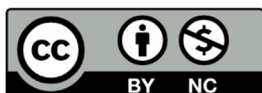


Tea Škarić¹

Znanstveni rad
Prethodno priopćenje

Scientific paper
Preliminary Report

UDK/UDC: 37.018.43



POVEZANOST ŠKOLSKOG USPJEHA UČENIKA I VREMENA PROVEDENOG NA DRUŠTVENIM MREŽAMA

Sažetak:

Istraživanje je provedeno s ciljem ispitivanja utjecaja društvenih mreža na učenike općih gimnazija rođene između 2006. i 2010. godine. Ove generacije aktivne su na društvenim mrežama, što im omogućuje širok pristup informacijama i olakšava proces učenja. Fokus istraživanja bio je na navikama korištenja društvenih mreža te njihovu utjecaju na obrazovanje, koncentraciju, san, razinu stresa i moguće edukativne koristi. Rezultati su pokazali da su učenici svakodnevno aktivni na društvenim mrežama, pri čemu se najčešće koriste TikTokom, Instagramom i Snapchatom. Velik broj učenika društvene mreže koristi i tijekom učenja, što često dovodi do ometanja pažnje i smanjenja učinkovitosti. Iako dio učenika društvene mreže koristi za razmjenu informacija i u edukativne svrhe, većina smatra da im one otežavaju učenje. Neki su primijetili i pad školskog uspjeha kao posljedicu pretjeranog korištenja društvenih mreža. Utvrđen je i negativan utjecaj na navike spavanja te umjerena povezanost s povećanjem stresa vezanog uz školu. Većina učenika ne osjeća poticaj društvenih mreža na uključivanje u izvannastavne aktivnosti, a mišljenja o njihovu utjecaju na socijalne vještine podijeljena su, iako većina smatra da ne postoji značajniji negativan utjecaj.

Zaključno, rezultati ukazuju na snažnu prisutnost društvenih mreža u svakodnevnom životu učenika, ali i na potrebu za većim naglaskom na razvoj digitalne pismenosti i odgovorno korištenje tehnologije kako bi se ublažili negativni učinci na školski uspjeh i mentalno zdravlje.

Ključne riječi: društvene mreže, koncentracija, obrazovanje, stres, učenje.

THE RELATIONSHIP BETWEEN STUDENTS' ACADEMIC ACHIEVEMENT AND TIME SPENT ON SOCIAL MEDIA

Abstract

The paper explores the analysis of leisure time as a key element in an The research was conducted with the aim of examining the impact of social networks on general secondary school students born between 2006 and 2010. These generations are active on social media, which provides them with broad access to information and facilitates the learning process. The focus of the research was on social media usage habits and their impact on education, concentration, sleep, stress levels, and possible educational benefits. The results showed that students are active on social media on a daily basis, most often using TikTok, Instagram, and Snapchat. A large number of students also use social media while studying, which often leads to distraction and reduced efficiency. Although some students use social media to exchange information and for educational purposes, the majority believe that it hinders their learning. Some also noticed a decline in academic performance as a consequence of excessive use of social media.

A negative impact on sleep habits was identified, as well as a moderate correlation with increased school-related stress. Most students do not feel that social media encourages them to participate in extracurricular activities, and opinions on their impact on social skills are divided, although the majority believe there is no significant negative effect.

In conclusion, the results indicate a strong presence of social media in students' everyday lives, but also highlight the need for greater emphasis on developing digital literacy and responsible use of technology in order to mitigate the negative effects on academic achievement and mental health.

Keywords: concentration, education, learning, social networks, stress.

¹učenica opće gimnazije, tea.skarić@skole.hr

UVOD

U suvremenom društvu digitalna tehnologija i društvene mreže igraju sve važniju ulogu u svakodnevnom životu, osobito među mlađim generacijama. Učenici rođeni između 2006. i 2010. godine odrastaju u okruženju u kojem su pristup internetu i društvenim mrežama neizostavan dio njihove svakodnevice. Iako društvene mreže nude brojne prednosti, poput lakše komunikacije i pristupa informacijama, sve se češće postavlja pitanje koliko njihovo korištenje utječe na obrazovni uspjeh i koncentraciju učenika.

S obzirom na sve veću prisutnost društvenih mreža u životima mladih, cilj ovog rada jest istražiti postoji li povezanost između školskog uspjeha učenika i vremena koje provode na društvenim mrežama. Posebna je pozornost usmjerena na navike korištenja društvenih mreža tijekom nastave i učenja, kao i na percepciju samih učenika o tome ometaju li im društvene mreže koncentraciju te koriste li ih u obrazovne svrhe. Predmet istraživanja jest utvrditi u kojoj mjeri društvene mreže utječu na školski uspjeh učenika te koje se razlike mogu uočiti s obzirom na spol, razred i druge demografske čimbenike.

Istraživačka su pitanja oblikovana na sljedeći način:

- Postoji li povezanost između vremena provedenog na društvenim mrežama i školskog uspjeha učenika?
- Koje društvene mreže učenici najčešće koriste i u koje svrhe?
- Koriste li društvene mreže tijekom nastave i smatraju li da to utječe na njihovu pažnju i rezultate u školi?

U svrhu odgovora na navedena pitanja postavljene su sljedeće hipoteze:

H1: Postoji negativna povezanost između vremena provedenog na društvenim mrežama i školskog uspjeha učenika.

