

3^ο ΓΕΛ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ: 2013-2014

Social Media: Like ή Dislike



ΜΑΘΗΤΕΣ

**ΘΕΟΔΩΡΙΔΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΑΡΒΑΝΙΤΙΔΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ
ΛΑΖΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΔΕΛΗ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ
ΕΥΔΥΡΙΑΔΗΣ ΡΑΦΑΗΛ**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ

ΘΕΟΔΩΡΙΔΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	3
Τα είδη των Social Media	4
Πλεονεκτήματα των Social Media	9
Μειονεκτήματα των Social Media	10
Εθισμός	12
Bullying	13
Επίλογος	17
Βιβλιογραφία	18

Εισαγωγή

Τα social media υπήρχαν από τον καιρό που οι άνθρωποι ξεκίνησαν να μιλάνε. Ένα από τα πρώτα σημάδια των ανθρώπινων social media ήταν οι τοιχογραφίες στις σπηλιές. Τα πρώτα είδη των social media δεν ήταν ψηφιακά. Σύμφωνα με το λεξικό Merriam-Webster η λέξη social σημαίνει "ότι σχετίζεται με την ανθρώπινη κοινωνία, την αλληλεπίδραση του ατόμου και της ομάδας, ή την ευημερία των ανθρώπων ως μέλη της κοινωνίας. Η λέξη media σημαίνει ένα μέσο της καλλιέργειας, μεταφοράς, η έκφρασης. Media είναι επίσης πληθυντικός αριθμός της λέξης "μέσος" και μέσο είναι ιδιαίτερη μορφή συστήματος επικοινωνίας. "Κάποιες από τις πρώτες μορφές social media ήταν πρωτόγονες και δεν περιελάμβαναν υπολογιστή, αλλά κάποιο είδος τεχνολογίας για να μεταφέρουν μηνύματα." "Όλοι οι ζωντανοί οργανισμοί επικοινωνούν μεταξύ τους με κάποιο τρόπο, αλλά οι άνθρωποι αφήνουν εντυπώσεις εκ προθέσεως. Ένα απολίθωμα κάνει εντύπωση αλλά δεν το κάνει επίτηδες ή το κάνει χρησιμοποιώντας τεχνολογία. Η επικοινωνία και η δικτύωση (δίκτυο με την έννοια της λέξης: να αλληλεπιδρούν με τους άλλους σκόπιμα) είναι ζωτικής σημασίας για την επιβίωση και την ιστορία μας. Τα Social media αναφέρονται στην αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων στην οποία δημιουργούν, μοιράζονται και ανταλλάζουν πληροφορίες και ιδέες σε εικονικές κοινωνίες και δίκτυα.

Ο Andreas Kaplan και ο Michael Haenlein ορίζουν τα social media ως ένα group του Internet βασισμένο σε εφαρμογές που στηρίζονται στα ιδεολογικά και τεχνολογικά θεμέλια του Web 2.0 και επιτρέπουν τη δημιουργία και ανταλλαγή του περιεχομένου που έφτιαξε ο χρήστης. Επιπρόσθετα τα social media εξαρτώνται από κινητά και τεχνολογία βασισμένη στο δίκτυο, για να δημιουργήσουν άκρως διαδραστικές πλατφόρμες στις οποίες τα άτομα και οι κοινωνίες μοιράζονται δημιουργούν, συζητούν και τροποποιούν τα περιεχόμενα που παράγουν οι χρήστες. Συστήνουν ουσιώδες και διάχυτες αλλαγές στην επικοινωνία μέσω οργανισμών, κοινωνιών και ατόμων.

Τα είδη των Social Media

Τα Social Media χαρακτηρίζονται από τις δυνατότητες διασύνδεσης και αλληλεπίδρασης των χρηστών τους ενώ το περιεχόμενο τους δημιουργείται από τους χρήστες. Μέσα από τα Social Media, τα άτομα ή οι ομάδες μπορούν να δημιουργήσουν, να οργανώσουν, να επεξεργαστούν να σχολιάσουν και μοιραστούν το περιεχόμενο των μηνυμάτων. Οι επιχειρήσεις χρησιμοποιούν τακτικά τα Social Media για να αλληλεπιδράσουν με τους πελάτες τους. Κατατάσσονται σε ορισμένα είδη ή κατηγορίες, ανάλογα με το χαρακτήρα και τη χρησιμότητα που έχουν. Οι κατηγορίες αυτές, παρουσιάζονται παρακάτω:

Social Networks

Τα Social networks, είναι ιστοσελίδες οι οποίες επικεντρώνονται στην ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων μεταξύ ατόμων, τα οποία έχουν κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες. Η κοινωνική δικτύωση των ατόμων γίνεται και πρόσωπο με πρόσωπο, στους χώρους συναθροίζονται άνθρωποι.

Τα Social networks, είναι οι πιο δημοφιλείς ιστοσελίδες για τέτοιου είδους επικοινωνία, όσον αφορά το διαδίκτυο. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι το διαδίκτυο αποτελείται από εκατομμύρια ανθρώπους που ψάχνουν να συναντήσουν και να συναναστραφούν με άλλους, ώστε να συγκεντρώσουν, να μοιραστούν πληροφορίες και εμπειρίες, για διάφορα θέματα όπως για παράδειγμα: την άποψη για ένα προϊόν. Όταν πρόκειται για online Social Networks, οι ιστοσελίδες που χρησιμοποιούνται είναι γνωστές ως Social Networks Sites.

