Μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Ο όρος μέσα κοινωνικής δικτύωσης (ή αλλιώς social media) αναφέρεται στα μέσα αλληλεπίδρασης ομάδων ανθρώπων μέσω διαδικτυακών κοινοτήτων.

##### Εισαγωγή

Γενικά, τα κοινωνικά δίκτυα αποτελούν βασικό κομμάτι της καθημερινότητας των ανθρώπων, ειδικά των Ελλήνων. Σύμφωνα με τελευταίες έρευνες οι Έλληνες χρήστες μπορούν να χαρακτηριστούν ως έμπειροι αφού το 50% δήλωσε πως χρησιμοποιεί τα social media πάνω από 3 χρόνια.

Κοινωνικά δίκτυα: Έννοια και χαρακτηριστικά

Κοινωνική δικτύωση είναι συγκέντρωση ή συμμετοχή των ατόμων σε συγκεκριμένες ομάδες. Τα κοινωνικά δίκτυα ορίζονται σαν ένα σύνολο ατόμων και ένα σύνολο σχέσεων (φιλίες, δεσμοί) ή ακόμα και την έλλειψη αυτών. Κοινωνικά δίκτυα δηλαδή συναντώνται παντού και πάντα. Τα κοινωνικά δίκτυα διαθέτουν τα ακόλουθα χαρακτηριστικά: Υποστηρίζουν ποικιλία μορφών περιεχομένου, όπως βίντεο, εικόνες, ήχο κτλ. Πολλά από αυτά κάνουν χρήση περισσοτέρων τους ενός από αυτές τις επιλογές ως προς το περιεχόμενο. Οι πιο δημοφιλείς ιστότοποι είναι οι εξής σήμερα: 1.Face book 2.Twitter 3.Google+ 4.YouTube 5.Blogger

Διάφορες από τις υπόλοιπες διαδικτυακές υπηρεσίες

Αυτό που κάνει τα κοινωνικά δίκτυα να ξεχωρίζουν από τις άλλες διαδικτυακές υπηρεσίες είναι: 1.Τα εξελιγμένα εργαλεία που επιτρέπουν στους χρήστες να μοιράζονται ψηφιακά αρχεία, 2.Τα εξελιγμένα εργαλεία για την επικοινωνία των χρηστών.

Η επίδραση των κοινωνικών δικτύων στη ζωή των νέων

Η λειτουργία των κοινωνικών δικτύων είναι ένα θέμα επίκαιρο που απασχολεί πολλά άτομα και οι απόψεις του διίστανται. Τα κοινωνικά δίκτυα έχουν πολλά πλεονεκτήματα. Καταρχάς, είναι εύκολος τρόπος επικοινωνίας γι όλους και ειδικά για τους νέους. Οι νέοι που κατοικούν σε επαρχίες, λόγω των λίγων δυνατοτήτων να συναναστραφούν με άτομα της ηλικίας τους, η επικοινωνία μέσω των κοινωνικών δικτύων είναι μονόδρομος. Επιπλέον, μέσω των κοινωνικών δικτύων οι άνθρωποι έχουν άνετη πρόσβαση στην πληροφορία. Η αναζήτηση πληροφοριών μέσω του διαδικτύου είναι πιο ενδιαφέρουσα από ένα βιβλίο, διότι εκεί υπάρχει εικόνα και ήχος. Παρόλα αυτά, υπάρχουν και κάποια αρνητικά. Δεν είναι λίγες οι φορές που οι μαθητές αγνοούν τα μαθήματα του σχολείου, προτιμώντας την ‘’ψυχαγωγία’’ μέσω του διαδικτύου. Ακόμα, τα παιδιά αναρτούν προσωπικές τους φωτογραφίες πράγμα που σημαίνει πως κάποιος ανά πάσα στιγμή μπορεί να τις πάρει και να τα βλάψει. Αναμφίβολα, τα κοινωνικά δίκτυα διαθέτουν πολλά πλεονέκτημα, όμως εγκυμονούν και πολλούς κινδύνους. Είναι στο χέρι μας να κρατήσουμε μόνο τα θετικά που μας προσφέρουν.

