Otroci so preveč izpostavljeni zaslonom. Samo Akt o otrocih tega (žal) ne bo rešil.

Potem ko je decembra lani (2025) tudi v naših medijih odjeknila novica, da se je Avstralija - kot prva država na svetu – odločila, da mlajšim od šestnajst let prepove uporabo družbenih omrežij, in je pozornost naših medijev in javnosti vzbudilo vprašanje, ali se bomo za podoben ukrep odločili tudi pri nas, je Evropska komisija novembra letos predlagala zakonodajni predlog t. i. EU Kids Act (Akt za otroke), ki bi mladoletnim pomagal krmariti v varnem digitalnem okolju.

Kaj se pravzaprav dogaja?

Splet je danes sestavni del življenja, tudi za otroke[1], pri čemer ponuja številne priložnosti - za učenje, ustvarjanje, igro, raziskovanje, obveščanje in interakcijo z drugimi. V zadnjem obdobju se otroci z internetom prvič večinoma srečajo v zgodnejših letih kot je to veljalo nekoč in v povprečju na spletu preživijo tudi več časa kot kdaj koli doslej. Prav ta naraščajoča in zgodnja spletna prisotnost pa otroke izpostavlja tudi tveganjem za njihovo varnost, dobro počutje in razvoj.

Raziskava Safe.si razkriva, da imajo mladi v Sloveniji zelo dober dostop do digitalnih naprav. »Predvsem ugotavljamo, da je med obema skupinama delež mladih, ki imajo dostop do pametnih telefonov izjemno visok – 98 % med osnovnošolci (tretje triade) in 99 % med srednješolci,« izhaja iz raziskave (Safe.si, 2025, 11). Kot še pojasnjujejo, so prav pametni telefoni ključni za razumevanje digitalnih praks mladih in problematične uporabe tehnologije, saj združujejo funkcionalnosti računalnika s prenosljivostjo in stalno dosegljivostjo, zaradi česar so mladostniki nenehno povezani in dosegljivi.

Raziskava Mladina 2020 ugotavlja, da preko 80 % mladih uporablja internet predvsem za pregledovanje elektronske pošte, poslušanje glasbe, gledanje videov in internetne televizije ter deljenje vsebin in komunikacijo na družbenih omrežjih. V okviru vseh aktivnosti na internetu mladi namenijo največ časa za spremljanje zabavnih vsebin, ko gre za delo z IKT, pa večinoma opravljajo le osnovna opravila (npr. delo z urejevalnikom teksta).

To potrjujejo tudi podatki Safe.si, iz katerih izhaja, da mladi najpogosteje uporabljajo Snapchat, TikTok, YouTube in Instagram – več kot polovica mladih dnevno oziroma večkrat dnevno. »Najpopularnejšo aplikacijo Snapchat kar 77,9 % osnovnošolcev in 83,7 % srednješolcev uporablja vsak dan (Safe.si, 2025, 12).«

Podatki Statističnega urada Republike Slovenije razkrivajo, da je imelo v letu 2025 v Sloveniji zelo dobro razvite (napredne) digitalne spretnosti le 20 % prebivalstva. Pri starostni skupini mladih (16-24 let) je primerjava na prvi pogled bolj spodbudna, saj ima vsaj osnovne digitalne spretnosti 68 % vprašanih. Vendar jih med temi le 33 % dosega raven digitalnih spretnosti in znanj, ki je nad osnovno, kar je še vedno pod povprečjem držav EU. Prav tako pa ostaja več kot 30 % takih, ki imajo pomanjkljive oz. skromne digitalne spretnosti (SURS, 2025).

Ob tem je še posebej zaskrbljujoč čas, ki ga mladi preživijo na spletu. Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladih, ki so tudi v Sloveniji objavljene že nekaj let, usmerjajo precej konkretno:

- do dopolnjenega drugega leta starosti naj otrok ne bo izpostavljen zaslonom;

[1] Po 5. členu Družinskega zakonika je otrok oseba, ki še ni dopolnila 18 let, razen če je že prej pridobila popolno poslovno sposobnost.