Οι κυριότερες Social Media Ιστοσελίδες

Στην ενότητα αυτή, θα παρουσιαστούν μερικά από τα πιο διαδεδομένα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όσον αφορά τη χρήση τους από τις επιχειρήσεις και τους ανθρώπους. Τα μέσα αυτά, χρησιμοποιούνται είτε για τις ανάγκες προώθησης των προϊόντων ή των υπηρεσιών από τις επιχειρήσεις, είτε για να καλύψουν τις ανάγκες επικοινωνίας των χρηστών τους με άλλα άτομα. Μέσα από την πληθώρα των κοινωνικών μέσων που υπάρχουν στο διαδίκτυο, θα παρουσιαστούν εκείνα τα οποία διαθέτουν τους περισσότερους χρήστες και είναι πιο δημοφιλής στην χώρα μας.

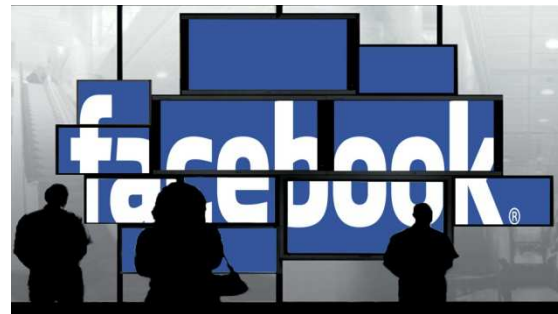
Facebook

Το Facebook είναι μία υπηρεσία κοινωνικής δικτύωσης που ξεκίνησε τη λειτουργία της, τον Φεβρουάριο του 2004. Στόχος ήταν η διαδικτυακή επικοινωνία μεταξύ των φοιτητών του

πανεπιστημίου του Harvard, στο οποίο ήταν και οι ίδιοι φοιτητές. Αρχικά οι χρήστες που είχαν δικαίωμα συμμετοχής ήταν μόνο οι φοιτητές του Harvard, ενώ αργότερα, επεκτάθηκε και σε άλλα πανεπιστήμια και κολέγια, με αποτέλεσμα από το 2007 να έχει φτάσει πλέον η υπηρεσία του Facebook να είναι προσβάσιμη σε κάθε άτομο παγκοσμίως, που η ηλικία του ξεπερνά τα 13 χρόνια.

Για να μπορούν τα άτομα να χρησιμοποιήσουν το Facebook, θα πρέπει να εγγραφούν και να δημιουργήσουν ένα προσωπικό προφίλ. Η διαδικασία είναι εύκολη και χωρίς κόστος. Οι χρήστες του Facebook μπορούν να αναζητήσουν άλλους ανθρώπους και να τους ζητήσουν να γίνουν "φίλοι". Με τους "φίλους" τους τώρα, μπορούν να επικοινωνούν, στέλνοντας μηνύματα ή κάνοντας chat.

Σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι, τα τελευταία χρόνια λόγω προβλημάτων που δημιουργήθηκαν, οι προγραμματιστές του Facebook, παρέχουν την δυνατότητα σε κάθε χρήστη να προσαρμοστεί και να ρυθμίσει το λογαριασμό του, όσον απόρρητο των στοιχείων και των δημοσιεύσεων που κάνει.



Twitter



Το twitter είναι μια διαδικτυακή υπηρεσία κοινωνικής δικτύωσης και micro blogging υπηρεσίες, η οποία επιτρέπει στους χρήστες της να έρθουν σε επαφή με άλλα άτομα, με τα οποία έχουν κοινά ενδιαφέροντα. Τα μηνύματα που κοινοποιούν οι χρήστες, τα λεγόμενα "tweets", έχουν μέχρι 140 χαρακτήρες. Για να μπορεί κάποιος να γίνει χρήστης του twitter, θα πρέπει να εγγραφεί στην υπηρεσία, η οποία είναι δωρεάν, και να δημιουργήσει ένα στοιχείο του.

Στη συνέχεια, ο χρήστης πρέπει να ακολουθήσει άλλους εγγεγραμμένους χρήστες του twitter, οι οποίοι είναι γνωστοί του, φίλοι του, συγγενείς του ή ακόμα και άτομα τα οποία δεν γνωρίζει.

- Η Κεντρική Σελίδα (Home) στην οποία καταγράφονται όλα τα tweets των χρηστών που δημοσιεύονται καθημερινά, από το πιο πρόσφατο, στο πιο παλιό. Στα "tweets" αυτά, οι άλλοι χρήστες μπορούν να απαντήσουν ή να κάνουν "retweet", δηλαδή να αναδημοσιεύσουν το μήνυμα, τους δικούς τους "followers".
- Το Προφίλ του χρήστη (Profile), στο οποίο βρίσκονται τα προσωπικά στοιχεία, όπως είναι το όνομα, η τοποθεσία του και μία φωτογραφία. Επίσης υπάρχει η δυνατότητα για την καταχώριση ενός μικρού βιογραφικού, έως

160 χαρακτήρες.

YouTube

Το YouTube είναι μια διαδικτυακή υπηρεσία, η οποία ανήκει στην Video Sharing. Επιτρέπει στον άνθρωπο να ανεβάσει, να δημοσιεύσει ψηφιακά βίντεο και να τα μοιραστεί με άλλους ανθρώπους.

