

Medienes påvirkning

Medier i dag har en stor innvirkning på barn og unge. I dag omgir de seg av enten mobil, datamaskin og nettbrett døgnet rundt. En typisk hverdag for mange barn og unge i dag, består av at de ofte vekkes av mobiltelefonen på morgningen, og ofte sjekker de facebook, instagram, meldinger og epost ved frokostbordet. I tillegg følger mobilen dem gjerne gjennom hele skoledagen, og på kvelden står kanskje tv på mens de ofte surfer, chatter og spiller på nettet. Det siste de gjør før de legger seg, er igjen å sjekke de ulike mediene. Jeg tror det at barn og unge ikke er så oppmerksomme på hvordan alle disse mediene påvirker dem. Men siden vi bruker så mye tid på mediene, så tror jeg at den er med på å forme store deler av livene våres.

Et barn sitter i gjennomsnitt 7 timer på de ulike mediene hver eneste dag. Uten at man tenker på det, tror jeg at det kan ødelegge mye får egen helse. Barn i dag bruker mye tid på de ulike mediene på kveldstid, og det kan ofte gå utover nattesøvn. Barn i dag trenger utrolig mye søvn. For lite søvn kan føre til konsentrasjonsproblemer, nedsatt læringsevne og hyperaktivitet. Barn trenger nok søvn for å fungere optimalt i skolehverdagen. Det er mye forskning som viser til at for lite søvn går ut over skoleprestasjoner. Jeg tror det kan være viktig og for eksempel slå av mobiltelefonene om natten, for da blir ikke barn og unge forstyrret av lyder og lys om natten.

I tillegg framstilles mye medier som veldig perfekt, og barn og unge påvirkes mye av dette. Barn og unge strekker seg til idealer som er vanskelig å oppnå. Blogger, instagram og facebook blir ofte fremstilt som perfekt, og da har mange vanskeligheter med å forstå hvordan det fungerer i det virkelige liv. Mange barn forstår ikke det, og kan derfor utvikle store problemer med kropp og utseende.

Jeg tror at mediene ødelegger mye av det samværet du har med familien din. Dette gjelder nok ikke for alle familier, det kommer helt an på hvilke regler de forskjellige familiene har. Jeg tror det er veldig viktig og sette av tid til å sitte sammen å spise

middag. Mange familier i dag sitter ved spisebordet og alle sitter på hver sin telefon. Jeg tror det er viktig og ha en koselig stund sammen i løpet av dagen, der man kan prate sammen om hva som har skjedd i løpet av dagen. Det å legge fra seg mobilen en gang i blant tror jeg er svært viktig.

Det er også veldig mange positive sider ved medier. En viktig ting som er positivt for sosiale medier er at kunnskap og erfaringer over nett blir overført til andre. Kunnskap kan være f.eks. lærestoff, hvis en elev sliter med hva en skal skrive i en innlevering, kan vedkommende søke på nettet, og finne lærestoff på nettet. Før var det jo bare leksikon, men nå har du tilgang til store mengder informasjon. Men det er svært viktig og være kildekritisk, for mye av den informasjonen du finner på nettet kan være feil.

I dag kan du også være sosial med venner på nettet. Mange i dag bruker mye av fritiden på nettet og bruker heller tid foran pc skjermen enn å møte hverandre i virkeligheten. Barn og unge har ofte veldig mye å gjøre i hverdagen, alt fra mye skolearbeid, fritidsaktiviteter osv. Dette kan gå utover det sosiale. Og da er det positivt og kunne snakke med venner over internettet. Men likevel kan det gå utover det sosiale. Barn trenger også å komme seg ut å være sammen med andre. Jeg tror det at unge som bruker mye tid på nettsamfunnene blir mer selvopptatte, og kan miste sentrale deler av sosialiseringen som direkte menneskelig kontakt gir. Derfor tror jeg det er mer viktig og sette av tid til å være med venner på fritiden.

Kilder

<http://ndla.no/nb/node/61595>

Hefte