- v starosti od 2 do 5 let naj se uporaba zaslonov časovno omeji na manj kot eno uro na dan v navzočnosti staršev, pri čemer naj bo čas uporabe sorazmeren starosti (mlajši manj ali še bolje nič);
- v starosti od 6 do 9 let (prva triada osnovne šole) naj bo čas uporabe zaslonov v prostem času omejen na v povprečju največ eno uro na dan;
- v starosti od 10 do 12 let (druga triada osnovne šole) naj bo čas uporabe zaslonov v prostem času omejen na v povprečju največ eno uro in pol na dan;
- V starosti od 13 do 18 let (tretja triada osnovne šole in srednje šole) naj bo čas uporabe zaslonov v prostem času omejen na v povprečju največ dve uri na dan (Vintar Spreitzer, Mateja, Baš, Denis in drugi. 2021.)

Poročilo Regionalnega sklada Svetovne zdravstvene organizacije, ki je leta 2022 izvedlo raziskavo, v katero je bilo zajetih skoraj 280.000 mladih, starih 11, 13 in 15 let, v 44 državah in regijah po Evropi, Srednji Aziji in Kanadi, ter tudi v Sloveniji, med drugim razkriva, da:

- je več kot tretjina (36 %) mladostnikov skoraj ves čas v stiku s prijatelji prek spleta; najvišji odstotki so med 15-letnimi dekleti (44 %);
- so pri več kot 1 od 10 mladostnikov (11 %) prisotni znaki pretirane in kompulzivne uporabe socialnih omrežij, saj težko nadzorujejo uporabo in doživljajo negativne posledice. Več problematične uporabe socialnih omrežij je med dekleti (13 %) kot med fanti (9 %).

Tudi podatki za Slovenijo kažejo, da so se med letoma 2018 in 2022 pri mladostnikih zvišali odstotki uporabe različnih digitalnih medijev, vključno s problematično uporabo spletnih socialnih medijev in igranjem video, računalniških ali spletnih iger (NIJZ, 2024).

Raziskava Safe.si je pokazala, da 45 % najstnikov že v osnovni šoli primerja svoj obraz in telo s popolnimi podobami vplivnežev in vplivnic ter zvezdnic in zvezdnikov na spletu in je zaradi tega nezadovoljnih s svojim videzom. Na počutje najstnikov tako v osnovni kot v srednji šoli negativno vplivajo tudi situacije na internetu, kjer se počutijo izključeni iz družbe (vrstnikov) ali so žrtve spletnega nasilja. Najslabše se počutijo, če so izključeni iz zasebne skupine sošolcev na družabnem omrežju ali aplikaciji. 53 % osnovnošolskih najstnikov in 57 % srednješolcev se v takem primeru počuti slabo. Zaradi uporabe interneta 37 % sedmošolcev, 44 % učencev 8. razreda, 54% devetošolcev in kar 64 % dijakov poroča o pomanjkanju spanja. Dekleta so precej obremenjena tudi s čim hitrejšim odgovarjanjem na sporočila. Kar 70 % učenk in 78 % dijakinj čuti ta pritisk, medtem ko je pri fantih delež 48 % in 59 %. Kar 66 % osnovnošolskih deklet in 68 % srednješolk se želi za nekaj časa odklopiti od interneta, pa se bojijo, da bodo kaj zamudile. Pri fantih je ta delež 54 % in 59 % (Safe.si, 2022).

Kot pojasnjuje socialni psiholog Jonathan Haidt, so igra, svobodno gibanje in druženje s sovrstniki vedno igrali ključno vlogo pri čustvenem in socialnem razvoju otrok. Toda vse to se je začelo rušiti v 80. letih in doživelo zlom po letu 2010, ko so otroci večino prostega časa začeli preživljati pred zasloni. To ima številne posledice, kot so pomanjkanje spanja, razdrobljena pozornost, zasvojenost z zaslonom, osamljenost, družbeno primerjanje, depresija, tesnobnost in celo povečanje stopnje samomorilnosti (Haidt, 2025).