Η τεχνολογία που χρησιμοποιείται είναι Adobe Flash Video, ώστε να μπορεί να εμφανίζει μεγάλη ποικιλία περιεχομένων φτιαγμένων από τους χρήστες. Τέτοιου είδους περιεχόμενα είναι, κλιπ ταινιών, τηλεόρασης, βίντεο και μουσικής, όπως επίσης και ερασιτεχνικά περιεχόμενα, όπως είναι τα video blogging και τα σύντομα video.

Μαζί με τις ταινίες παρουσιάζεται και ο αριθμός των χρηστών που έχουν δει, ώστε να φαίνονται ποιες είναι οι δημοφιλείς. Επίσης, ένας χρήστης μπορεί να εκφράσει την άποψη του, για το αν του αρέσει ένα βίντεο ή όχι.

Για να γίνει ένα άτομο χρήστης του YouTube, το μόνο που πρέπει να κάνει είναι να πληκτρολογήσει στη μηχανή αναζήτησης τη λέξη "YouTube".

Το YouTube δίνει την δυνατότητα στους χρήστες του, να εγγραφούν και να δημιουργήσουν λογαριασμό, για περαιτέρω χρήστες. Αφού συμφωνήσουν με τους όρους χρήσης της υπηρεσίας, μπορούν όχι μόνο να παρακολουθούν τα βίντεο σαν θεατές, αλλά και να είναι αυτοί οι οποίοι τα ανεβάζουν. Επίσης μπορούν να αποθηκεύσουν τα αγαπημένα τους βίντεο.

Σημαντικό είναι να αναφερθεί, ότι το YouTube παρέχει στο κοινό μία εφαρμογή που λέγεται "YouTube Downloader", με την οποία οι χρήστες μπορούν να αποθηκεύσουν τα βίντεο στον υπολογιστή τους, όπως επίσης και να μετατρέπουν τα βιντεοκλίπ σε MP3, ώστε να μπορούν να τα χρησιμοποιούν ως αρχεία μουσικής.

Τέλος, το YouTube ανακοίνωσε μια νέα υπηρεσία του που ονομάζεται "Merch Store", μέσα από την οποία θα πωλούνται σε θαυμαστές και επισκέπτες της ιστοσελίδας, διάφορα εμπορεύματα καλλιτεχνών, εισιτήρια για συναυλίες καθώς και άλλα προϊόντα και υπηρεσίες.



Google+

Το Google+ είναι μια υπηρεσία κοινωνικής δικτύωσης που ανήκει και λειτουργεί από την Google. Η Google έχει περιγράψει το Google+ ως ένα "κοινωνικό στρώμα" που βελτιώνει πολλές από την online υπηρεσίες της, και ότι πως δεν είναι απλά μια ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης, αλλά επίσης ένα εργαλείο συγγραφικού δικαιώματος που συνοδεύει περιεχόμενο που βρίσκεται σε Παγκόσμιο Ιστό άμεσα με τον ιδιοκτήτη/συγγραφέα του. Είναι ο δεύτερος μεγαλύτερος ιστοχώρος κοινωνικής δικτύωσης στο κόσμο μετά το Facebook.



Τα δύο κύρια πλεονεκτήματα του Google+ είναι η φωτογραφία και το χαρακτηριστικό "Hangout". Μια ενημέρωση τον Οκτώβριο του 2013 εστίασε σε αυτά τα πλεονεκτήματα. 1.5 δισεκατομμύρια φωτογραφίες ανεβαίνουν στο Google+ κάθε εβδομάδα.

Tumblr

Το Tumblr έκανε την εμφάνισή του στο διαδίκτυο στις 7 Απριλίου του 2007. Ουσιαστικά, αποτελεί μία ακόμα πλατφόρμα microblogging, όπου οι χρήστες έχουν τη δυνατότητα να «ποστάρουν» φωτογραφίες, μουσική και κείμενά τους. Ταυτόχρονα, όμως, το Tumblr είναι και μέσο κοινωνικής δικτύωσης, καθώς οι χρήστες τους μπορούν να κάνουν «Like», να αποστέλλουν και να λαμβάνουν αιτήματα φιλίας (κάνοντας follow και unfollow).

Με λίγα λόγια θα μπορούσε άλλως να χαρακτηριστεί σαν μία νέα μορφή Blogger, με στοιχεία από το Twitter και το Facebook. Η ουσιαστική διαφορά από το Blogger, είναι ότι το Tumblr δίνει στον χρήστη του πολύ μεγάλη ευχέρεια (που αγγίζει τα όρια της δημιουργίας) όσον αφορά τη μορφή που θα έχει το blog. Φυσικά και υπάρχουν πάρα πολλά θέματα από τα οποία μπορεί κανείς να διαλέξει όποιο θέλει ως profile theme, δίνεται, όμως, και η δυνατότητα στο χρήστη να κάνει προσαρμογές και να μεταβάλλει ένα θέμα, εισχωρώντας και παραλλάσσοντας τον κωδικό URL του.



Pinterest

Το κοινωνικό δίκτυο Pinterest, το οποίο δίνει τη δυνατότητα στους χρήστες του να ανακαλύψουν ιδέες που θα τους βοηθήσουν να αναπτύξουν τα ενδιαφέροντά τους. Η πλειονότητα των ανθρώπων που χρησιμοποιούν το Pinterest δημιουργούν λίστες επιθυμιών.



Στόχος τους είναι να εμπνευστούν για διάφορες δραστηριότητες. Για παράδειγμα, να πάρουν ιδέες για τον σχεδιασμό ή τη διακόσμηση του σπιτιού τους, να συλλέξουν πληροφορίες και συμβουλές για μέρη που πιθανώς να επισκεφτούν ή ακόμη να ανακαλύψουν νέες συνταγές μαγειρικής.