H2: Učenici koji koriste društvene mreže tijekom nastave i učenja postižu slabiji školski uspjeh u odnosu na one koji ih koriste rjeđe ili u obrazovne svrhe.

Ciljevi istraživanja formulirani su kako slijedi:

1. Ispitati učestalost i svrhu korištenja društvenih mreža među učenicima.
2. Utvrditi povezanost između vremena provedenog na društvenim mrežama i školskog uspjeha.
3. Istražiti razlike u korištenju društvenih mreža s obzirom na spol i razred učenika.

4. Procijeniti utjecaj korištenja društvenih mreža tijekom nastave i učenja na koncentraciju i rezultate učenika.

Metodologija istraživanja temelji se na prikupljanju podataka putem anketnog upitnika izrađenog na platformi Microsoft Office Forms. Poveznica na upitnik podijeljena je među potencijalnim ispitanicima – učenicima opće gimnazije. Upitnik je obuhvatio demografske podatke (spol, razred/generacija), pitanja o školskom uspjehu, svakodnevnoj upotrebi društvenih mreža te stavovima o njihovom utjecaju na učenje. Analiza podataka provedena je uz pomoć alata MS Excel i osnovne deskriptivne statistike, čime su dobiveni uvidi potrebni za potvrđivanje ili odbacivanje postavljenih hipoteza te ostvarivanje ciljeva istraživanja.

1. PREGLED DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA

U posljednjem desetljeću, s naglim razvojem digitalnih tehnologija i sveprisutnom prisutnošću interneta, društvene mreže postale su sastavni dio života mladih. Učenici osnovnih i srednjih škola sve češće koriste platforme poput Instagrama, TikToka, Snapchata i drugih, ne samo u slobodno vrijeme, već i tijekom nastave ili učenja, što je dovelo do porasta interesa za proučavanje utjecaja ovih mreža na njihov akademski uspjeh. Prema istraživanju Karpinskog i suradnika (2013), postoji značajna povezanost između vremena provedenog na društvenim mrežama i nižeg akademskog uspjeha kod studenata, što ukazuje na to da prekomjerno korištenje društvenih mreža može negativno utjecati na koncentraciju i posvećenost školskim obvezama. Slično tome, Junco (2012) ističe kako korištenje društvenih mreža tijekom nastave može biti jedan od faktora koji ometaju pažnju učenika, a time i smanjuju učinkovitost učenja. Istraživanja provedena među srednjoškolcima (Rouis, 2012) pokazuju da korištenje društvenih mreža u edukativne svrhe može imati pozitivan učinak, no samo kada je ono usmjereno i ograničeno. U slučajevima kada učenici koriste društvene mreže pretežno za zabavu, komunikaciju ili "scrollanje", primijećeno je smanjenje u ukupnom vremenu posvećenom učenju i pad u školskom uspjehu. Zanimljivo je da neki autori (Kirschner i Karpinski, 2010) naglašavaju razliku u utjecaju društvenih mreža s obzirom na spol. Naime, djevojke su sklonije koristiti društvene mreže za komunikaciju i socijalnu podršku, dok su dječaci češće usmjereni na sadržaje zabavnog karaktera, što može dovesti do razlika u percepciji i utjecaju mreža na školsku izvedbu. Istraživanje koje je provela organizacija

Pew Research Center (2018) ukazuje na činjenicu da mladi često koriste društvene mreže i tijekom nastave, što dovodi do tzv. „multitaskinga“ – istovremenog izvođenja više aktivnosti, što može imati negativan utjecaj na dugoročno pamćenje i razumijevanje gradiva. Nadalje, učenici često sami priznaju da im društvene mreže ometaju koncentraciju prilikom učenja, ali unatoč toj svijesti, naviku korištenja teško mijenjaju (Rosen et al., 2013). S druge strane, pojedina istraživanja (Tess, 2013) ističu mogućnosti integracije društvenih mreža u obrazovni proces, pri čemu društvene mreže mogu služiti kao platforme za razmjenu znanja, zajedničko rješavanje zadataka ili organizaciju grupnih aktivnosti. No takav pristup zahtijeva jasna pravila, usmjerenje i odgovorno korištenje. Zaključno, pregled dosadašnjih istraživanja ukazuje na kompleksnost odnosa između školskog uspjeha i vremena provedenog na društvenim mrežama. Dok određena razina korištenja može imati edukativne prednosti, prekomjerna i nestrukturirana upotreba često rezultira nižim akademskim postignućima i smanjenom koncentracijom. Budući da su učenici sve mlađe dobi izloženi ovim mrežama, nužno je dodatno istražiti njihove navike i percepcije kako bi se razvile preporuke za odgovornije i korisnije korištenje društvenih mreža u kontekstu obrazovanja.

