- Da se dogaja večkrat.
- Da se dogaja izključno na spletu.
- Da ga izvajajo izključno fantje nad dekleti.

- Da se pogosteje dogaja mlajšim fantom kot dekletom.

2. del – V kolikšni meri se strinjaš z naslednjimi trditvami?

(Popolnoma se ne strinjam / Ne strinjam se / Delno se strinjam / Strinjam se / Popolnoma se strinjam)

- Vsakdo je dobrodošel v kibernetskem prostoru.
- Spletno nasilje je spolno nevtrarno.
- Digitalni prostor je postal prostor za širjenje nasilnih diskurzov in prepričanj.
- Ustrahovanje v resničnem svetu je hujše kot ustrahovanje na spletu.
- Digitalni (spletni) in fizični (nespletni) prostori se doživljajo kot ena celovita resničnost.
- Spletno nasilje ima manjši vpliv in je manj škodljivo za žrtve kot nasilje v resničnem svetu.
- Če bi bil žrtev spletnega nasilja, verjamem, da bi mojo prijavo resno obravnavali organi pregona (policija, sodniki itd.).
- Reagiram na sovražni govor proti dekletom in ženskam, ki ga opazim na spletu (prijava, komentar v obrambi itd.).
- Sredstva informacijsko-komunikacijske tehnologije lahko prispevajo k večji škodljivosti sovražnega govora na spletu.
- Če znaš uporabljati digitalne medije, ne boš postal žrtev spletnega nasilja.
- Žrtve spletnega ustrahovanja so v večji nevarnosti za klasično ustrahovanje, zlorabo substanc in težave v šoli.
- Večina žrtev spletnega ustrahovanja pove o tem odrasli osebi (staršu ali učitelju).
- Najstniki redkeje ustrahujejo druge, če vedo, da tega ne počnejo njihovi prijatelji.
- Tisti, ki ustrahujejo v šoli, pogosto izvajajo tudi spletno ustrahovanje.
- Večina tistih, ki ustrahujejo druge na spletu, so izobčenci ali preprosto zlobni otroci.

3. del – Kratki odgovori (obvezni)

Poročanje o spletnem nasilju je pogosto pomanjkljivo. Zakaj misliš, da ljudje ne prijavijo spletnega nasilja?

Zloraba intimnih slik brez soglasja ima resne posledice za žrtve. Kaj bi povedal prijatelju oz. prijateljici, če bi bila žrtev?

Ali meniš, da obstajajo situacije, ko je deklica ali ženska, žrtev spletnega ustrahovanja, delno odgovorna za to, kar se ji dogaja? Če ja, naštej primere.

6.4 Delavnica 6: Predloga za analizo SWOT

Scenarij 1:

Jasna, ki je pred kratkim doživela težak razhod, je pripravljena ponovno začeti hoditi na zmenke. Prijatelji jo spodbujajo, naj poskusi s spletnimi zmenki. Jasna je naravno zaupljiva in ima nižjo raven digitalne pismenosti.

Naloga:

V skladu z načeli ANALIZE SWOT opredelite: prednosti + slabosti + priložnosti + tveganja, tj. pomembne elemente/faktorje, s katerimi bi se vaš lik lahko srečal, ko bi poskusil s spletnimi zmenki.

PREDNOSTI	SLABOSTI
PRILOŽNOSTI	TVEGANJA

6.3 Seznam virov in referenc

Allen, A. (2022). An Intersectional Lens on Online Gender Based Violence and the Digital Services Act. <https://verfassungsblog.de/dsa-intersectional/>

Amudhan, S., Kumar Sharma, M., Anand, N. & Johnson, J. (2024). "Snapping, sharing and receiving blame": A systematic review on psychosocial factors of victim blaming in non-consensual pornography. *Industrial Psychiatry Journal*, 33(1), 3–12.

