

Negative og positive faktorer ved å være online hele dagen.

Barn og unge er vant til å bruke sosiale medier daglig. De bruker mediene når de skal kontakte hverandre, kommunisere, være sosiale og til å dele litt fra hverdagen og spesielle hendelser. Spesielt sosiale medier som Facebook og Instagram blir brukt flittig. Barn i 10-års alderen er ofte opptatt av sosiale nettspill, der de for eksempel lager sin egen karakter som skal tjene penger og prøve å bli berømt. Her møtes da ulike karakter hverandre. Det er også mange unge som spiller for eksempel Fifa online. Der spiller de en fotball kamp mot en annen person og dens lag. Blogg er også et medie som mange barn og unge bruker til å dele en liten tekst og bilder. Tv-serier har også blitt mer sosiale, fordi de fleste har diskusjonsforum der seerne kan diskutere.

Disse sosiale mediene kan brukes til støttende og positiv sosial kontakt som kan være med på å styrke vennskap og på å skape nye vennskap. For en sjenert person er det kanskje lettere å skaffe seg venner via sosiale medier. Sosiale medier er også fint for å holde kontakten med gamle venner. For eksempel så kan det være to jenter, Mia og Siri som er bestevenner. Så skal Mia flytte flere timer unna der Siri bor, via sosiale medier kan de da fortsette å holde kontakten selv om de bor langt fra hverandre. Sosiale medier bringer oss nærmere hverandre. Uansett hvor langt unna man er, så kan man snakke sammen. Man kan være sosial selv om man sitter i et rom alene. Sosiale medier er også et sted man kan nå hverandre og planlegge ting man skal finne på sammen, for eksempel overnattinger, handleturer, kino osv.

Et stort problem på sosiale medier er mobbing. Det er mye enklere og skrive stygge kommentarer eller sette ut falske rykter når man sitter bak en skjerm og ikke ser fjeset til personen(e). Man kan også skrive stygge kommentarer anonymt slik at personen(e) ikke vet hvem de blir mobbet av. Ordene man skriver på nett blir uansett værende der, mens ord man sier forsvinner i lufta, derfor kan det være verre fordi det kan bli dratt opp igjen senere. Mobbing via sosiale medier er veldig alvorlig og problemet må behandles med like stort alvor som andre typer mobbing.

Helsemessig kan dessverre sosiale medier føre til at noen ikke klarer å beherske seg, og alltid er tilegnelig på sosiale medier. For eksempel, Lars skal legge seg, men før han sovnet begynner Lisa og snakke til han i chatten på facebook. Deretter ender de med å sitte oppe å snakke flere timer. Begge skal på skolen dagen etter og må derfor opp tidlig. Hvis dette skjer ofte kan det føre til søvnmangel. Det er også bevist at lyset fra skjermer som pc, tv og mobil

er forstyrrende for søvnen og at man helst ikke skal se på det den siste timen før man legger seg.

Mange unge bruker dessuten alt for mye tid inne foran en skjerm slik at de ikke får like mye fysisk aktivitet som de burde ha. Dette kan skape langsiktige problemer.

Jeg tror ikke sosiale medier nødvendigvis er en dårlig ting, det handler bare om at de må lære å bruke det riktig. Jeg mener det er viktig at det er en voksen som følger med på hva barna/de unge gjør på sosiale medier. Det er også viktig at de er tydelig med at de må være forsiktig med hva de legger ut på sosiale medier. Alderen for de som bruker sosiale medier blir bare yngre og yngre, så undervisning om nettvett burde komme allerede de første årene på barneskolen.