

## Ja a moja budúcnosť na sociálnych sieťach

Sociálne siete. Slovné spojenie, ktoré vyjadruje obrovskú a neodmysliteľnú súčasť nášho každodenného života. Poskytujú nám mnoho rôznych informácií, názorov, pohľadov na rôzne veci a okolnosti, ktoré sa dejú vo svete. Je to super prostriedok na hľadanie odpovedí na naše otázky, získavanie všeobecného prehľadu o tom, čo sa deje vo svete, zábavu alebo komunikáciu s našimi priateľmi a rodinou hocikedy a hocikde. Spájajú nás z miesta, v ktorom sa práve teraz nachádzame s celým svetom. Ale tak, ako vedieť byť užitočné, vedieť byť aj nebezpečné, a keď sa ponoríme do ich hĺbky môžeme sa dostať aj k ich toxickej stránke. Sila, rýchlosť a najmä vplyv sociálnych sietí sú neskutočne veľké a nie vždy to je pozitívne. Boli vynájdené pre správnu vec, aby nám uľahčili a spríjemnili život. No s ich rozvojom to zašlo až tak ďaleko, že tomu nie je vždy tak. Prečo si to myslím? Z pohľadu mňa, bežného pätnásťročného dievčaťa, vidím ich veľký negatívny vplyv na mne, ale aj na ľuďoch okolo mňa. Niekedy si myslím, že sme ich podstatu zle uchopili. Medzi základné problémy, ktoré si veľmi uvedomujem, je strata času. Je to, ako keby sme sa dostali do nejakého sna reality sveta, v ktorom strávime toľko času, ktorý by sme mohli využiť na žitie tej našej na mieste, kde sme teraz. Hrajú hlavnú úlohu našej prokrastinácie. Vidíme a sledujeme toľko životov, úspechov, názorov, tvári iných ľudí a mňa to niekedy dostane do pozície, kedy sa začnem porovnávať a kde sa cítim nedostatočne dobrá, hlúpa, škaredá alebo že nie som tam, kde mám byť a mám byť niekde inde, ako sú ostatní. Pozeraním týchto životov si vytváram v hlave nejaké predstavy alebo štandardy, ako by veci mali byť, ako by som mala vyzeráť, ako by som mala žiť a pri tom vôbec neviem, čo z toho vôbec je pravda a či to nie je naozaj iba pretváрка druhých, aby sme nevideli to zlé, čím si človek prechádza alebo v čom žije. Je úplne pochopiteľné, že keď sa má človek prezentovať, chce ukázať to najlepšie čo má, vie a chce pôsobiť dokonalo. No myslím si, že každý z nás vieme, že život taký nie je, čo je dobré, lebo potom by sme sa nemali kam posúvať, nič by sme nezažili, necítili, bolo by to tu o ničom. A keď človek sleduje človeka, ktorý je neustále pozitívny, pôsobí neproblémovým životom, môže nás to nútiť myslieť si, čo sme len urobili zle a prečo to tak musí byť, keď to môže byť tak, ako to má on. Porovnávame sa s obalom škatule a nepoznáme jej obsah. Taktiež môžeme mať problém so sebaláskou. Na internete je veľa filtrov a programov, ktoré upravujú tvár, postavy a ešte keď natrafíme na komentáre alebo rôzne videá, v ktorých chlapani a dievčatá rozprávajú o tom, čo je na ostatných škaredé a čo pekné, nechá to v nás neskutočnú stopu. Dievčatá a chlapani si v hlave vytvoria nerealistické nároky na výzor, ktorým sa chcú priblížiť alebo ktoré by mali ľudia mať, a pri tom sme každý dokonalý, pretože nikto nevyzerá tak isto. Porovnávame sa s niečím, s čím sa nemôžeme, pretože to je neporovnateľné. Pretože každý život a každá tvár je iná a v tom je to čaro a odlišnosť. Ďalším veľkým problémom je kyberšikana. Sociálne siete poskytujú mnoho poradní pre to, aby si ľudia mohli svoje rany zahojiť, ale niekedy namiesto toho poranení zoberú nôž, ktorý im tie rany spôsobil a hádžu ho po ostatných práve virtuálne, pretože cez internet sme predsa všetci veľkí frajeri. Veľa ľudí dáva na internet priveľa informácií o sebe, svojich problémoch aj to, akým nezdravým spôsobom ich utláčajú alebo verejne útočia na druhých ľudí rôznymi nadávkami, píšú výhražným, vydieravým spôsobom. Taktiež nám poskytujú mnohé informácie, rôzne názory uhly pohľadu k daným situáciám, čo je úžasné, lebo nám pomáhajú hľadať sa a vytvárať si tie naše. No niekedy mám pocit, že som z toho všetkého zmätená a neviem, čo si mám myslieť, a to nehovorím o neskutočne hlúpych názoroch, ktoré sa snažia ľudia presadiť a niektorí sa na to vážne namotajú a nechajú sa viesť davom zlou cestou. Predstavujú nám mnoho možností, kým môžeme byť. Sociálne siete majú v každej oblasti, ktorú nám poskytujú 2 strany - kladnú a zápornú. Tak ako veľmi dokážu pomôcť, tak veľmi vedú aj uškodiť a ublížiť. Je na nás, ako sa k nim postavíme a čo na nich budeme zdieľať a uverejňovať. A aká je moja budúcnosť na sociálnych sieťach? Snažím sa

pozerat' a vyhľadavat' iba to, čo ma zaujíma a veľmi sa snažím netrúvit' na nich mnoho času, ale inšpirovať sa nimi ako ho práve môžem využiť, zisťovať informácie o témach, ktoré ma zaujímajú a komunikovať s mojimi blízkymi. Nevieť, kam sa ešte vyvinú a kam ja, no dúfam, že sa v nich nebudem vrúat' natoľko, aby som si zabudla užívať to, čo mám teraz a netrúvila na nich tak moje najzábavnejšie a najbezstarostnejšie obdobie môjho života.

Nella Begalová