Anderson, J. & Lee, K. (2017). The Internet & Intimate Partner Violence: Technology Changes, Abuse Doesn't. AEQUITAS – The Prosecutor's Newsletter on Violence against Women (16). <https://aequitasresource.org/wp-content/uploads/2018/09/The-Internet-and-Intimate-Partner-Violence-Technology-Changes-Abuse-Does-Not-Issue16.pdf>

Bansal, V., Leasure, E., Roth, C., Rezwan, M., Iyer, M., Pal, P., & Hinson, L. (2023). Help-seeking behaviours of those experiencing technology-facilitated GBV in Asia: implications for policy and programming. *Journal of Gender-Based Violence*, 7(2), 352–363.

Brečko, B. N. (2019). *Odklikni! Spletno nadlegovanje deklet: Raziskovalno poročilo*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede, Center za družboslovno informatiko. https://odklikni.enakostspolov.si/wp-content/uploads/2020/02/Odklikni_POROCILO_A4_12_2020web.pdf

Chen, Y., Wang, L., Guo, S. & Gu, Q. (2025). Violent or competitive? Unpacking adolescent cyber-aggressive behavior in text, video, and game context. *Frontiers in Psychology*, (16).

Chowdhury, N., Erman, D., Raihan, M. M. H., Marshall, Z., Datta, R., Aghajafari, F., Shankar, J., Sehgal, K., Rashid, R. & Turin, T. C. (2023). Intersecting Effects of Sexism, Racism, and Xenophobia on Gender-Based Violence Against Visible Minority Women: An Evidence Synthesis. Department of Family Medicine, Cumming School of Medicine, University of Calgary.

Collins, P. H., da Silva, E. C. G., Ergun, E., Furseth, I., Bond, K. D. & Martínez-Palacios, J. (2021). Intersectionality as Critical Social Theory: Intersectionality as Critical Social Theory. *Contemporary Political Theory*, 20(3), 690–725.

Cookson, T. P., Fuentes, L., Kuss, M. K. & Bitterly, J. (2023). Social norms, gender and development: A Review of Research and Practice. UN-Women Discussion Paper Series No. 42. United States, New York: UN-Women.

Council of the European Union. (2013). *Council recommendation of 22 April 2013 on establishing a Youth Guarantee* (2013/C 120/01). EUR-Lex. [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/ALL/?uri=CELEX:52013XG0614\(02\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/ALL/?uri=CELEX:52013XG0614(02))

De Silva de Alwis, R. (2024). A Rapidly Shifting Landscape : Why Digitized Violence is the Newest Category of Gender-Based Violence. *A Revue des Juristes de Sciences*, 25.

Dennehy, R., Meaney, S., Cronin, M. & Arensman, E. (2020). The psychosocial impacts of cybervictimisation and barriers to seeking social support: Young people's perspectives. *Children and Youth Services Review*, 112.

EC. (n.d.). What is gender-based violence? https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/policies/justice-and-fundamental-rights/gender-equality/gender-based-violence/what-gender-based-violence_en

EIGE. (2020). Gender Equality Index 2020: Digitalisation and the future of work. https://eige.europa.eu/publications-resources/toolkits-guides/gender-equality-index-2020-report/when-gender-based-violence-goes-digital?language_content_entity=en

EIGE. (2022). Gender-based violence: Combating Cyber Violence against Women and Girls. Luxembourg: Publications Office of the European Union. https://eige.europa.eu/sites/default/files/documents/combating_cyber_violence_against_women_and_girls.pdf

EIGE. (2024). Tackling cyber violence against women and girls: The role of digital platforms. Luxembourg: Publications Office of the European Union. https://eige.europa.eu/publications-resources/publications/tackling-cyber-violence-against-women-and-girls-role-digital-platforms?language_content_entity=en

EIGE. (n.d.). Glossary & Thesaurus. <https://eige.europa.eu/publications-resources/the-saurus/overview>

Fisher, C. B., Tao, X. & Ford, M. (2024). Social media: A double-edged sword for LGBTQ+ youth. *Computers in Human Behavior*, 156.