Η διαδικασία αλληλεπίδρασης των χρηστών περιλαμβάνει το «καρφίτσωμα» (pinning) διάφορων ιδεών, χόμπι ή ενδιαφερόντων. Με τον τρόπο αυτόν, οι χρήστες με παρόμοια ενδιαφέροντα λαμβάνουν δημιουργικές ιδέες για τις καθημερινές τους δραστηριότητες καθώς και προτάσεις για πράγματα που πιθανώς θα κάνουν στο μέλλον.

Instagram

Το Instagram είναι μια εφαρμογή την οποία κατεβάζετε δωρεάν στο κινητό σας και η οποία σας επιτρέπει να τραβάτε, να επεξεργάζεστε και να μοιράζεστε με



γνωστούς κι αγνώστους, online, φωτογραφίες. Η επεξεργασία, βέβαια, μακράν απέχει από την περίπλοκη διαδικασία που σας έχει μάθει να σκέφτεστε αμέσως το Photoshop. Αυτό που μπορείτε να κάνετε στις φωτογραφίες σας με το Instagram είναι να «περάσετε» επάνω τους ένα από τα 17 φίλτρα του –καθένα εκ των οποίων έχει διαφορετικό εφέ– και προαιρετικά, να επιλέξετε ένα συγκεκριμένο σημείο της φωτογραφίας για να εστιάσετε, «θολώνοντας» την υπόλοιπη. Πατάτε share, την ανεβάζετε στη γιγάντια database του Instagram, την κάνετε αν θέλετε και post στο Facebook.

Πλεονεκτήματα των Social Media



- Τα παιδιά μπορούν να αποκτήσουν κοινωνική αυτοπεποίθηση από την αλληλεπίδρασή τους με άλλους ανθρώπους στο διαδίκτυο που μπορούν να τους κάνουν να νιώσουν πιο ασφαλείς σε νέες καταστάσεις, όπως το να πάνε σε κολέγιο, να συμμετάσχουν σε ομάδες για αθλήματα και να κάνουν καινούριους φίλους.
- Να κρατήσουν επαφή με τα μέλη της οικογένειας που ζουν μακριά μπορεί να γίνει ευκολότερο μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με το να μοιράζονται φωτογραφίες, βίντεο, να στέλνουν μηνύματα, τα μέλη της οικογένειας μένουν ενωμένα ακόμα κι αν ζουν σε άλλο μέρος μιας χώρας ακόμα και στην άλλη άκρη του κόσμου
- Η δυνατότητα δημιουργίας δεσμών με πολύ μεγάλο αριθμό ατόμων, εφόσον το διαδίκτυο συγκεντρώνει πλήθος άτομα απ' όλο τον κόσμο.
- Η δυνατότητα δημιουργίας δεσμών με άτομα που μπορεί να βρίσκονται σε μεγάλη γεωγραφική απόσταση το ένα από το άλλο, εφόσον το διαδίκτυο καταργεί τις αποστάσεις. Αυτή η δυνατότητα δεν υπάρχει στα στενά κοινωνικά δίκτυα του άμεσου πραγματικού περιβάλλοντος του ατόμου.
- Η δυνατότητα δημιουργίας μεγάλης ποικιλίας κοινωνικών δεσμών εφόσον στο διαδίκτυο συρρέουν άτομα από διαφορετικές χώρες, κοινωνίες, πολιτισμούς και με διαφορετικές συνήθειες και χαρακτηριστικά.
- Η δυνατότητα επιλογής ανάμεσα σε μεγάλο πλήθος κοινωνικών ομάδων και η αναζήτηση της ομάδας που εκφράζει και ωφελεί το άτομο με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.
- Η δυνατότητα επαφής με πολλούς διαφορετικούς πολιτισμούς.
- Η δυνατότητα αναζήτησης και ανεύρεσης περιεχομένου (φωτογραφιών, βίντεο κλπ.) στο οποίο οι χρήστες δεν θα μπορούσαν να έχουν πρόσβαση με διαφορετικό τρόπο.
- Η δυνατότητα άμεσης και από πρώτο χέρι ενημέρωσης για οτιδήποτε συμβαίνει στον κόσμο, εφόσον οι ειδήσεις μεταδίδονται μεταξύ των χρηστών του διαδικτύου και από την μία άκρη της γης στην άλλη σε ελάχιστο χρόνο.
- Η δυνατότητα εύκολης πρόσβασης σε ψυχαγωγικό περιεχόμενο, από το σπίτι μέσω π.χ. της παρακολούθησης βίντεο κλιπ και μέσω της ενασχόλησης με εφαρμογές ψυχαγωγικού χαρακτήρα όπως τα παιχνίδια.



Μειονεκτήματα των Social Media

- **Μπορούν να αποσπάσουν τη προσοχή:**

Οι περισσότεροι που υποφέρουν από αυτό είναι οι μαθητές. Αντί να κάνουν τα μαθήματα τους, τείνουν να αποτυγχάνουν σε όλες τις προσπάθειές τους, εξαιτίας της λάθος χρήσης των social media



- **Αποθαρρύνουν τη διαπροσωπική επικοινωνία:**

Μας αποθαρρύνουν να βγαίνουμε έξω και να γνωρίζουμε καινούργιους ανθρώπους, γιατί μέσω αυτών μπορούμε και γνωρίζουμε πολλούς ανθρώπους και συζητάμε με αυτούς για διάφορα θέματα-κυρίως προσωπικά-χωρίς όμως να ξέρουμε ποιός πραγματικά κρύβεται πίσω από την οθόνη του άλλου υπολογιστή.