Έφηβοι και Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Η εφηβεία είναι μία περίοδος ταχείας ανάπτυξης και λίγοι από εμάς στρέφουμε προσοχή στο πως η χρήση της τεχνολογίας επηρεάζει τους έφηβους. Στην πραγματικότητα, οι ειδικοί ανησυχούν ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και οι κατακλυσμοί των μηνυμάτων κειμένου που έχουν γίνει τόσο αναπόσπαστα της εφηβικής ζωής προάγουν το άγχος και μειώνουν της αυτοεκτίμηση στους νέους που τα χρησιμοποιούν πιο πολύ.

Οι έφηβοι εύκολα κρατούν τους εαυτούς τους απασχολημένους τις ώρες μετά το σχολείο μέχρι να φτάσει η ώρα για ύπνο. Όταν δεν κάνουν τα μαθήματά τους είναι σε απευθείας σύνδεση και στα τηλέφωνά τους, ανταλλάσοντας γραπτά μηνύματα, κάνοντας δημοσιεύσεις ή κυλώντας την οθόνη πάνω-κάτω…Εννοείται πως πριν φτιάξουν όλοι ένα λογαριασμό στο Face book κρατούσαν τους εαυτούς τους απασχολημένους.

Η ανταλλαγή γραπτών μηνυμάτων και η online επικοινωνία δεν δημιουργούν μια μη λεκτική μαθησιακή δυσκολία, αλλά θέτουν τους πάντες σε ένα μη λεκτικό απενεργοποιημένο πλαίσιο, όπου η γλώσσα του σώματος, οι εκφράσεις του προσώπου και ακόμη και τα μικρότερα είδη των φωνητικών αντιδράσεων είναι αόρατα. Αυτό δημιουργεί εμπόδιο στην ξεκάθαρη επικοινωνία, αλλά δεν είναι μόνο αυτό. Το να μάθουν οι έφηβοι πώς να κάνουν φίλους είναι ένα από τα πιο σημαντικά μέρη της ωρίμασης και η φιλία απαιτεί ένα ποσοστό ρίσκου.

Όταν η φιλία διεξάγεται σε απευθείας σύνδεση και μέσα από κείμενα, τα παιδιά το κάνουν αυτό σε ένα πλαίσιο απογυμνωμένο από πολλές από τις πιο προσωπικές πτυχές τις κοινωνίας. Είναι ευκολότερο να κρατήσουν τις άμυνές τους όταν ανταλλάσουν γραπτά μηνύματα, καθώς έτσι διακινδυνεύονται λιγότερα. Δεν ακούν ή δε βλέπουν την επίδραση που έχουν τα λόγια τους σε άλλο άτομο. Επειδή η συζήτηση δεν γίνεται σε πραγματικό χρόνο.

Διαδικτυακός εκφοβισμός (cyber bullying) και το σύνδρομο του απατεώνα

Τα παιδιά γράφουν μηνύματα όλων των ειδών που ποτέ δεν θα σκέφτονταν να πουν στο πρόσωπο κανενός, λέει μία κλινική ψυχολόγος. Υπογραμμίζει ότι αυτό φαίνεται να είναι αληθές κυρίως για τα κορίτσια.

Η εφηβεία και τα πρώτα χρόνια της δεκαετίας των 20,αποτελούν έτη κατά τα οποία έχουν πλήρη επίγνωση της αντίθεσης μεταξύ αυτού που φαίνονται πως είναι και αυτού που νομίζουν πως είναι. Είναι παρόμοιο με το «σύνδρομο του απατεώνα» στην ψυχολογία. Ενώ μεγαλώνουν και αποκτούν μεγαλύτερη δεξιοτεχνία, αρχίζουν να συνειδητοποιούν πως όντως είναι καλοί σε κάποια πράγματα και τότε καλώς εχόντων των πραγμάτων νιώθουν αυτό το κενό μικρό.