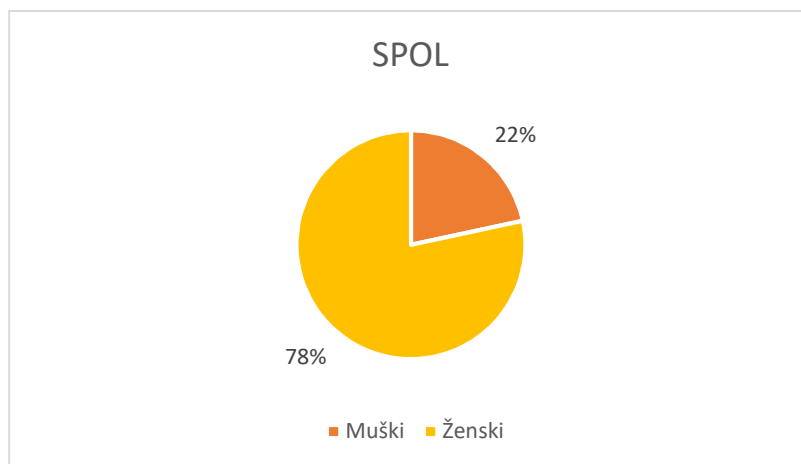
2. ISTRAŽIVANJE

Za potrebe ovog istraživanja korištena je metoda ankete. Instrument koji je korišten u istraživanju bio je online upitnik stvoren pomoću platforme Google Forms. Putem tog alata prikupljeni su osnovni podaci o stavovima učenika generacija od 2006. do 2010. godišta u Hrvatskoj, s posebnim naglaskom na njihov školski uspjeh i navike korištenja društvenih mreža. Upitnik je sadržavao pitanja o spolu, razredu, prosjeku ocjena, vremenu provedenom na društvenim mrežama, korištenju društvenih mreža tijekom nastave, kao i percepciji utjecaja mreža na koncentraciju i učenje. Istraživanje je provedeno u vremenskom razdoblju od veljače do svibnja 2024. godine. Nakon prikupljanja, dobiveni podaci su obrađeni korištenjem aplikacije MS Excel i deskriptivne statistike radi daljnje analize i interpretacije rezultata.

2.1. Analiza rezultata istraživanja

Za potrebe ispitivanja hipoteza korišten je slučajni uzorak koji je obuhvatio 97 ispitanika. Populaciju su činili učenici opće gimnazije rođeni između 2006. i 2010. godine. Ispitanici su odgovarali na pitanja vezana uz školski uspjeh te navike korištenja društvenih mreža.

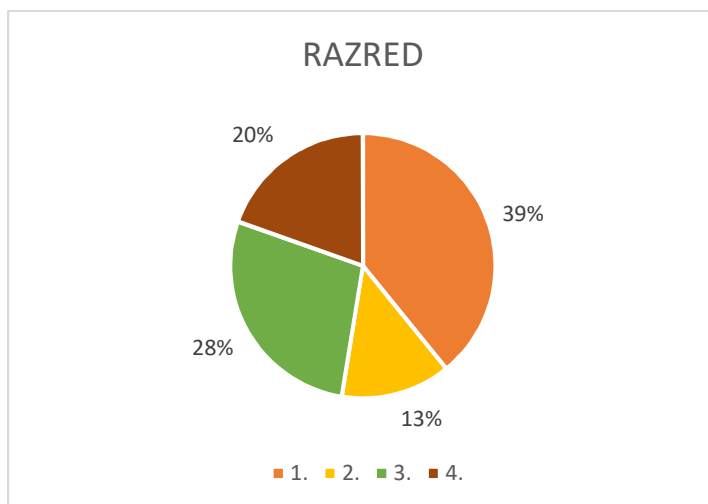
Od ukupnog broja ispitanika, 78 % činile su osobe ženskog spola, a 22 % osobe muškoga spola.



Grafikon 1. Struktura ispitanika prema spolu

Prema razredu koji učenici pohađaju, najveći udio ispitanika čine učenici prvog razreda, koji predstavljaju 39 % ukupnog uzorka. U treći razred

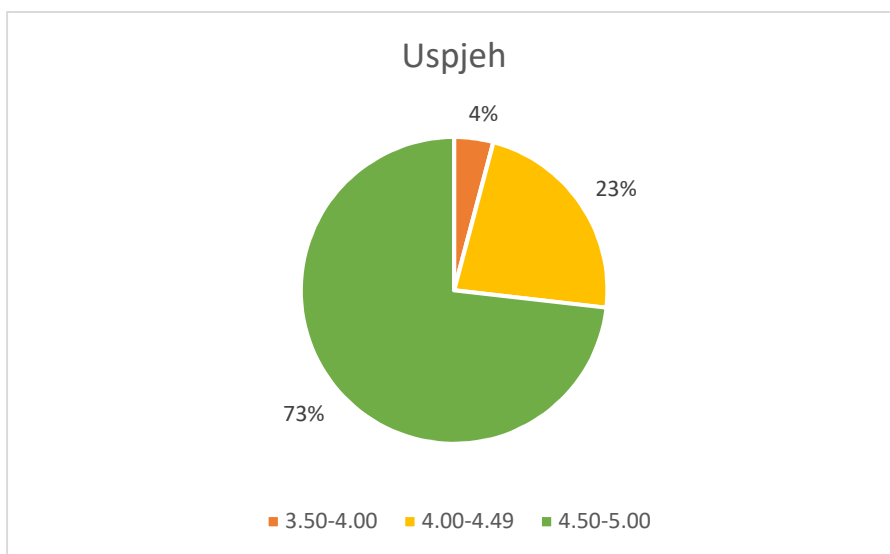
ide 28 % ispitanika, dok 20 % pohađa četvrti razred. Najmanji udio čine učenici drugog razreda, kojih je 13 %.