- **Υπάρχει μεγαλύτερος κίνδυνος από πλευράς ασφάλειας για την διαρροή πληροφοριών:**

Μπορεί να γίνει έγκλημα μέσω αυτών, να ανοίξουν από "hackers" και να γίνει απάτη, scam ή ακόμα να κατεβάσουν και κάποιον ιό. Οι άνθρωποι πέφτουν θύματα online και έτσι μπορεί να διαδοθεί η ταυτότητα τους σε όλο τον κόσμο.



- **Προκαλούν σοβαρές ζημιές στην υγεία των ατόμων:**

Όταν τα social media χρησιμοποιούνται με λάθος τρόπο, υπάρχει η πιθανότητα να έχει αρνητικά αποτελέσματα το άτομο, ψυχικά και σωματικά.

- **Δεν είναι αποτελεσματικά για όλων των ειδών τις επιχειρήσεις:**

Για παράδειγμα, ακριβά προϊόντα ίσως είναι δύσκολο να αγοράσει κάποιος μέσα από τα social media, και αν αγοράσει και πάρει κάποιο ελαττωματικό προϊόν δεν θα μπορέσει να το αλλάξει.



- **Ένα ακόμα μειονέκτημα είναι η μεταφορά ιών διαμέσου της συνομιλίας:**

Επίσης αρχίζει να χρησιμοποιεί καθημερινά χιλιάδες κόσμος τα social networks, αυτό έχει μία τεράστια αρνητική πλευρά. Είναι τόσο πολλοί η κακοπρόθυμοι χρήστες του διαδικτύου που μπορεί κάποιος μικρός και



ανώριμος να πέσει θύμα κλοπής η ακόμα και απαγωγής στις χειρότερες περιπτώσεις.

- **Το χειρότερο από τα μειονεκτήματα των social media είναι ο κίνδυνος που μπορεί κάποιος να διατρέξει από ανέβασμα φωτογραφιών:**

Πολλά από τα μειονεκτήματα των social media είναι το ανέβασμα φωτογραφιών . Αυτό μπορεί να αποβεί μοιραίο για κάποιον που θέλει να διαγράψει κάποιες από τις φωτογραφίες του. Είναι σχεδόν αδύνατο να διαγράψεις μια φωτογραφία από το internet.



- **Επίσης κίνδυνο μπορεί να διατρέξουμε αν κάνουμε check in κάθε φορά που πηγαίνουμε κάπου:**

Μπορεί κάποιος να μας παρακολουθεί από τις φωτογραφίες που ανεβάζουμε στο Internet και αν κάνουμε check in μπορεί να μας βρει οποιοσδήποτε.

- **Είναι βλαπτικά για τον εγκέφαλο:**

Όπως αναφέρεται και σε μια μελέτη κάποιων ειδικών από τη Κίνα, τα σοβαρά προβλήματα εθισμού προκαλούνται από το Internet, με αποτέλεσμα οι άνθρωποι οι οποίοι ασχολούνται πολύ με τα social media, να εμφανίζουν σοβαρές αλλαγές στον εγκέφαλο, όπως η ατροφία σε συγκεκριμένες περιοχές του.



- **Καταστρέφουν τον εγκέφαλό μας:**

Όσοι ασχολούνται πολλές ώρες με τα social media δεν αφήνουν τον εγκέφαλό τους να εξελιχθεί , και ως αποτέλεσμα γυρνούν τον εγκέφαλό τους στο στάδιο.....<<μικρού παιδιού>> που έλκεται από τους ήχους και τα έντονα φώτα , που ζει μόνο για τη στιγμή και δεν μπορεί να επικεντρώσει τη προσοχή του για μεγάλο διάστημα.

Εθισμός στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Εθισμός στα Μ.Κ.Δ. είναι το σύνδρομο στέρησης, όταν η χρήση διακόπτεται παρουσιάζονται συμπτώματα άγχους και εκνευρισμού. Για παράδειγμα σκεφθείτε κάποιον που έχει βγει για ποτό και δεν ακούει καν τι του λέει ο συνομιλητής του αλλά σκέφτεται με αγωνία τι έχει γραφτεί στον «τοίχο» του και βιάζεται για να πάει σπίτι αδιαφορώντας για τον άνθρωπο που τον συνοδεύει. Ο ίδιος άνθρωπος πιθανότατα να μπαίνει στο Facebook 3 και 4 φορές την ημέρα. Είναι άξιο απορίας πραγματικά για το τι κοινωνικές δεξιότητες



θα αποκτήσει ο συγκεκριμένος άνθρωπος που είναι πολύ πιθανόν να καταλήξει κοινωνικά ευνοχισμένος.