Glede na raziskavo EU Kids online 2020, ki je bila izvedena med otroki in mladimi, starimi od 9 do 16 let, približno vsak deseti otrok vsak mesec postane žrtev spletnega ustrahovanja. Enako število otrok pravi, da se na spletu nikoli ne počutijo varne. Unicef navaja, da na svetovni ravni »več kot tretjina mladih v 30 državah poroča o spletnem ustrahovanju, pri čemer vsak peti zaradi tega izpušča šolo«. Na to temo Safe.si opaža zanimivo povezavo: verjetnost doživljanja spletnega nadlegovanja se povečuje z višanjem povprečnega dnevnega števila ur, preživetega na družbenih omrežjih (Safe.si, 2025, 13-14).

Na januarskem (2026) javnem posvetu o odgovorni rabi družbenih omrežij je predstavnik Centra za varnejši internet povedal, da lahko najstniki po trenutnih pravilih družbena omrežja

uporabljajo od 13. leta dalje. Številne raziskave opozarjajo na negativne vplive družbenih omrežij na mlajše: dekleta do 13. leta in fantje do 15. leta za njihovo uporabo še niso dovolj zreli. Največja težava pri vsem tem pa je odgovornost samih družbenih omrežij. Kljub obljubam ne zagotavljajo ustrezne zaščite najmlajših, temveč celo razvijajo zasvojljive mehanizme. Temu je s konkretnim primerom pritrdil predstavnik Dijaške organizacije Slovenije, ki je izpostavil, da pri sovrstnikih opaža, da so na telefonih ves čas - tudi med poukom, ter dejal: »Mojim vrstnikom je digitalno pogosto bližje kot družina, kot oče in mama.«

Večina članic EU za zaščito v okviru enotne evropske zakonodajo

Z namenom zaščite otrok in mladih na spletu je EU že v preteklosti sprejela različne deklaracije in strategije, npr. evropsko deklaracijo o digitalnih pravicah in načelih, strategijo Boljši internet za otroke (BIK+) in splošno strategijo o otrokovih pravicah. Celo novi okvir digitalnih kompetenc za državljane – DigComp 3.0 – vključuje tudi t.i. kompetenco razvoja digitalne dobrobiti.
Med dosedanjimi zakonodajnimi ukrepi je potrebno izpostaviti Zakon o digitalnih storitvah (DSA), ki velja za enega najpomembnejših digitalnih predpisov EU, ki ščiti državljane, vključno z mladoletniki, pred spletno škodo. DSA določa omejitve in obveznosti za različne digitalne storitve, vključno s platformami družbenih medijev, pri čemer se pravila razlikujejo glede na vlogo, velikost in vpliv spletne platforme. V 28. členu govori o zavezanosti zaščite otrok in mladostnikov, pri čemer določa, kdaj je preverjanje starosti ustrezno, vendar ga ne zahteva kot obvezen pogoj.
Večina držav članic EU je v zadnjem letu glasno poudarjala, da vse našteto ni dovolj. Tudi Slovenija je na zasedanju Sveta EU za telekomunikacije junija lani (2025) podprla pobudo Španije za okrepitev zaščite mladoletnikov pred škodljivimi vsebinami in spletnimi tveganji. Skupaj z Dansko in Ciprom se je Slovenija nato pridružila tudi predlogu Grčije za skupni regulativni okvir EU, ki od mladoletnikov zahteva, da za dostop do nekaterih platform, kot so TikTok, Instagram in Snapchat, pridobijo soglasje staršev. Pobudo sta podprli tudi Francija in Španija. Oktobra 2025 je na neformalnem srečanju ministrov na Danskem tudi Slovenija pristopila k podpisu Jutlandske deklaracije, med cilji katere so zaščita mladoletnikov pred zasvojenostjo, škodljivo vsebino in manipulativnimi oblikami spletnega okolja.
Tudi v okviru letošnjih zasedanj (2026) področnih ministrov je bilo bolj in bolj jasno, da pričakujejo države članice zakonodajno rešitev na EU nivoju, pri čemer so nekatere nujnost ukrepanja nakazale tudi s pripravo lastne (nacionalne) zakonodaje, češ da ni več mogoče odlašati.

