# VOW Sessie 2 (03/02) 2. Het project “Kwetsbaar? Niet bij deze leraar!”

*Verslaggever: Laura Clabbers*

***Belangrijk: dit document wordt het beste samen bekeken met het startdocument van deze sessie.***

# Inleiding

|  |  |
| --- | --- |
| Rolverdeling sessie 2 - 03/02/2015 | |
| Gespreksleider | Michiel |
| Gesprekondersteuner | Nathalie |
| Materiaalmeester | Laura |
| Tijdsbewaker | Lennert |
| Bemiddelaar | Ahlam |
| Verslaggever | Laura |
| Groepslid | Nathalie |
| Leerbegeleider |  |

Afwezige: Winde (ziek maar bereikbaar via Facebook)   
 Sol en Lien (vanwege LO, skivakantie)

# Startdocument

# Nathalie stelt dit document op aan de hand van het werk van de groep.

# De onderzoeksvragen

***Wat zijn de oorzaken. (door Michiel)***   
  
 🡪 Waarom veroorzaakt social media stress bij jongeren?

* Sociale media veroorzaakt stress omwille van het feit dat sociale media zeer veel en zeer uitlopende informatie bevat. Jongeren voelen daarbuiten een druk om een imago op te bouwen dat op sociale media zichtbaar is. Zij voelen in feite het effect van peer pressure op een digitaal niveau. Die peer pressure zal daarbovenop worden versterkt door een gevoel van verplichting bij jongeren: zij voelen zich verplicht om te weten wat er gaande is in de levens van hun vrienden en voelen zich buitengesloten als zij niet op tijd kunnen reageren. Ten slotte is het zo dat sociale media mensen met vele vrienden “beloont”, wanneer een persoon minder vrienden heeft, zal die ook minder aandacht krijgen in de vorm van likes of retweets, waardoor ze zich minderwaardig voelen (en dus stress de kop opsteekt)

🡪 Wat is FOMO: fear of missing out? Hoe speelt dit een rol?

* FOMO is een feite zeer simpel: Jongeren zullen zich uitgesloten voelen wanneer ze niet worden betrokken bij bepaalde gesprekken of evenementen -> Fear of missing out. Men heeft in feite angst dat men niet up-to-date zal zijn met het nieuws in de levens van hun sociale kring.

***Verschilt de invloed van social media op leeftijd? (door Ahlam)***

🡪 Hoe zit het met jongeren van 12, 14, 16, 18?  
  
- Jongeren vanaf 12 jaar beginnen met het leggen van online contacten. Dit begint met Facebook, smartphones, games,.. (hiermee komt sociale media tot stand) Men gaat steeds meer en meer aandacht schenken aan sociale media, omdat jongeren steeds meer behoefte hebben om te communiceren met hun leeftijdsgenoten.   
  
Risico’s:  
Sociaal-emotionele risico’s:  
Kinderen kunnen binnen deze virtuele wereld worden uitgesloten of ze kunnen zich juist een deel van de groep voelen. Kinderen die worden uitgesloten gaan zich vaak verdiepen in het intensief spelen van games. Ofwel gaan de kinderen gevaarlijke contacten aan met vreemde mensen.   
  
Zowel kinderen die zich een deel van de groep voelen of juist uitgesloten voelen, kunnen een internetverslaving krijgen.  
digitaal pesten   
veel internetten = oplossing voor de eenzaamheid bij kinderen die zich uitgesloten voelen. Aan de andere kant kan veel internetten het gevoel geven dat men niet wordt uitgesloten.

***Hoe beïnvloeden leerlingen onderling elkaar door social media? (door Lennert)***  
 🡪 Veroorzaakt dit extra stress?

* Leerlingen beïnvloeden elkaar onderling onbewust zeer sterk. Dit gebeurt op verschillende manier. FOMO is hier een voorbeeld van. Leerlingen zien op sociale media dat hun vrienden ook zaken doen zonder hun (op stap gaan,…) en voelen zich buitengesloten. Dit kan al voor heel wat stress zorgen. Een persoon zijn sociale identiteit komt vaak ook heel wat interessanter over dan de werkelijkheid. Als leerlingen zien dat hun vrienden/ medeleerlingen een veel interessanter leven leiden dan hun kan dit ook voor stress zorgen.  
  Meldingen en berichten op sociale media kunnen ook een bron zijn voor stress. **Jongeren** voelen een zekere verplichting om direct te reageren op binnengekomen berichten of reacties. Wanneer dat niet lukt voelen zij zich buitengesloten en velen zijn in dat geval zelfs bang dat hen iets kwalijk wordt genomen.  
  Ook de peergroup kan onbewust voor stress zorgen. Door sociale media is namelijk ook de peer pressure toegenomen net zoals de sociale vergelijking. Men gaat zich op basis van berichten en posts vergelijken met de peergroup (erbij horen).

## Bronvermelding

- DEN HOLLANDER, Peter. Goochelen met informatievaardigheden, Bussum, Coutinho, 2013, 179 pagina’s.

-HOP, L., “Jongeren lijden aan Sociale Media Stress (SMS)”, internet, *Nationale Academie voor Media & Maatschappij*, 3-2-2012, (<http://www.mediaenmaatschappij.nl/images/artikelen/PDF/Onderzoekrapportage%20Jongeren%20lijden%20aan%20Social%20Media%20Stress%20(SMS),%20mei%202012.pdf)>

-CONRADI, R., “SMS: SOCIAL MEDIA STRESS”, internet, *Onderwijs van Morgen*, 8-05-2012, (<http://www.onderwijsvanmorgen.nl/sms-social-media-stress>)

-COHEN, C., “FoMo: Do you have a Fear of Missing Out?”, internet, *The Telegraph*, 16-05-2013, (<http://www.telegraph.co.uk/women/womens-life/10061863/FoMo-Do-you-have-a-Fear-of-Missing-Out.html>)

-DICK, J., “Why Do Social Networks Increase Stress?”, internet, *Huffington Post*, 7-12-2013, (<http://www.huffingtonpost.com/john-dick/social-networks-and-stress_b_3534170.html>)

-ROTHENBERG, K., “Stress may be ‘caught’ from social media, study says”, internet, *Fox News*, 23-01-2015, (<http://www.foxnews.com/health/2015/01/23/stress-may-be-caught-from-social-media-study-says/>)

**2.3 Evaluatie en Succesanalyse**

Bijlage 3a gaan we in de volgende sessie behandelen aangezien we niet compleet zijn met onze groep.