Άλλη μια ένδειξη εθισμού είναι όταν ο χρόνος της χρήσης ξεπερνάει τον επιθυμητό. Για παράδειγμα κάποιος που είχε σκοπό να μπει στο Facebook για μισή ώρα και καταλήγει να μείνει άγρυπνος μέχρι το πρωί με αποτέλεσμα την επόμενη μέρα να είναι δυσλειτουργικός σε όλα τα επίπεδα. Όλο και περισσότεροι χρήστες του διαδικτύου, στην πλειοψηφία τους νέοι, παραμένουν ξάγρυπνοι μέχρι και τις 4 το πρωί, ακόμη και τις καθημερινές, με αποτέλεσμα να αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα (λόγω έλλειψης ύπνου), στην ημερήσια δραστηριότητά τους και στην εργασία τους, ενώ ορατά θα είναι σε λίγο και τα προβλήματα υγείας. Το συγκεκριμένο πρόβλημα φαίνεται ότι αντιμετωπίζουν χιλιάδες χρήστες του Facebook, αφού πρόσφατα χρήστες του δημιούργησαν μια ομάδα με τίτλο «Πραγματικά κάποια στιγμή θα πρέπει να αρχίσω να κοιμάμαι πριν τις 4!!» η οποία απαριθμεί πάνω από 24.000 μέλη. Η δημιουργία της ομάδας δείχνει ότι οι χρήστες έχουν εντοπίσει το συγκεκριμένο πρόβλημα που τους ταλαιπωρεί, αλλά μάλλον δείχνουν αδύναμοι στην αντιμετώπισή του, γεγονός που αποδεικνύει ότι πρόκειται για κλασική περίπτωση εθισμού στο διαδίκτυο.

Επίσης, με σχιζοφρενικό τρόπο, πολλοί από αυτούς που λένε «σκέφτομαι να διαγράψω τον λογαριασμό μου στο Facebook» είναι συχνά εθισμένοι. Για να φτάσει κανείς να έχει παθιαστεί τόσο, μάλλον ασχολήθηκε πολύ. Ή στεναχωρήθηκε πολύ από κάτι που έγινε. Η διαταραχή εθισμού στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι μια πρόσφατα αναγνωρισμένη πάθηση που χαρακτηρίζεται από τη χρήση του Διαδικτύου εκτός ελέγχου. Οι πάσχοντες ξοδεύουν υπερβολικό χρόνο «online», σε βαθμό που παρεμποδίζεται η ποιότητα ζωής τους.



Bullying

Διαδικτυακός εκφοβισμός, ηλεκτρονική διαπρόμπευση, απειλές και ψυχολογική βία. Κοινώς, cyber bullying. Οι ανήλικοι και έφηβοι χρήστες των ελληνικών social media, ζουν τον τρόμο και τον φόβο της διαδικτυακής βίας. Νέα μορφή εκφοβισμού που αναδύεται μέσα από την αυξανόμενη χρήση των νέων μέσων και την διείσδυση τους στα σπίτια των νέων.

Τι είναι όμως το cyber bullying ;

Ο εκφοβισμός μέσω του Διαδικτύου είναι οποιαδήποτε πράξη εκφοβισμού, επιθετικότητας, παρενόχλησης, τρομοκρατικής ή αυταρχικής συμπεριφοράς που θεσπίζεται και πραγματοποιείται μέσω της χρήσης των ψηφιακών συσκευών επικοινωνίας, συγκεκριμένα του Διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων και η οποία επαναλαμβάνεται ανά τακτά ή άτακτα χρονικά διαστήματα.

Τι περιλαμβάνει ο εκφοβισμός μέσω διαδικτύου;

- Πειράγματα με στόχο τη διασκέδαση
- Διάδοση άσχημων-προσβλητικών φημών online
- Αποστολή ανεπιθύμητων μηνυμάτων (υβριστικά- προσβλητικά)
- Παρενόχληση
- Δυσφήμιση σε τρίτους (άλλους πλέον του θύματος) Μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μηνυμάτων μέσω κινητού, φωτογραφίες και βίντεο στο διαδίκτυο, ιστοσελίδες, blogs , chat rooms κ.ά.

Το φαινόμενο του cyber bullying είναι πιο περίπλοκο απ' όσο γίνεται αντιληπτό. Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα του cyber bullying είναι το εξής:

Σε "καλό" σχολείο της Αθήνας, η πρώτη μαθήτριά του σχολείου, ηλικίας περίπου 16 ετών και σημαιοφόρος, υπέστη νευρικό κλονισμό και προχώρησε σε απόπειρες αυτοκτονίας. Η αιτία ήταν η διαδικτυακή επίθεση που δέχτηκε από ένα προφίλ ψεύτικο το οποίο εμφανιζόταν να ήταν δικό της. Η μαθήτριά, κουβεντιάζοταν σε όλο το σχολικό περιβάλλον με αποτέλεσμα να μην αντέξει την πίεση και να κάνει δύο απόπειρες. Μετά από έρευνα πολλών ημερών οι αστυνομικοί ανακάλυψαν πως ο ένοχος ήταν ο δεύτερος μαθητής στο σχολείο ο οποίος τη ζήλευε και ήθελε την πρωτιά.

Ποιές είναι οι αιτίες;

Για τους ειδικούς η σημαντικότερη αιτία για τη διόγκωση του φαινομένου είναι η έλλειψη επικοινωνίας στην οικογένεια, ανάμεσα στα παιδιά και τους γονείς. Δεν

υπάρχει ούτε επικοινωνία αλλά ούτε και επιμέλεια και επίβλεψη των παιδιών. Τα παιδιά ουσιαστικά οδηγούνται σε βίαιες εξάρσεις και οδηγούνται τελικά σε ακραίες συμπεριφορές, όπως το cyber bullying.

Άλλες αιτίες είναι η βίωση συναισθημάτων όπως ο θυμός, η ζήλια, η απόγνωση και η εκδίκηση. Πηγές των έντονων αυτών συναισθημάτων μπορεί να είναι είτε οι δυσλειτουργίες που εμφανίζονται στο οικογενειακό περιβάλλον στο οποίο αναπτύσσεται η συγκεκριμένη προσωπικότητα είτε κάποια παθολογία του ίδιου του δράστη. Δεν είναι λίγες και οι περιπτώσεις όπου ο διαδικτυακός εκφοβισμός λειτουργεί και ως μέσον ψυχαγωγίας για τους δράστες, τα αισθήματα των οποίων ικανοποιούνται με τις αντιδράσεις των θυμάτων.