Grafikon 2. Struktura ispitanika prema razredu kojeg pohađaju

Prema školskom uspjehu, najveći broj učenika, njih 73%, ostvaruje prosjek u rasponu od 4,50 do 5,00. Učenika s prosjekom između 4,00 i 4,49 ima

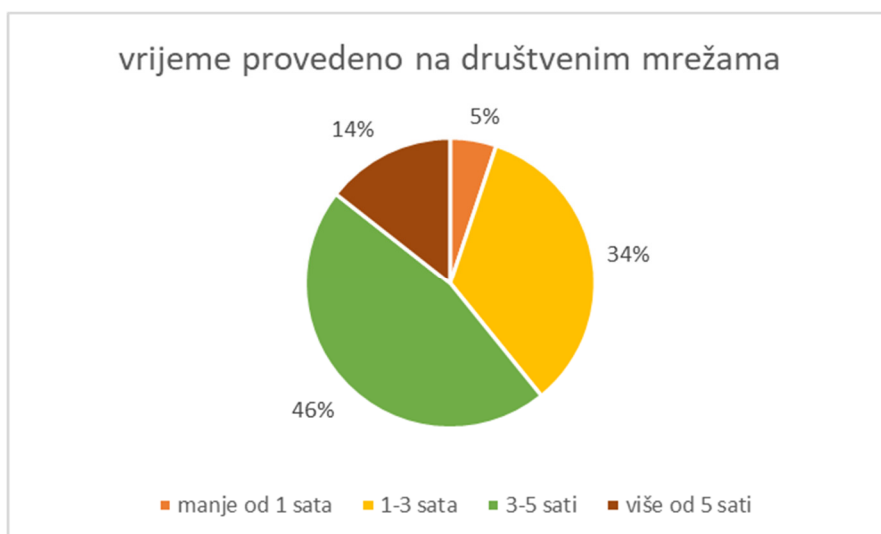
23%, dok najmanji udio, svega 4%, čine oni s prosjekom između 3,50 i 4,00.



Grafikon 3. Struktura ispitanika prema uspjehu

Prema vremenu provedenom na društvenim mrežama, najveći udio učenika, njih 46%, provodi između 3 i 5 sati dnevno na tim platformama. Slijedi 34% učenika koji društvene mreže koriste između 1 i 3 sata dnevno. Više od 5 sati na

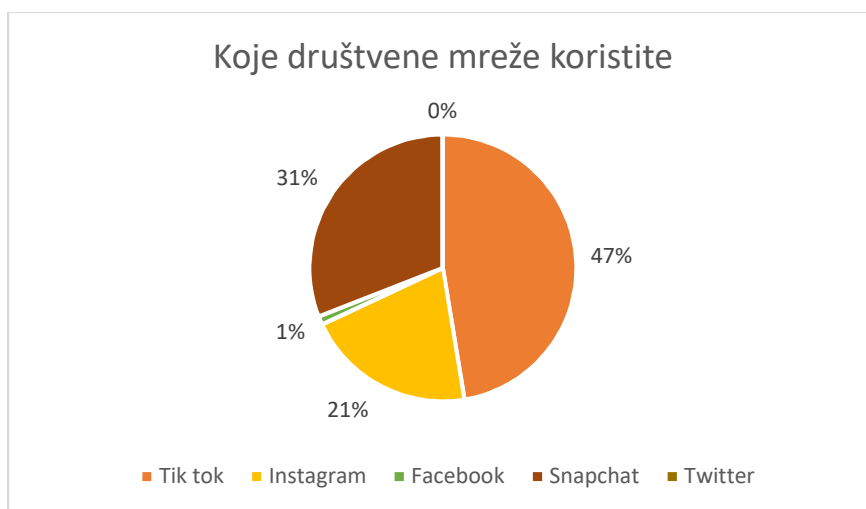
društvenim mrežama provodi 14% učenika, dok najmanji udio, 5%, koristi društvene mreže manje od jednog sata dnevno.



Grafikon 4. Struktura ispitanika prema vremenu provedenom na društvenim mrežama

Prema vrsti društvene mreže koju učenici koriste, TikTok je uvjerljivo najzastupljeniji, s 47% korisnika među ispitanicima. Slijedi Snapchat koji koristi 31% učenika, dok Instagram koristi 21%. Facebook koristi svega 1% učenika, a Twitter nije

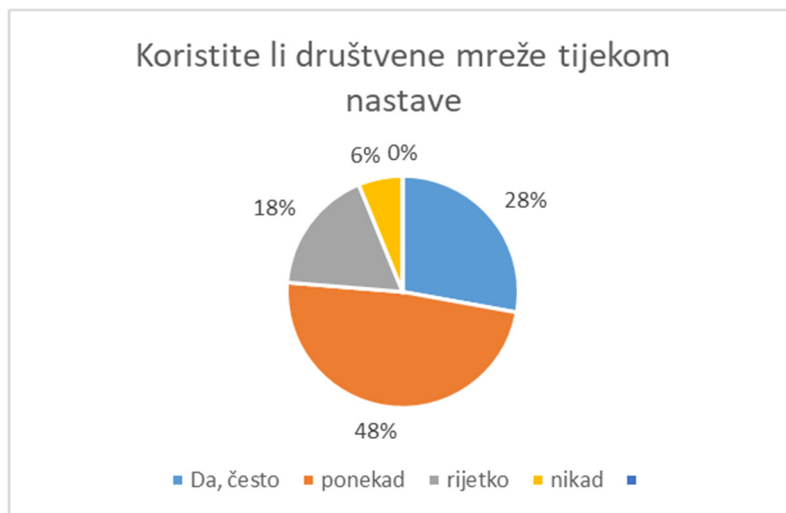
zabilježen kao korišten (0%).