Vsebina predloga evropskega Akta o otrocih

Predlog Akta o otrocih vzpostavlja enoten evropski pravni okvir za zagotovitev varnejšega in starosti primernega digitalnega okolja za otroke z enotnimi pravili za ponudnike določenih digitalnih storitev v Uniji, predvsem spletnih storitev družbenega mreženja, storitev platform za izmenjavo videov, trgovin s programskimi aplikacijami, spletnih iger, operacijskih sistemov, umetnointeligenčnih spremljevalcev in splošnih pogovornih klepetalnih botov.

Temelji na štirih stebrih:

1. starostne omejitve za dostop do določenih storitev,
2. varnost po zasnovi (safety-by-design),
3. preverjanje starosti ob varovanju zasebnosti,
4. večja odgovornost digitalnih platform.

Komisija pojasnjuje, da se z določitvijo starostnih omejitev za dostop do določenih storitev v digitalnem okolju in z zahtevami po vgrajeni varnosti po zasnovi, ki bi veljala v vsej Uniji, usklajujejo razlike med nacionalnimi pravili, odpravljajo ovire za izvajanje digitalnega enotnega trga, zagotavlja pravna varnost in podobna raven zaščite za vse otroke v Uniji. Predlog akta pri zagotavljanju visoke ravni zaščite otrok v digitalnem okolju upošteva, da se poslovni modeli na tem dinamičnem področju nenehno spreminjajo in da je treba preprečiti nastanek vrzeli. Z določitvijo zahtev za uporabo metod za zagotavljanje primerne starosti predlog akta zagotavlja, da bo uporaba teh metod sorazmerna, učinkovita, zanesljiva in da se bo z njimi ohranila zasebnost. Predlog akta vzpostavlja obveznosti za različne vrste digitalnih storitev in sistemov glede na naravo storitve ali sistema, da se zagotovita njihova ciljna usmerjenost in sorazmernost. Komisija ob tem pojasnjuje, da se s takim pristopom obravnavajo izzivi digitalnega okolja, pri tem pa se ne preobremenijo ponudniki storitev.

Prvo poglavje določa predvsem obseg zakonodajnega predloga in njegovo povezavo z že obstoječim zakonodajnim okvirjem (Akt o umetni inteligenci, Akt o digitalnih storitvah itd.). Kot je poudarjeno, akt ne ureja celotnega interneta, temveč določene digitalne storitve – spletne storitve družbenega mreženja, storitve platform za izmenjavo videov, spletne igre, operacijske sisteme, umetnointeligenčne spremljevalce, splošne pogovorne klepetalne bote in trgovine s programskimi aplikacijami.

V drugem poglavju so opredeljena pravila o odložitvi dostopa otrok do spletnih storitev družbenega mreženja in storitev platform za izmenjavo videov. V predlogu akta so določene tri starostne skupine in pogoji za njihov dostop do navedenih storitev:

- mlajši od 13 let ne morejo samostojno dostopati do ali uporabljati teh storitev, dostop je mogoč le do posebej prilagojenih storitev pod nadzorom skrbnikov;
- otroci od 13 do 15 let, ki lahko imajo t. i. mini račun z omejenimi, starosti primernimi, funkcionalnostmi storitve in časovno omejitvijo uporabe, ki ga upravlja skrbnik;
- otroci od 15 do 18 let, ki lahko sami odprejo in upravljajo račun.

Tretje poglavje naslavlja varnost po zasnovi (safety by design). V prvem oddelku tako naslavlja splošne obveznosti glede vgrajene varnosti za ponudnike spletnih storitev družbenega mreženja, storitev platform za izmenjavo videov, spletnih iger, umetnointeligenčnih spremljevalcev, splošnih pogovornih klepetalnih botov in trgovin s programskimi aplikacijami. Obveznosti se uporabljajo tudi za neregistrirane prejemnike storitve ali uporabnike sistema – od njih je možno odstopati šele takrat, kadar je ugotovljeno, da je prejemnik storitve ali uporabnik sistema odrasla oseba, pri čemer se uporabi mehanizem glede ugotavljanja primerne starosti.