Fitoz, C. (2025). From Incels to Mercenaries: When Online Hate Becomes Real-World Violence. <https://www.techpolicy.press/from-incels-to-mercenaries-when-online-hate-becomes-realworld-violence/>

FRA. (2024). Harassment and violence against LGBTIQ people on the rise. <https://fra.europa.eu/en/news/2024/harassment-and-violence-against-lgbtqi-people-rise>

Georgieva, M., Sabeva, P., Mahmud, S. & Sabeva, V. (2024). Handbook for youth workers working in the field of digital safety. Dobrich, Bulgaria: Follow me Association. https://www.researchgate.net/publication/382276511_Handbook_for_youth_workers_working_in_the_field_of_digital_safety#pf29

Hellevik, P. M. (2019). Teenagers' personal accounts of experiences with digital intimate partner violence and abuse. *Computers in Human Behavior*, 92, 178–187.

Hicks, J. (2021). Global evidence on the prevalence and impact of online gender-based violence (OGBV). K4D Helpdesk Report – Institute of Development Studies.

Holdsworth, A. (2024). The role of moral disengagement and lack of empathy in cyberbullying: How school nurses can respond. <https://www.familyandchildhealth.com/content/professional/the-role-of-moral-disengagement-and-lack-of-empathy-in-cyberbullying-how-school-nurses-can-respond/>

Iñigo, A. G. (2024). Portrayal and perception of gender norms in social media: Analysis of the “I'm just a girl” TikTok trend. Master thesis, School of Arts & Communication, Malmö University. <https://mau.diva-portal.org/smash/get/diva2:1884560/FULLTEXT02.pdf>

Kim, M., Ellithorpe, M. & Burt, S. A. (2023). Anonymity and its role in digital aggression: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 72.

Lesar, G. (2020). Načrtna in reflektirana uporaba tišine v socialnem delu. *Socialno delo*, 59(4), 275–291. https://www.revija-socialnodelo.si/mma/4_lesar.pdf/2020092413202402/

Lomba, N., Navarra, C. & Fernandes, M. (2021). Combating gender-based violence: Cyber violence. European Added Value Unit, Directorate-General for Parliamentary Research Services. [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/662621/EPRS_STU\(2021\)662621_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/662621/EPRS_STU(2021)662621_EN.pdf)

Malinowska, A. (2017). Lost in representation: Disabled sex and the aesthetics of the ‘norm. *Sexualities* 21(3).

Mijatović, D. (2022). No space for violence against women and girls in the digital world. <https://www.coe.int/en/web/commissioner/-/no-space-for-violence-against-women-and-girls-in-the-digital-world>

NSRVC. (2022). Practicing Digital Consent. <https://www.nsvrc.org/saam/2022/learn/practicingdigitalconsent#:~:text=Just%20like%20in%2Dperson%20sexual,if%20you%20don't%20know>

O'Brien, M. (2024). Online violence: real life impacts on women and girls in humanitarian settings. <https://blogs.icrc.org/law-and-policy/2024/01/04/online-violence-real-life-impacts-women-girls-humanitarian-settings/>

Pandea, A. R., Grzemny, D. & Keen, E. (2019). Gender matters: A manual on addressing gender-based violence affecting young people. Council of Europe. <https://rm.coe.int/gender-matters-a-manual-on-addressing-gender-based-violence-affecting-/16809e1c34>

Pravice žrtev in prijava kaznivih dejanj | GOV.SI. (2024). Portal GOV.SI. <https://www.gov.si teme/pravice-zrtev-kaznivih-dejanj/>

Prokopenko, E. & Hango, D. (2022). Bullying victimization among sexually and gender diverse youth in Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2022001/article/00010-eng.htm>

Rajani, N. (2022). "I Bet You Don't Get What We Get": An Intersectional Analysis of Technology-Facilitated Violence Experienced by Racialized Women Anti-Violence Online Activists in Canada. *Canadian Journal of Law and Technology*, 19(2), 217–247.