Grafikon 5. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Koje društvene mreže koristite?

Na pitanje koriste li društvene mreže tijekom nastave, najveći broj učenika, njih 48%, izjavilo je da to čine ponekad. Često koristi društvene mreže tijekom nastave 28% učenika, dok ih 18% to radi

rijetko. Najmanji udio, 6% učenika, izjavilo je da nikada ne koriste društvene mreže za vrijeme nastave.



Grafikon 6. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Koristite li društvene mreže tijekom nastave?

Na pitanje smatraju li da korištenje društvenih mreža ometa njihovu koncentraciju tijekom učenja, 55% učenika odgovorilo je da ih značajno

ometaju. Djelomičan utjecaj navelo je 44% učenika, dok samo 1% smatra da društvene mreže ne ometaju njihovu koncentraciju.



Grafikon 7. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Smatrate li da korištenje društvenih mreža ometa vašu koncentraciju tijekom učenja?

Na pitanje koriste li društvene mreže za učenje ili školske zadatke, najveći broj učenika, njih 48%, odgovorilo je da to čine ponekad. Rijetko ih u te

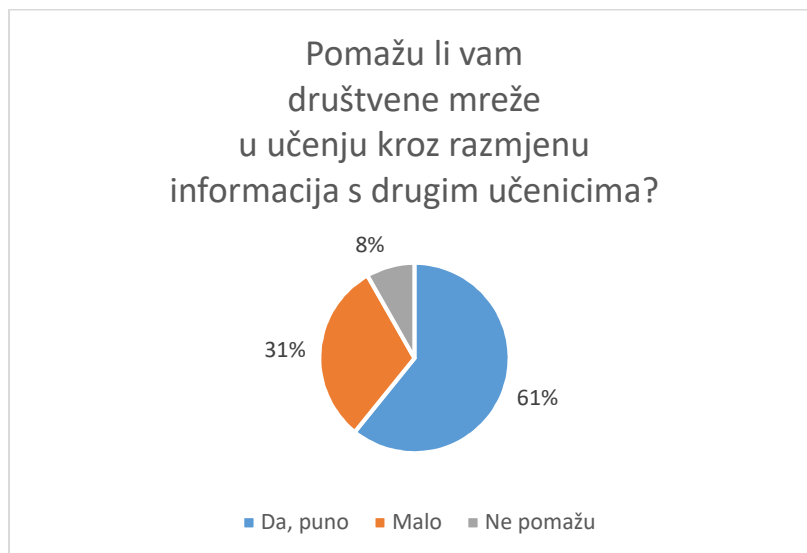
svrhe koristi 18% učenika, dok 6% nikada ne koristi društvene mreže za učenje. Zanimljivo je da nitko od ispitanika (0%) nije naveo da društvene mreže koristi često u obrazovne svrhe.



Grafikon 8. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Koristite li društvene mreže za školske zadatke ili učenje?

Na pitanje pomažu li društvene mreže u učenju kroz razmjenu informacija s drugim učenicima, većina ispitanika, njih 61%, smatra da im društvene mreže u tome pomažu puno. Djelomičnu

korist prepoznaje 31% učenika, dok 8% smatra da im društvene mreže uopće ne pomažu u učenju na ovaj način.

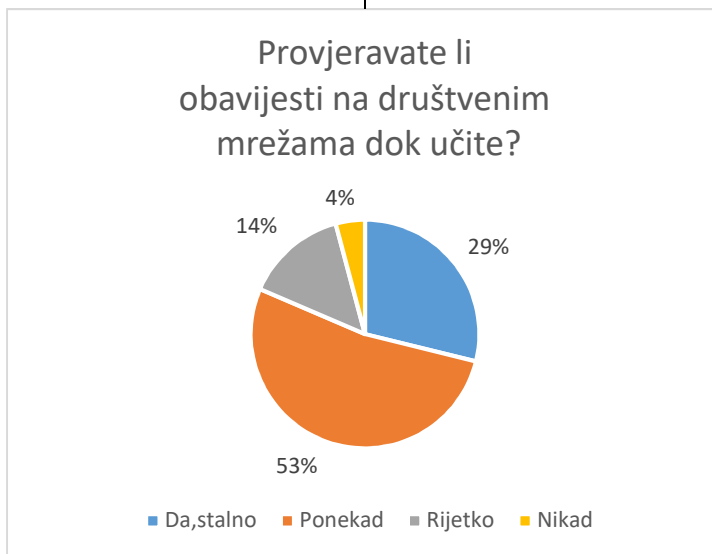


Grafikon 9. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Pomažu li vam društvene mreže u učenju kroz razmjenu informacija s drugim učenicima?