V drugem oddelku predlog določa konkretne obveznosti za ponudnike spletnih storitev družbenega mreženja in storitev platform za izmenjavo videov glede zasvajajoče zasnove, priporočilnih sistemov, privzetih varnih nastavitev in zaščitnih ukrepov v zvezi s stiki in interakcijo. Predlog tako na primer določa, da morajo biti profili mladoletnikov zasebni, pri čemer se podatki zbirajo le v nujnem obsegu. Med omejitvami zasvojljivih algoritmov so posebej izpostavljeni neskončno drsenje (infinite scroll), sistemi nagrajevanja, pretirana personalizacija, obvestila v času spanja in drugi vzorci, ki spodbujajo dolgotrajno uporabo. Kot zaščita pred nezaželenimi stiki so omenjeni preprečevanje kontaktiranja otrok s strani neznancev, enostavna blokada uporabnikov in hitri mehanizmi prijave.

V tretjem oddelku so posebej urejena pravila za umetnointeligenčne spremljevalce in splošne pogovorne klepetalne bote. Predvideno je, da umetnointeligenčne rešitve ne smejo spodbujati navezanosti, nadomeščati človeških odnosov ali manipulirati z otrokovimi čustvi. Akt predvideva tudi, da morajo biti določene funkcionalnosti umetne inteligence izklopljene, dokler niso izpolnjeni pogoji za varno uporabo.

Predlog predvideva evropske rešitve za preverjanje starosti, uporabo sistemov z varovanjem zasebnosti in prepoved nepotrebnega hranjenja osebnih podatkov. Komisija izrecno poudarja, da preverjanje starosti ne sme postati sistem množične identifikacije uporabnikov.

Zakonodaja je temelj, ne pa še rešitev

Predlog evropskega Akta za otroke pomeni pomemben premik v razumevanju odgovornosti za varnost otrok v digitalnem okolju. Odgovornosti ne prelaga zgolj na otroke in njihove starše, temveč jo v večji meri nalaga tudi ponudnikom digitalnih storitev, ki ta okolja oblikujejo. Predlagane starostne omejitve, varne privzete nastavitve, omejevanje zasvajajočih funkcionalnosti in večja odgovornost platform so zato pomemben korak. Toda še tako dobra zakonodaja sama po sebi ne more spremeniti načina, kako kot družba živimo z digitalnimi tehnologijami.

Če želimo doseči trajnejše spremembe, mora zakonodajni okvir spremljati širši družbeni odziv. Pri tem sta ključni predvsem dve področji:

1. Vlaganje v digitalno pismenost in digitalno dobrobit

Otrokom in mladim ni dovolj zgolj omejiti dostopa do posameznih storitev. Naučiti jih moramo, kako digitalne tehnologije uporabljati zavestno, kritično, ustvarjalno in odgovorno. Digitalna pismenost danes ne pomeni več samo tega, da znamo uporabljati računalnik ali telefon. Vključuje razumevanje delovanja digitalnega okolja, kritično presojo informacij in vsebin, varovanje zasebnosti in osebnih podatkov, razumevanje tveganj, povezanih z umetno inteligenco, ter sposobnost vzpostavljanja zdravega odnosa do digitalnih tehnologij.

Enako pomembno je usposabljanje učiteljev, vzgojiteljev in drugih strokovnih delavcev, ki delajo z otroki. Od njih ne moremo pričakovati, da bodo mladim pomagali razumeti izjemno hitro spreminjajoče se digitalno okolje, če jim za to ne zagotovimo ustreznega znanja, orodij in strokovne podpore. Ob otrocih se moramo zato digitalne pismenosti učiti tudi odrasli.

2. Spodbujanje odprtega dialoga in široke ozaveščenosti o izzivih

Drugi pomembni del odgovora je družbeni. O uporabi digitalnih tehnologij, problematični rabi družbenih omrežij, digitalni zasvojenosti, spletnem nasilju, pritiskih na mlade in drugih tveganjih se moramo pogovarjati v družinah, šolah in širši skupnosti. Cilj pri tem ne sme biti ustvarjanje strahu pred tehnologijo, temveč oblikovanje okolja, v katerem lahko otroci in mladostniki o svojih spletnih izkušnjah, tudi neprijetnih, govorijo odkrito in brez občutka krivde ali stigme.