Η αυτοεκτίμηση προέρχεται από την εμπέδωση του ποιος είσαι. Όσες περισσότερες ταυτότητες έχετε και όσο περισσότερο χρόνο περνάτε προσποιούμενοι πως είστε κάποιος που δεν είστε, τόσο πιο δύσκολο θα είναι να αισθάνεστε καλά για τον εαυτό σας.

Παρακολούθηση (και το να σε αγνοούν)

Μία ακόμη μεγάλη αλλαγή που έχει έρθει με τη νέα τεχνολογία και ειδικά με τα νέα τηλέφωνα είναι ότι ποτέ δεν είμαστε πραγματικά μόνοι. Τα παιδιά ενημερώνουν για την κατάστασή τους, μοιράζονται αυτό που παρακολουθούν, ακούν και διαβάζουν και έχουν εφαρμογές με τις οποίες ενημερώνουν τους φίλους τους για τη συγκεκριμένη θέση τους σε ένα χάρτη ανά πάσα στιγμή. Ό,τι και να πιστεύουμε για τις «σχέσεις» που διατηρούνται και σε ορισμένες περιπτώσεις αρχίζουν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα παιδιά δεν κάνουν ποτέ διάλλειμα από αυτές. Και αυτό από μόνο του μπορεί να προκαλέσει άγχος. Ο καθένας χρειάζεται ένα διάλλειμα από τις απαιτήσεις της οικειότητας και της σύνδεσης για να χαλαρώσει.

Τι πρέπει να κάνουν οι γονείς;

Δύο ειδικοί που πήραν μέρος στη συνέντευξη κατέληξαν πως οι γονείς πρέπει να δώσουν το καλό παράδειγμα στο παιδιά για τη σωστή χρήση του υπολογιστή. Οι περισσότεροι από εμάς ελέγχουμε τα τηλέφωνά μας υπερβολικά, είτε από πραγματικό ενδιαφέρον ή από νευρική συνήθεια. Τα παιδιά θα πρέπει να συνηθίσουν να βλέπουν τα πρόσωπά μας, όχι τα κεφάλια μας σκυμμένα σε μια οθόνη.

Καθιερώστε ζώνες χωρίς τεχνολογία στο σπίτι και ώρες χωρίς τεχνολογία, στις οποίες κανείς δε θα χρησιμοποιεί το τηλέφωνο, συμπεριλαμβανομένων της μαμάς και του μπαμπά.

Ο περιορισμός της ποσότητας του χρόνου που ξοδεύετε συνδεδεμένοι στους υπολογιστές ενισχύει το δεσμό γονέα-παιδιού και κάνει τα παιδιά να αισθάνονται πιο ασφαλή. Τα παιδιά πρέπει να ξέρουν ότι είστε διαθέσιμοι για να τους βοηθήσετε στα προβλήματά τους ή να μιλήσουν για τη μέρα τους.

Μία ψυχολόγος συμβουλεύει να καθυστερείτε την ηλικία της πρώτης χρήσης όσο δυνατόν περισσότερο. Εάν το παιδί σας είναι στο Facebook, πρέπει να είστε φίλος του και να παρακολουθείτε τη σελίδα του. Αλλά υπογραμμίζει να μην διαβάζετε τα μηνύματά, εκτός αν υπάρχει λόγος ανησυχίας. Υπάρχουν γονείς που ακολουθούν την οπισθοδρομική τακτική της κατασκοπείας στο παιδί τους. Το να μη δίνετε στο παιδί σας ούτε το πλεονέκτημα της αμφιβολίας είναι εξαιρετικά επιζήμιο για τη σχέση. Θα πρέπει να αισθάνεσαι ότι οι γονείς σου πιστεύουν ότι είσαι καλό παιδί.