Na pitanje provjeravaju li društvene mreže tijekom učenja, 53% učenika odgovorilo je da to čine

ponekad. Njih 29% navodi da društvene mreže provjeravaju stalno dok uče, dok 14% to radi rijetko. Najmanji udio ispitanika, 4%, izjavilo je da

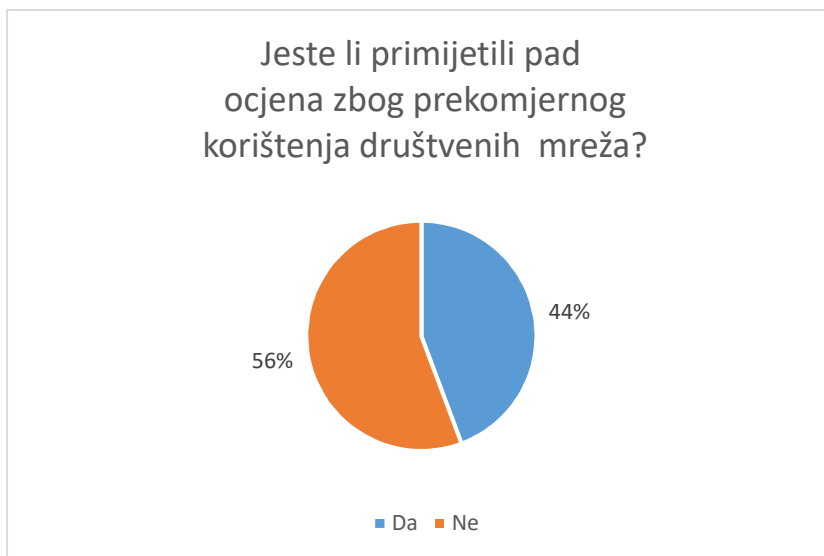
nikada ne provjerava društvene mreže tijekom učenja.



Grafikon 10. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Provjeravate li obavijesti na društvenim mrežama dok učite?

Na pitanje jesu li primijetili pad školskog uspjeha uslijed prekomjernog korištenja društvenih mreža, 44% učenika odgovorilo je potvrdno, dok većina,

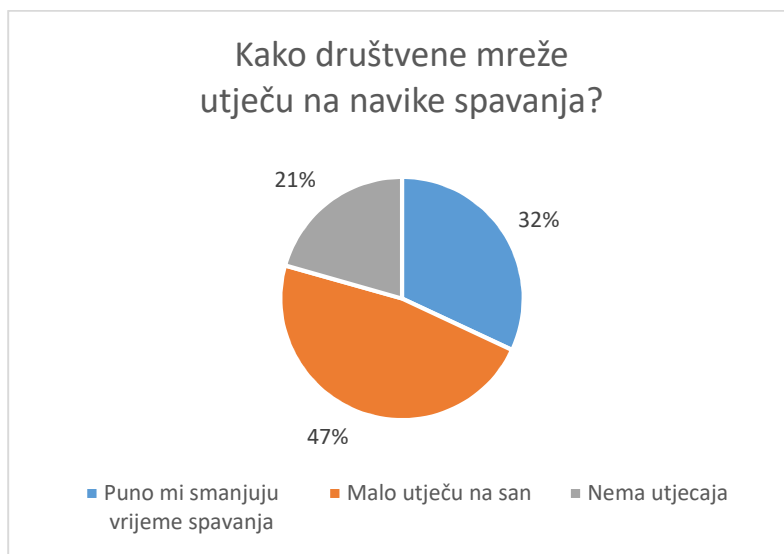
njih 56%, smatra da korištenje društvenih mreža nije utjecalo na njihove ocjene.



Grafikon 11. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Jeste li primijetili pad ocjena zbog prekomjernog korištenja društvenih mreža?

Na pitanje kako društvene mreže utječu na njihove navike spavanja, 32% učenika smatra da im one značajno smanjuju vrijeme za odmor. Njih 47%

navodi da društvene mreže malo utječu na njihov san, dok 21% ispitanika smatra da nema nikakav utjecaj na njihove navike spavanja.



Grafikon 12. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Kako društvene mreže utječu na navike spavanja?

Na pitanje utječu li društvene mreže na razinu stresa vezanog uz školu, 23% učenika smatra da im društvene mreže povećavaju stres, dok isti postotak, 23%, vjeruje da im društvene mreže

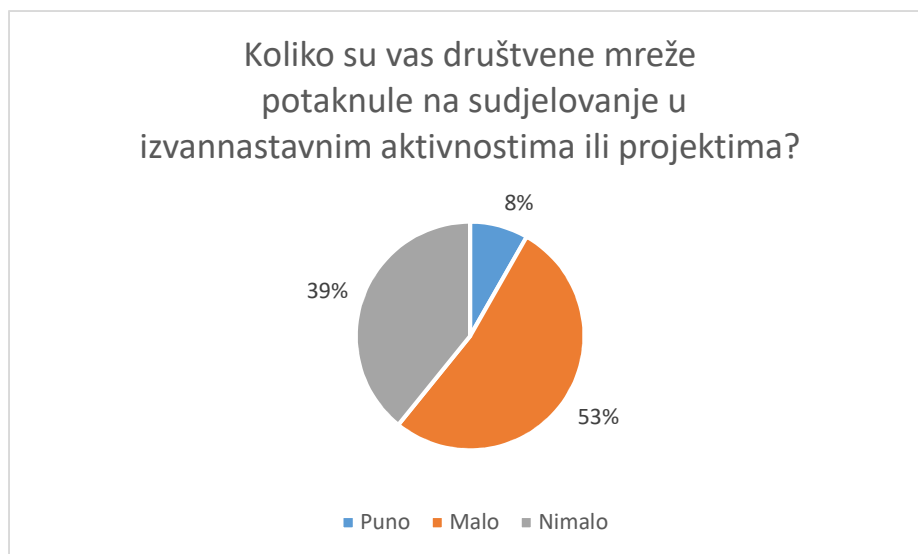
pomažu smanjiti stres. Većina, njih 55%, izjavila je da društvene mreže nemaju utjecaj na njihov školski stres.