Γιατί ο οποιοσδήποτε να εκφοβίζει μέσω του Διαδικτύου;

Δυστυχώς, αν και υπάρχουν αρκετές υποθέσεις σχετικά με τους «εκφοβιστές στο διαδίκτυο» στην πραγματικότητα γνωρίζουμε πολύ λίγα σχετικά με τα χαρακτηριστικά των ατόμων αυτών και των κινήτρων τους. Πολλοί παράγοντες μπορεί να ωθήσουν ένα άτομο σε τέτοιες συμπεριφορές: η βαρεμάρα, η ανάγκη για επιβολή δύναμης, ο θυμός, η αντεκδίκηση για το ότι κανείς εκφοβίστηκε, η ανάγκη για προσοχή. Ένας άλλος εξίσου σημαντικός λόγος ενδέχεται να είναι ότι ο εκφοβισμός στο διαδίκτυο είναι πιο ασφαλής από ότι ο παραδοσιακός εκφοβισμός γιατί είναι ανώνυμος και υπάρχουν μικρότερες πιθανότητες να πιαστεί ο θύτης. Τέλος κίνητρο μπορεί να αποτελεί απλά η ευχαρίστηση να προκαλεί κανείς πόνο.

Γιατί ένα παιδί να αισθάνεται άσχημα με κάτι που γράφει ο οποιοσδήποτε στο Διαδίκτυο; Αν σβήσει το μηχάνημα δεν θα σβηστεί και το πρόβλημα;

Η νέα γενιά έχει βρει μέσω του Διαδικτύου ένα μέσο επικοινωνίας και συνεχούς επαφής. Φανταστείτε να είστε σε ένα πραγματικό καφενείο, κομμωτήριο, μπαρ και να σκέφτεστε ότι όλοι όσοι σας βλέπουν έχουν ακούσει κάτι προσβλητικό για την προσωπικότητά σας – πως θα αισθανθείτε τότε; Μπορείτε να τους πιάσετε έναν-έναν και να απολογηθείτε για κάτι που δεν έχετε κάνει ή και για κάτι που ισχύει αλλά δεν θα θέλατε να ξέρουν; Πόσο δύσκολο θα ήταν αυτό για εσάς; Αν φύγετε θα φύγει και το αίσθημα αυτό; Μπορείτε να απομονωθείτε ή να αλλάξετε τα μέρη που συχνάζετε σαν λύση; Αυτές είναι κάποιες απλές ερωτήσεις για να νιώσετε όπως θα

ένιωθε και ένα άτομο για το οποίο η κοινωνικότητα του εκφράζεται σε μεγάλο μέρος και με τη βοήθεια του Διαδικτύου.

Τέτοιου είδους συμπεριφορές μπορεί να κάνουν τα νέα άτομα να νιώθουν δυστυχή και φοβισμένα, να αισθάνονται ανασφαλή και απομονωμένα. Πολλά παιδιά που δέχονται παρενόχληση στο σχολείο χάνουν την εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και μπορεί να μην θέλουν να ξαναπάνε στο σχολείο ή να θέλουν να απομονωθούν από τις παρέες τους. Επιπλέον, σε ακραίες περιπτώσεις, η συνεχής, επίμονη και έντονη παρενόχληση έχει οδηγήσει σε τρομερές συνέπειες όπως η πρόθεση για αυτοκτονία.

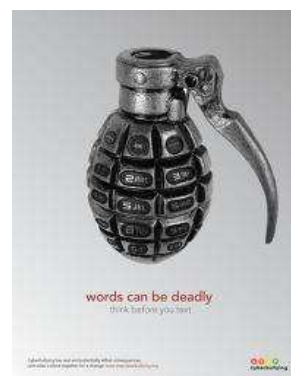
Τα θύματα της παρενόχλησης στον κυβερνοχώρο συχνά αισθάνονται ότι δεν μπορούν να ξεφύγουν από τους θύτες, διότι η εκφοβιστική συμπεριφορά μπορεί να τους ακολουθήσει από το σχολείο στα σπίτια τους στον κυβερνοχώρο και δεν περιορίζεται σε μία φυσική τοποθεσία.

Το φαινόμενο του εκφοβισμού μέσω διαδικτύου απασχολεί ολοένα και περισσότερο τους σύγχρονους ερευνητές, καθώς λαμβάνει χώρα αρκετά συχνά πλέον σε παγκόσμιο επίπεδο αλλά και στην ελληνική πραγματικότητα. Σύμφωνα με τα στοιχεία που προέκυψαν από απογραφική έρευνα στην νήσο Κω, προέκυψε ότι το 14,7% του δείγματος είχε δεχτεί παρενόχληση μέσω του Διαδικτύου. Από αυτό το ποσοστό το 15,2% ήταν αγόρια και το 19,5% κορίτσια. Αριθμητικά συχνότερη ήταν η αναφορά από 17χρονους, όμως εξίσου πιθανό ήταν να το αναφέρουν και 14χρονοι που πλοηγούνται στο Διαδίκτυο.

Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός σχετίζεται με τον παραδοσιακό εκφοβισμό με τρεις τρόπους. Πρώτον, η πράξη λαμβάνει τη μορφή της επίθεσης και προορίζεται να βλάψει ένα άτομο. Ακόμα κι αν κυβερνο-εκφοβισμός δεν λαμβάνει τη μορφή της σωματικής επίθεσης, εξακολουθεί να είναι μια μορφή επιθετικότητας που εκφράζεται με ηλεκτρονικά μέσα. Δεύτερον, η πράξη του κυβερνο-εκφοβισμού είναι συχνά επαναλαμβανόμενη. Τρίτον, υπάρχει συχνά μια ανισορροπία της εξουσίας, όπου ο νταής έχει περισσότερη δύναμη από ό, τι το θύμα.

Στα εγκλήματα κατά των ανηλίκων χρηστών εντάσσεται, και ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός. Επιπρόσθετα, πολλά από τα διαδικτυακά εγκλήματα συχνά βλάπτουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και την υπόληψη του ατόμου. Τέτοιου είδους εγκλήματα δεν έχουν σαν σκοπό την απόκομιση περιουσιακού οφέλους αλλά την προσβολή του ατόμου. Ο ρατσισμός, η σεξουαλική διαστροφή, η εξύβριση και η συκοφαντική δυσφήμιση πρωτοστατούν σε αυτή την κατηγορία.

Περίπου 23.420 παιδιά στην Ευρώπη, ηλικίας 9-16 ετών, πέφτουν θύματα «διαδικτυακού εκφοβισμού» μία φορά την εβδομάδα ή περισσότερο.



Παρακάτω αναγράφονται κάποια στατιστικά στοιχεία σχετικά με το διαδικτυακό εκφοβισμό.

- Περίπου το 43% των παιδιών έχει υποστεί διαδικτυακό εκφοβισμό. 1 στους 4 έχει δεχθεί πάνω από μια φορά.
- 70% των μαθητών έχουν αναφέρει ότι βλέπουν συχνά εκφοβισμό μέσω ίντερνετ.
- Πάνω από το 80% των εφήβων χρησιμοποιούν ένα κινητό τηλέφωνο τακτικά, καθιστώντας το πιο κοινό μέσο για την παρενόχληση στον κυβερνοχώρο.
- 68% των εφήβων συμφωνούν ότι ο εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο είναι ένα σοβαρό πρόβλημα.
- 81% των νέων πιστεύουν ότι με τον διαδικτυακό εκφοβισμό είναι πιο εύκολο να ξεφύγει κανείς από ό, τι με τον εκφοβισμό αυτοπροσώπως.
- 90% των εφήβων που έχουν δει διαδικτυακό εκφοβισμό λένε ότι τον έχουν αγνοήσει. 84% έχουν δει άλλους να λένε στους νταήδες του κυβερνοχώρου να σταματήσουν.
- Μόνο 1 στα 10 θύματα θα ενημερώσει έναν γονέα ή άλλο έμπιστο ενήλικα.
- Είναι περίπου διπλάσιες πιθανότητες τα κορίτσια να είναι τα θύματα και οι δράστες του εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο από τα αγόρια.
- Περίπου 58% των παιδιών παραδέχονται ότι κάποιος τους έχει προσβάλει στον κυβερνοχώρο. Πάνω από 4 στους 10 λένε ότι έχει συμβεί πάνω από μία φορά.
- Θύματα παρενόχλησης είναι 2-9 φορές πιο πιθανό να διαπράξουν αυτοκτονία.

Επίλογος

Μετά από έρευνα πολλών μηνών και κατόπιν πολύωρης συνεργασίας ανάμεσα στα μέλη της ομάδας μας καταλήξαμε σε ένα συμπέρασμα. Προσεγγίσαμε τα Social Media και από τη θετική πλευρά τους αλλά και από την αρνητική έτσι ώστε να μπορέσουμε να συγκρίνουμε εάν είναι καλύτερο να χρησιμοποιεί κάποιος τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης η όχι. Όπως προαναφέρθηκε στην ερευνητική εργασία υπάρχουν πολλά πλεονεκτήματα αλλά τα μειονεκτήματα υπερισχύουν. Τα Social Media κρύβουν πολλούς κινδύνους και είναι πολύ δύσκολο να προστατευτεί κανείς από όλους. Γι' αυτό το λόγο επιλέξαμε να μην γίνεται υπερβολική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης καθώς προκαλεί σοβαρά προβλήματα στον χρήστη.



Βιβλιογραφία

<http://afipnisiel.blogspot.gr/2012/12/cyber-bullying.html>

<http://psychografimata.com/13578/ilektronikos-ekfovismos-cyber-bullying/>

<http://www.dosomething.org/tipsandtools/11-facts-about-cyber-bullying>

[digilid lib unipi gr/dspace/distream/unipi/4785/Chagab.pdf](http://digilid.lib.unipi.gr/dspace/distream/unipi/4785/Chagab.pdf)

<http://www.jeffbullas.com/2014/01/17/20-social-media-facts-and-statistics-you-should-know-in-2014/>

<http://www.searchenginejournal.com/25-insane-social-media-facts/79645/>

<http://el.wikipedia.org/wiki/Google%2B>

<http://www.sportculture.gr/menculture-ti-einai-to-tumblr.html>

<http://www.in2life.gr/indulgence/technology/article/239305/instagram-ti-kanei-pia-afto-to-pragma.html>

http://5lyk-volou.mag.sch.gr/autosch/joomla15/images/projects/mesa_koinwnikhs_diktywshs.pdf