Za to je potrebno sodelovanje širokega kroga deležnikov: vzgoje in izobraževanja, zdravstva, socialnega varstva, raziskovalnih ustanov, organizacij, ki delajo z otroki in mladimi, medijev, staršev ter seveda otrok in mladih samih. Njihov glas je pomemben tudi zato, ker digitalnega okolja ne uporabljajo enako kot odrasli in pogosto prvi zaznajo nove prakse, pritiske in tveganja.

Hkrati moramo še naprej sistematično raziskovati vzroke in posledice problematične rabe družbenih omrežij in drugih digitalnih storitev ter zagotoviti dolgoročne pogoje za delo organizacij in strokovnjakov, ki se s temi vprašanji ukvarjajo. Posamezni projekti so pomembni, vendar družbenega problema takšnih razsežnosti ni mogoče reševati zgolj projektno.

Ključno vprašanje torej ni, ali potrebujemo regulacijo ali izobraževanje, temveč kako učinkovito povezati oboje. Evropski Akt za otroke lahko postavi pomembne varovalke in od ponudnikov digitalnih storitev zahteva, da prevzamejo večji del odgovornosti za okolje, ki ga ustvarjajo. Predlog Evropske komisije gre prav v to smer: poleg postopnega dostopa glede na starost predvideva varnost po zasnovi, omejevanje funkcionalnosti, ki spodbujajo pretirano uporabo, ter večjo odgovornost platform.

Toda noben predpis ne more namesto otroka razviti kritičnega mišljenja, namesto staršev vzpostaviti zdravega odnosa do tehnologije ali namesto šole ustvariti prostora za pogovor o življenju v digitalnem svetu.

Če želimo, da bodo otroci v digitalnem okolju ne le varnejši, ampak tudi samostojni, kritični in odgovorni, moramo zato graditi oboje: varnejše digitalno okolje in posameznike, ki se bodo v njem znali varno in suvereno gibati.

VIRI

- European Commission: Proposal for EU KIDS Act - 'EU Keeping Internet Digital Spaces Accountable and Trustworthy'. 2026. Dostopno na: https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/proposal-eu-kids-act-eu-keeping-internet-digital-spaces-accountable-and-trustworthy
- European Union: Protecting children online. 2025. Dostopno na: https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2025/769570/EPRS_BRI(2025)769570_EN.pdf
- Haidt, Jonathan: Tesnobna generacija. 2025.
- Joint Research Center: DigComp 3.0. 2025. Dostopno na: https://joint-research-centre.ec.europa.eu/projects-and-activities/education-and-training/digital-transformation-education/digital-competence-framework-digcomp/digcomp-30_en
- Nacionalni inštitut za javno zdravje: Porast uporabe digitalne tehnologije med mladostniki. 2024. Dostopno na: Porast uporabe digitalne tehnologije med mladostniki | Nijz
- Safe.si: Vpliv interneta na počutje in duševno dobrobit najstnikov. 2022. Dostopno na: https://safe.si/raziskave-in-trendi/safesi-2022
- Safe.si: Spletno nadlegovanje med mladimi. 2025. Dostopno na: https://safe.si/sites/default/files/spletno_nasilje_digi.dr_-_nov_25_-_final-web.pdf
- Smahel, David, Machackova, Hana in drugi: EU Kids Online 2020. 2020. Dostopno na: https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/reports/EU-Kids-Online-2020-10Feb2020.pdf
- Statistični urad Republike Slovenije: Petina prebivalcev ima zelo dobro razvite digitalne veščine. 2025. Dostopno na: https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/14007
- Unicef: Keeping children safe online. Dostopno na: https://www.unicef.org/protection/keeping-children-safe-online
- Urad za mladino: Raziskava Mladina 2020. 2020. Dostopno na: https://mlad.si/e-katalogi/Mladina_2020/
- Vintar Spreitzer, Mateja, Baš, Denis in drugi: Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih. 2021. Dostopno na: https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/11/uporaba_zaslonov_smernice_za_splet_mali_grayscale.pdf