Grafikon 13. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Smatrate li da društvene mreže utječu na vašu razinu stresa vezanog uz školu?

Na pitanje koliko su ih društvene mreže potaknule na sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima ili projektima, 53% učenika odgovorilo je da su ih društvene mreže malo potaknule. Njih 8% smatra

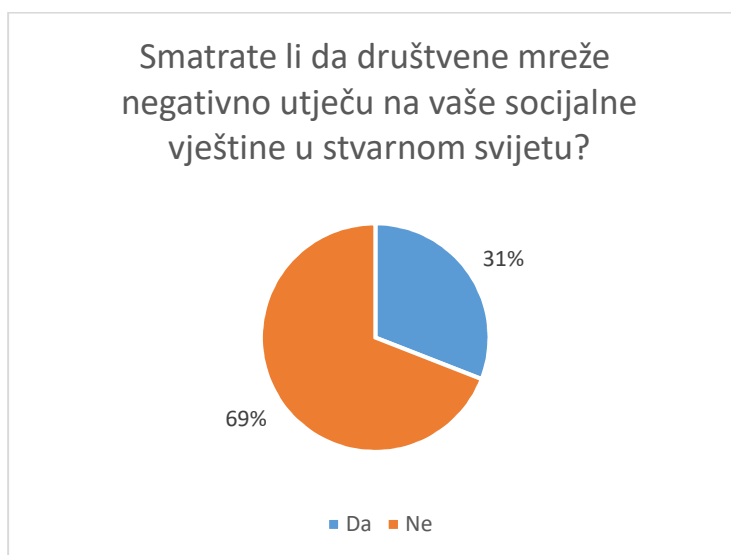
da su ih društvene mreže puno potaknule, dok 39% ispitanika navodi da ih društvene mreže uopće nisu potaknule na takvu aktivnost



Grafikon 14. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Koliko su vas društvene mreže potaknule na sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima ili projektima?

Na pitanje smatraju li da društvene mreže negativno utječu na njihove socijalne vještine u stvarnom svijetu, 31% učenika odgovorilo je

potvrдно, dok većina, njih 69%, ne smatra da društvene mreže imaju negativan utjecaj na njihove socijalne sposobnosti.



Grafikon 15. Struktura ispitanika prema odgovoru na pitanje Smatrate li da društvene mreže negativno utječu na vaše socijalne vještine u stvarnom svijetu?

Na pitanje kakvo je njihovo opće mišljenje o utjecaju društvenih mreža na školski uspjeh,

većina učenika, njih 72%, smatra da društvene mreže imaju neutralan utjecaj. Negativan utjecaj prepoznaje 23% ispitanika, dok svega 5% vjeruje

Škarić, T.:

POVEZANOST ŠKOLSKOG USPJEHA UČENIKA I VREMENA PROVEDENOG NA DRUŠTVENIM MREŽAMA

da društvene mreže pozitivno utječu na njihov

3. RASPRAVA

Pripadnici generacija Y i Z intenzivni su korisnici društvenih mreža, što značajno oblikuje njihove navike, stavove i ponašanja vezana uz školu i svakodnevni život. Podaci iz istraživanja jasno pokazuju da većina učenika ove generacije aktivno koristi društvene mreže, najčešće između tri i pet sati dnevno, što upućuje na važnu ulogu koju ove platforme imaju u njihovom svakodnevnom funkcioniranju.

Iako društvene mreže mogu poslužiti kao alat za učenje, rezultati pokazuju da njihova upotreba u edukativne svrhe nije dominantna; većina učenika koristi društvene mreže ponekad ili rijetko za učenje, dok ih nitko ne koristi često u tu svrhu. S druge strane, značajan je broj učenika koji tijekom učenja često ili ponekad provjeravaju društvene mreže, što može ukazivati na potencijalni faktor ometanja koncentracije. Time se potvrđuje mišljenje većine ispitanika (55 %) da im društvene mreže značajno ometaju koncentraciju tijekom učenja, dok 44 % navodi djelomičan utjecaj. Ovi rezultati odražavaju izazove s kojima se učenici susreću u pokušaju balansiranja između informacija i distrakcija koje društvene mreže donose.

Što se tiče školskog uspjeha, gotovo polovica učenika (44 %) primijetila je pad ocjena koji povezuju s prekomjernim korištenjem društvenih mreža, što ukazuje na moguću negativnu korelaciju između intenzivne uporabe ovih platformi i akademskog uspjeha. Međutim, opće mišljenje o utjecaju društvenih mreža na uspjeh većinom je neutralno (72 %), što može značiti da učenici prepoznaju i pozitivne i negativne aspekte njihove upotrebe.

Društvene mreže također imaju snažan utjecaj na svakodnevne navike učenika, osobito na navike spavanja. Trećina ispitanika smatra da im društvene mreže znatno smanjuju vrijeme za odmor, dok gotovo polovica navodi da njihov utjecaj na san postoji, ali je manji. Takvi podaci ukazuju na to da društvene mreže mogu imati negativan efekt na zdravlje mladih, osobito ako se koriste prekomjerno ili u neprimjerenim terminima.

