Τα social media ή μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι πλέον κομμάτι της καθημερινότητας των περισσότερων ανθρώπων. Δεν είναι απλά ένα μέσο επικοινωνίας, είναι και ένα μέσο πληροφόρησης, έκφρασης ιδεών και χρησιμοποιείται ακόμα και για επαγγελματικούς σκοπούς. Τα site κοινωνικής δικτύωσης έχουν χιλιάδες χρήστες οι οποίοι ανταλλάζουν απόψεις, δημοσιεύουν φωτογραφίες κ προσωπικές στιγμές. Πολλοί υποστηρίζουν πως τα social media βοηθούν στην κοινωνικοποίηση μας αφού βρίσκουμε φίλους με τους οποίους μιλάμε, μοιραζόμαστε τα συναισθήματα μας κ τις στιγμές μας. Η ερώτηση όμως είναι κατά πόσο αυτή η επικοινωνία είναι αληθινή και κατά συνέπεια πόσο οι φίλοι μας είναι πραγματικοί μας φίλοι.

Βέβαια πάνω κάτω αυτό ισχύει και στην κοινωνική μας ζωή, προσπαθούμε να είμαστε αποδεκτοί από τους ανθρώπους γύρω μας, άρα που είναι το πρόβλημα; Το λάθος το κάνουμε όταν δίνουμε στην ζωή μας μέσα στα social media μεγαλύτερη αξία από την πραγματική μας ζωή. Πάμε στην παραλία και μας ενδιαφέρει να βγάλουμε φωτογραφίες να ανεβάσουμε την επόμενη μέρα και όχι να βουτήξουμε στη θάλασσα. Διασκεδάζουμε για να δείξουμε ότι διασκεδάσαμε. Δημιουργούμε μια ψεύτικη κοινωνική ζωή για να την δείξουμε στους διαδικτυακούς φίλους μας.

Τα social media από μόνα τους δεν είναι κάτι κακό, αντιθέτως διευκολύνουν την επικοινωνία και δίνουν την ευκαιρία να αναδειχθούν απόψεις και ιδέες. Ο τρόπος που τα χρησιμοποιούμε όμως χρειάζεται να αλλάξει.[1]

Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να ενοχοποιήσετε το μέσο. Η χρήση είναι αυτή που μπορεί να επιφέρει τα αντίθετα από τα επιθυμητά αποτελέσματα. Τα social media δημιουργήθηκαν, ακριβώς, για να μας διασκεδάζουν, καλύπτοντας τη βαθύτερη ανάγκη μας για επικοινωνία. Επομένως, το μέσο από μόνο του σχεδιάστηκε για να προσφέρει ψυχαγωγία και όχι να τραυματίσει τον χρήστη. Κάποιος καταναλώνει σημαντικό χρόνο της ημέρας του στα social media, παραμελώντας άλλες ανάγκες του, όπως την ανάγκη για κοινωνικοποίηση.

Η αρχή του 21ου αιώνα σηματοδότησε την άνθιση των social media και άλλαξε για πάντα τον τρόπο επικοινωνίας των ανθρώπων. Η έννοια του online available και unavailable, οι followers, τα status updates και τα likes αποτελούν κομβικούς όρους της online επικοινωνίας. Παράλληλα, στον αντίποδα της eye-to-eye επικοινωνίας βρίσκονται οι συζητήσεις των διαφόρων chats, με τα emoticons να εκφράζουν κάθε ίχνος συναισθηματικής εμπλοκής του χρήστη. Για ποιον λόγο, όμως, ένας χρήστης κάνει log out στην πραγματική ζωή, για να συνδεθεί στα social media και να μοιραστεί προσωπικό υλικό με τους online φίλους του;[2]

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν γίνει αναπόσπαστο κομμάτι του σύγχρονου πολιτισμού μας. Πρόκειται για έναν τομέα που έχει συμβάλει καθοριστικά στη ριζική αλλαγή των σημερινών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων που έχουν σημειωθεί τα τελευταία χρόνια. Το αποτέλεσμα αυτό οφείλεται στην ραγδαία εξέλιξη της τεχνολογίας σε συνδυασμό με τον ολοένα και αυξανόμενο αριθμό των οραματιστών της εποχής μας, οι οποίοι με την εφευρετικότητα που τους διακατέχει έχουν δημιουργήσει τεράστιες παγκόσμιες και πετυχημένες πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης.

Γίγαντες κοινωνικής δικτύωσης όπως το Facebook, το Twitter κτλ έχουν συμβάλει στη δημιουργία ενός ολόκληρου νέου κόσμου όπου είμαστε ελεύθεροι να εκφράσουμε την άποψή μας και να την μοιραστούμε με τους φίλους και τους συνανθρώπους μας. Αυτός ο κόσμος των κοινωνικών μέσων ενημέρωσης, παρέχει την ευχέρεια σε όλους να εκφράσουν και να μοιραστούν τις ιδέες, τις σκέψεις και τα συναισθήματα, που θέλουν εύκολα και γρήγορα.[3]

Τα κοινωνικά δίκτυα σχεδιάστηκαν για να διευκολύνουν την επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων. Δεν έχουν σκοπό να του δυσκολέψουν τη ζωή αλλά να τη διευκολύνουν. Ο τρόπος όμως που εμείς τα αντιμετωπίζουμε είναι καθαρά υποκειμενικός. Αν επιλέγουμε να περνάμε πάρα πολλές ώρες online παραμελώντας την κοινωνική μας ζωή είναι δική μας ευθύνη.[11]

Ζούμε στην εποχή όπου η τεχνολογία έχει πρωταρχικό ρόλο στη ζωή μας. Ιδιαίτερα το **Internet** και τα **social media**έχουν μια σημαντική θέση στη καθημερινότητα μας, είναι αναπόσπαστο κομμάτι του σύγχρονου πολιτισμού. **Πρόκειται για έναν τομέα που έχει συμβάλει καθοριστικά στη ριζική αλλαγή των σημερινών αλληλεπιδράσεων τα τελευταία χρόνια.**

Κάνουν εύκολη την επικοινωνία σε χαλαρώνουν από το stress, μαθαίνεις  καινούργια πράγματα, και κάνεις νέους φίλους ανταλλάζεις απόψεις και ιδέες μοιράζεσαι εικόνες, βίντεο και συζητάς. Όμως πολλές φορές γίνεται εμμονή. Για παράδειγμα, οι άνθρωποι δεν βγαίνουν βόλτες, απομακρύνονται μεταξύ τους και θέλουν να ασχολούνται συνεχώς με αυτό. Μπορούν  κάποια από αυτά να είναι ιδιαιτέρως χρήσιμα στη καθημερινότητα αλλά ταυτόχρονα μπορούν να γίνουν επικίνδυνα.[15]