

# SOCIALE MEDIA

## Welke zijn er onder meer, wat kan ermee?

---

### Inleiding

In de afgelopen decennia zijn er al vele sociale media gekomen en gegaan. MSN Messenger, Hyves, Facebook, Messenger, Instagram, Snapchat, WhatsApp, Signal, Telegram, Skype, Twitter, YouTube, Spotify, LinkedIn, Wikipedia, WikiHow. Media om direct met elkaar te kunnen chatten, om foto's en andere zaken met elkaar te delen. Filmpjes en muziek luisteren, zelf opnemen en posten. Meer zakelijke netwerkfora. Een soort wereldwijde encyclopedie. Het gebruik van sociale media heeft zo zijn voor- en nadelen. Een greep hiervan zal ik hieronder beschrijven.



#### Voordelen

Door de komst van sociale media en daarnaast de smartphone is het gemakkelijker en sneller om sociale contacten te onderhouden, te communiceren en soms ook om contacten te leggen. Naast het versturen van tekstberichten kunnen er ook foto- en videoberichten gedeeld. Op de diverse media worden vaak (zeer) recente actualiteiten gedeeld.

Nieuwsberichten, zakelijk gerelateerde berichten, feiten, onderzoeken.

Updates van celebrities uit de muziek, sport, kunst uit binnen- en buitenland. En vooral dichterbij huis: updates van je friends en family. Hoe gaat het met ze, waar zijn ze (geweest), wat gaan ze doen? Waar hebben ze interesse in? Welke contacten hebben zij?

Met de komst van internet en sociale media kun je je eigen kennis verbreden en verdiepen. Dit door gericht informatie op te zoeken. Maar ook door leren bij 'toeval', nieuwe informatie die je zomaar tegenkwam terwijl je iets anders zocht. Dit wordt ook wel 'serendipitous learning' genoemd.

Doordat het met sociale media mogelijk is om directer contact met elkaar te houden, wordt het gemakkelijker om informatie te delen, samen te brengen en zo ook nieuwe kennis te 'co-creëren'.

Doordat samenwerken op afstand met deze media ook mogelijk is, kan ook samenwerken makkelijker zijn.

---

Het is niet meer altijd nodig om fysiek bij elkaar in de ruimte aanwezig te zijn om toch samen aan een opdracht te werken, een presentatie voor te bereiden, een overleg te houden. Wanneer roosters, bijbanen, afstand een belemmering vormen kan dit hiermee overbrugd worden. Een ander voordeel van de mogelijkheden die sociale media biedt, is het kunnen versterken van het gevoel van autonomie. Omdat wanneer er gebrek aan kennis is, dit zelf opgezocht kan worden. Op die manier kan een opdracht misschien toch volbracht worden. Terwijl bijvoorbeeld 'vroeger' pas de volgende les de vraag gesteld kon worden en dan pas verder gegaan had kunnen worden met maken, begrijpen en leren. Daarbij is de informatie continu beschikbaar. Het kan herlezen worden en opnieuw bekeken worden, zo vaak als nodig is om het te begrijpen. (Aanvullende) informatie kan opgezocht worden wanneer daar behoefte aan is.

Voor adolescenten is er nog een ander gebied waarbij sociale media handig kan zijn, bij bijvoorbeeld sollicitatie-trajecten. Sollicitanten kunnen informatie opzoeken over bedrijven en werkgevers, soms zelfs informatie vinden over de ervaringen van huidige werknemers. Op die manier kan er al van tevoren ingeschat worden of een functie, een bedrijf, een bedrijfscultuur bij je past en of je er zou willen werken. Aan de andere kant maken werkgevers gebruik van sociale media om een beeld te krijgen van hun potentiële kandidaten.

### **Nadelen**

Naast de vele voordelen van sociale media zijn er ook nadelen, helaas. Zoals de subjectiviteit van berichtgeving. Bijna iedereen heeft toegang tot sociale media, kan informatie delen en kan zijn persoonlijke mening kenbaar maken. Het delen van berichten en de snelheid van reageren heeft ook een keerzijde. Door het directe en snelle karakter van de communicatie (als in een face to face gesprek) worden er online ook primaire reacties geuit die achteraf gezien soms liever niet geuit hadden willen worden en ook beter niet geuit hadden moeten worden. Bijvoorbeeld vanwege sterke emoties, grof taalgebruik, schendingen van andermans privacy, discriminatie.