Zanimljivo je da društvene mreže djeluju i kao faktor stresa vezanog uz školu, ali na različite načine. Dok 23 % učenika smatra da im društvene mreže povećavaju razinu stresa, podjednak postotak vjeruje da im one pomažu u smanjenju stresa. Više od polovice ispitanika (55 %) navodi da društvene mreže nemaju utjecaj na njihov školski stres, što može odražavati različite

školski uspjeh.

individualne strategije nošenja sa školskim obavezama.

Društvene mreže ne utječu samo na školski rad i stres, već i na motivaciju za sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima. Više od polovice učenika (53 %) navodi da su ih društvene mreže barem malo potaknule na sudjelovanje u takvim aktivnostima, dok 39 % ispitanika nije osjetilo takav poticaj.

Kada je riječ o socijalnim vještinama u stvarnom svijetu, većina učenika (69 %) ne smatra da im društvene mreže negativno utječu na te vještine, dok 31 % vjeruje suprotno. Ovo može odražavati širi društveni fenomen u kojem digitalna komunikacija ima različite implikacije na stvarne međuljudske odnose, ovisno o individualnim iskustvima i navikama.

Sveukupno, opći utjecaj društvenih mreža na školski uspjeh prevladavajuće je percipiran kao neutralan, što ukazuje na kompleksnost i višeslojnost odnosa učenika prema ovim platformama. Dok su društvene mreže nezaobilazan dio života mladih i mogu podržati obrazovanje i društveni angažman, istovremeno predstavljaju izazove vezane uz koncentraciju, stres, zdravlje i akademske rezultate. Zaključno, rezultati naglašavaju važnost svjesnog i promišljenog korištenja društvenih mreža među pripadnicima generacija Y i Z. Postoji jasna potreba za edukacijom i strategijama koje mladima pomažu da maksimiziraju prednosti ovih platformi, a istovremeno minimiziraju negativne posljedice na školsku uspješnost i opće dobro stanje. Nadalje, buduća istraživanja trebala bi dodatno istražiti načine unapređenja balansa između digitalnog angažmana, kvalitetnog učenja i očuvanja mentalnog te fizičkog zdravlja mladih.

ZAKLJUČAK

Ovo istraživanje obuhvatilo je učenike generacija Y i Z, koji su svakodnevno prisutni na društvenim mrežama i u velikoj mjeri koriste digitalne alate u svakodnevnom životu. Rezultati pokazuju da društvene mreže imaju kompleksan utjecaj na učenike – s jedne strane, mogu poslužiti kao sredstvo za razmjenu informacija i poticanje suradnje među vršnjacima, dok s druge strane mogu narušiti koncentraciju, navike učenja te akademski uspjeh.

Većina učenika izjavila je da tijekom nastave ponekad ili često koristi društvene mreže, a velik broj njih provjerava ih i tijekom učenja, što ukazuje na prisutnost navike istovremenog obavljanja više aktivnosti, koja može dovesti do

Škarić, T.:

POVEZANOST ŠKOLSKOG USPJEHA UČENIKA I VREMENA PROVEDENOG NA DRUŠTVENIM MREŽAMA

smanjenja fokusa i produktivnosti. Učenici su također prepoznali da im društvene mreže mogu ometati koncentraciju te da ponekad negativno utječu na školske rezultate.

Osim na učenje, društvene mreže utječu i na obrasce spavanja, što može dodatno pogoršati akademski učinak i opće blagostanje. S druge strane, istraživanje je pokazalo da učenici prepoznaju i određene koristi društvenih mreža, osobito u međusobnoj razmjeni informacija vezanih uz školu ili sudjelovanju u izvannastavnim aktivnostima. Također, većina učenika smatra da društvene mreže ne narušavaju njihove socijalne vještine u stvarnom životu, iako određeni broj ipak percipira negativan utjecaj na međuljudske odnose.

U pogledu emocionalnog aspekta, mišljenja su

podijeljena – dok neki smatraju da društvene mreže povećavaju razinu školskog stresa, drugi ih doživljavaju kao izvor opuštanja. Unatoč tome, najveći broj učenika percipira društvene mreže kao neutralan čimbenik u odnosu na vlastiti školski uspjeh, dok manji broj ispitanika prepoznaje njihov pozitivan ili negativan utjecaj.

Zaključno, rezultati ukazuju da društvene mreže imaju višestruki i neujednačen utjecaj na učenike – ovisno o načinu i učestalosti korištenja, mogu biti i podrška i prepreka u obrazovnom procesu. Ovi nalazi ističu važnost osvještavanja i obrazovanja mladih o odgovornom i uravnoteženom korištenju digitalnih alata, s ciljem očuvanja mentalnog zdravlja, uspješnosti u učenju i razvoja zdravih životnih navika.

LITERATURA

1. Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in Facebook activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162–171. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.08.004>
2. Karpinski, A. C., Kirschner, P. A., Ozer, I., Mellott, J. A., & Ochwo, P. (2013). An exploration of social networking site use, multitasking, and academic performance among United States and European university students. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1182–1192. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.10.011>
3. Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>
4. Pew Research Center. (2018). *Teens, Social Media & Technology 2018*. Retrieved from: <https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
5. Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and texting made me do it: Media-induced task-switching while studying. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 948–958. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.001>
6. Rouis, S. (2012). Impact of cognitive absorption on Facebook on students' academic performance. *Computers & Education*, 58(1), 108–116. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.07.012>
7. Tess, P. A. (2013). The role of social media in higher education classes (real and virtual) – A literature review. *Computers in Human Behavior*, 29(5), A60–A68. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.0325>