Safe.si. (2024, avgust 23). *Safe.si raziskava: Vse več spletnega nasilja med osnovnošolci*. <https://safe.si/novice/safesi-raziskava-vse-vec-spletnega-nasilja-med-osnovnosolci>

Safe.si. (n.d.). Safe.si raziskava SID 2024: Spletno vrstniško nasilje med najstniki. <https://safe.si/raziskave-in-trendi/safesi-raziskava-sid-2024-spletno-vrstnisko-nasilje-med-najstniki>

Sala-Torrent, M. & Planas-Lladó, A. (2024). Enhancing youth voices: Exploring community participation through youth workers. *Children and Youth Services Review*, 160. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740924001725?via%3Dihub>

Schroeder, J. (2020). Reinscribing gender: social media, algorithms, bias. *Journal of Marketing Management*, 37(3-4).

Smith, J., Jones, E. & Judson, E. (2020). What's in a name? A forward view of anonymity online. London, England: Demos. <https://demos.co.uk/wp-content/uploads/2023/02/Anonymity-FINAL-1.pdf>

Social Development Direct. (2022). Technology-Facilitated Gender-Based Violence: Preliminary Landscape Analysis. <https://www.sddirect.org.uk/sites/default/files/2023-07/Global%20Partnership%20TFGBV%20Preliminary%20Landscape%20Analysis.pdf>

Torp Løkkeberg, S., Ihlebæk, C., Brottveit, G., & Del Busso, L. (2023). Digital Violence and Abuse: A Scoping Review of Adverse Experiences Within Adolescent Intimate Partner Relationships. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(3), 1954-1965.

Tosaya, L. C. (2022). The Rise of Digital Misogynoir-Face: Exploitation of Stereotypes for Entertainment and Profit. Master thesis, University of Washington. <https://digital.lib.washington.edu/server/api/core/bitstreams/047b48ce-0c1c-4131-a27f-5c7cbdab1898/content>

UCL. (2024). Social media algorithms amplify misogynistic content to teens. <https://www.ucl.ac.uk/news/2024/feb/social-media-algorithms-amplify-misogynistic-content-teens>

UN Women. (2025). FAQs: Digital abuse, trolling, stalking, and other forms of technology-facilitated violence against women. <https://www.unwomen.org/en/articles/faqs/digital-abuse-trolling-stalking-and-other-forms-of-technology-facilitate-d-violence-against-women>

UNFPA. (2024). Invisible threats: Technology-Facilitated Gender-Based Violence (TfGBV) Against Persons with Disabilities. <https://northmacedonia.unfpa.org/en/publications/invisible-threats-technology-facilitated-gender-based-violence-tfgbv-against-persons>

UNFPA. (n.d.). Technology-Facilitated Gender-Based Violence: A Growing Threat. <https://www.unfpa.org/TFGBV>

UN-HABITAT. (2020). Harsh Realities: Marginalized Women in Cities of the Developing World. <https://unhabitat.org/harsh-realities-marginalized-women-in-cities-of-the-developing-world>

Van Ouytsel, J. & Dhoest, A. (2021). The prevalence, context and perceptions of sexting among non-heterosexual men from various generations in Belgium. *Computers in Human Behavior*, 126.

Vec, Tomaž (2002). Specifične komunikacijske tehnike v svetovalno-terapevtski praksi. *Socialna pedagogika (Ljubljana)*, letnik 6, številka 4, str. 405-429. URN:NBN:SI:DOC-YAQS2JXJ from <http://www.dlib.si>



MEDUSA

PARTNERS

COORDINATOR

Inštitut za proučevanje enakosti spolov (IPES)
Slovenia
ipes-si.org

CESIE
Italy
cesie.org

MREZA MLADIH HRVATSKE (MMH)
Croatia
www.mmh.hr

ZAVOD MLADINSKA MREZA MAMA (MaMa)
Slovenia
www.mreza-mama.si



**Co-funded by
the European Union**

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are solely those of the author(s) and do not necessarily reflect the views and opinions of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor the National Agency can be held responsible for them.

2022-2-SI02-KA220-YOU-000099917