Waar dergelijke onenigheden en conflicten face to face alleen op dat moment 'aanwezig' zijn, laten deze via sociale media vaak hun sporen na. Deze reacties vormen dan na verloop van tijd een opeenstapeling en kunnen een vertekend beeld creëren van de persoon die deze reacties geplaatst

---

heeft. Dit kan belemmeringen opleveren bij het opbouwen van persoonlijke sociale contacten, sollicitaties en het opbouwen van een zakelijk netwerk.

De communicatie gaat niet alleen snel, ook de berichten kunnen zeer snel en wijd verspreid worden. In sommige gevallen is dit gewenst, zoals bij het delen van 'Amber Alerts' of waarschuwingsberichten. Maar bij onjuiste, negatieve, vernederende berichten zeker niet. Online pesten is hier een voorbeeld van. Meestal bovenop pesten 'in het echte leven'. Het gaat door na school-/werktijd. Dit leidt meestal tot stress, angst en versterkt een negatief zelfbeeld. Soms leidt het aanhoudende vernederen, discrimineren, buitensluiten ook tot somberheid of zelfs depressie. Sociale media kunnen ook het 'in uitersten' denken in de hand werken, het versterken van 'wij-zij' denken, polarisatie. Wanneer de persoon die gepest wordt zichzelf afsluit van zijn of haar omgeving, ook van goede vrienden en familie, wanneer de persoon zichzelf zó schaamt voor het beeld wat over hem/haar is ontstaan, wanneer de persoon niet met iemand hierover praat, kan online gepest worden zelfs leiden tot gedachten aan zelfmoord en werkelijke suïcide.

*Ken jij iemand in jouw omgeving die hiermee te maken heeft, dan kunnen jullie terecht bij de telefoonlijn 113.*

Een ander fenomeen dat soms zeer hoge risico's heeft voor de eigen gezondheid, voor het eigen leven zijn Online Challenges. Zoals de "Cinnamon Challenge", "Chocking Challenge", "Blue Wale Challenge".

Naast bovenstaande nadelen bleek uit een onderzoek, gedaan aan de Universiteit van San Diego, dat het gebruik van de smartphone een grote rol speelt bij het verschuiven van face-to-face contacten naar bijna alleen maar contact via de smartphone en de communicatie-apps. Dit blijkt gevolgen te hebben voor de sociale, emotionele ontwikkeling en ook voor het zelfstandig en afhankelijk worden. Er wordt binnen geleefd, binnen de vier muren thuis, meestal alleen op de eigen kamer. Kinderen en jongeren onttrekken zich nu op een andere manier van volwassenen, ouderlijk toezicht. Veel minder door fysieke afstand, weg te gaan naar buiten en daar hun eigen gang te gaan, de wereld te ontdekken, te experimenteren.

Doordat jongeren zelf kiezen, of in ieder geval zelf lijken te kiezen voor deze manier van omgaan met hun leeftijdsgenoten, zou je verwachten dat zij zich hier prettig bij voelen, dat ze gelukkig zijn. Dat is niet wat bleek uit de uitkomst van dat onderzoek. Jongeren die veel gebruik maken van de

---

smartphone, op die manier hun sociale contacten onderhouden blijken zich toch minder gelukkig te voelen dan jongeren die hun sociale contacten vooral face-to-face onderhouden. Jongeren die veel actief zijn op sociale media voelen zich vaker eenzaam. Wanneer er bijvoorbeeld ergens een feestje georganiseerd wordt, komt dit voorbij op de sociale media. Als jij dan niet uitgenodigd bent, maar je ziet vervolgens wel alle foto's en leuke verhalen voorbij komen, dan kan dit het gevoel van buitengesloten worden versterken.

Een ander probleem dat zich ontwikkelt is het gebrek aan voldoende en goede nachtrust. Het gebruik van de smartphone is vaak het laatste en eerste wat we doen rondom het slapen. Regelmatig wordt de smartphone door jongeren zelfs onder het kussen of op het matras gelegd. Het stoppen is vaak lastig. Door de 'oneindigheid' van sociale media berichten. En ook door het inmiddels waarschijnlijk welbekende 'blauwe licht' dat de smartphone uitstraalt, omdat dit ons brein wakker houdt. Daarbij vervaagt tijdsbesef meestal, waardoor je ongemerkt langer bezig bent op je mobiel en later gaat slapen. Terwijl je de volgende ochtend toch op dezelfde tijd op moet staan, om op tijd op school te komen of naar het werk te gaan. Hierdoor ontstaat dan slaapttekort, wat ook weer effect heeft op het functioneren overdag.