



Social Media Awareness in Today's Digital Age

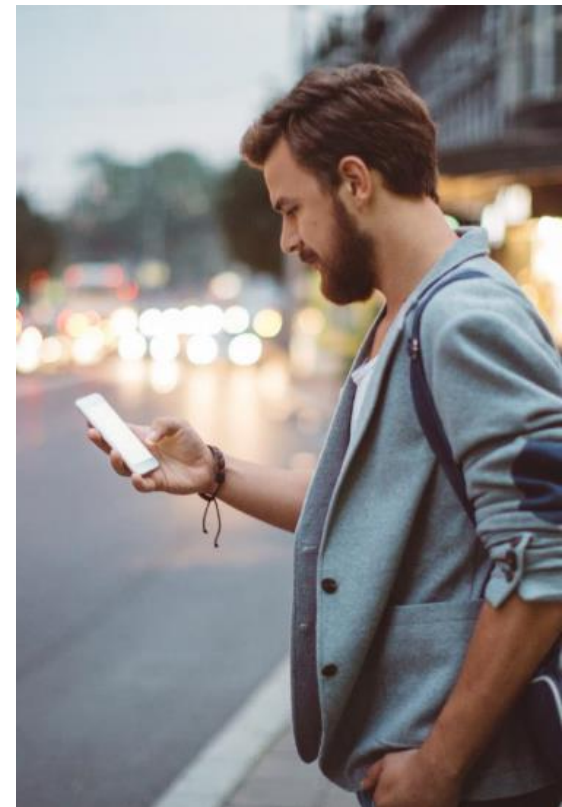
By Somsavath Phongs
Mass Media Department
Ministry of Information Culture and Tourism

Objective

“ເພື່ອເຂົ້າໃຈການໃຊ້ສື່ສັງຄົມ
ອອນລາຍຢ່າງມີຄວາມ
ຮັບຜິດຊອບ ແລະ ຜົນກະທົບ
ຂອງມັນຕໍ່ຊີວິດຂອງພວກເຮົາ,
ທັງທາງບວກ ແລະ ທາງລົບ”

**ສື່ສັງຄົມອອນລາຍ ມີຜົນກະທົບແນວໃດຕໍ່
ພວກເຮົາ ແລະ ຄົນອ້ອມຂ້າງພວກເຮົາໃນ
ສອງຂົງເຂດຕົ້ນຕໍຄື:**

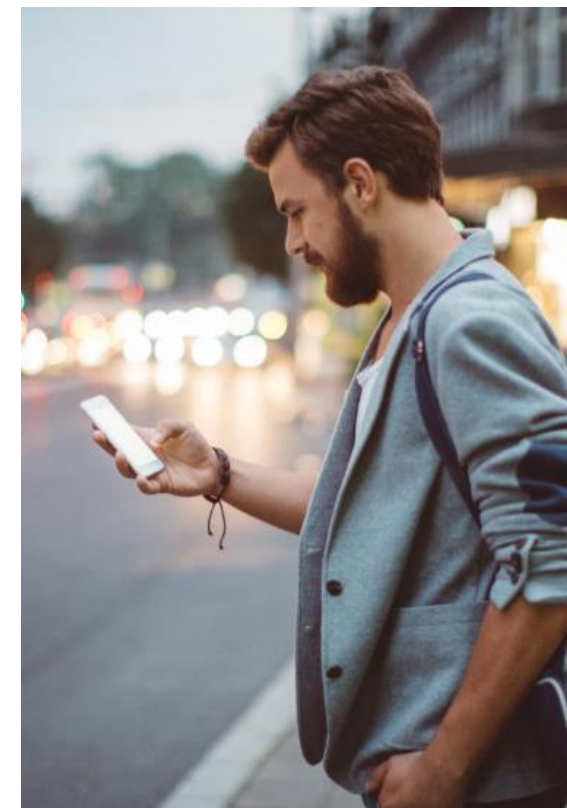
1. **ການໃຊ້ສື່ສັງຄົມຢ່າງມີຄວາມຮັບຜິດຊອບ:** ມີ
ສະຕິຕໍ່ສິ່ງທີ່ພວກເຮົາໂພສ: ຕ້ອງຄຳນຶງເຖິງເນື້ອໃນທີ່
ພວກເຮົາແບ່ງປັນ, ແຊ ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າມັນຖືກຕ້ອງ,
ເຄົາລົບ ແລະ ບໍ່ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຜູ້ອື່ນ. ລະມັດລະວັງ
ໃນການແບ່ງປັນຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວທີ່ອາດຈະຖືກນຳໄປໃຊ້
ໃນທາງທີ່ຜິດ. ສື່ສັງຄົມອອນລາຍສາມາດເປັນສິ່ງເສບ
ຕິດ, ດັ່ງນັ້ນການນຳໃຊ້ທີ່ມີຄວາມຮັບຜິດຊອບໝາຍ
ເຖິງການດຸ່ນດ່ຽງທີ່ໃຊ້ເວລາອອນລາຍກັບກິດຈະກຳທີ່
ສຳຄັນອື່ນໆ.



2. ຜົນກະທົບທາງບວກ: ສື່ສັງຄົມອອນລາຍເຮັດໃຫ້ພວກເຮົາຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຄອບຄົວ, ສ້າງຊຸມຊົນ, ແລະ ພົວພັນກັບຄົນອື່ນໃນທົ່ວໂລກໄດ້ຢ່າງວ່ອງໄວ. ມັນເປັນເວທີສໍາລັບໃຫ້ເຮົາຮຽນຮູ້ເຊັ່ນ: ການປັບປຸງຂ່າວ, ແລະ ສໍາຫຼວດຫົວຂໍ້ຕ່າງໆ. ມັນໄດ້ເປີດປະຕູສໍາລັບໂອກາດໃນການຊອກຫາອາຊີບ, ເຮັດທຸລະກິດ, ແຕ່ມັນກະຍັງມີຜົນກະທົບທາງລົບຄື:

- a. **ຄວາມສ່ຽງດ້ານສຸຂະພາບຈິດ:** ການໃຊ້ຫຼາຍເກີນໄປ, ການປຽບທຽບກັບຜູ້ອື່ນ, ແລະການເປີດເຜີຍເນື້ອໃນທາງລົບສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມກັງວົນ, ຊຶມເສົ້າ, ຫຼື ບັນຫາຄວາມນັບຖືຕົນເອງ.
- b. **ຄວາມສ່ຽງດ້ານຄວາມເປັນສ່ວນຕົວ:** ການແບ່ງປັນຂໍ້ມູນຫຼາຍເກີນໄປໃນສື່ສັງຄົມອອນລາຍສາມາດນໍາໄປສູ່ການລະເມີດຄວາມເປັນສ່ວນຕົວອື່ນໆ.
- c. **ຂໍ້ມູນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ:** ການແຜ່ກະຈາຍຢ່າງໄວວາຂອງຂໍ້ມູນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ ຫຼື ຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດສາມາດສັບສົນ, ເຂົ້າໃຈຜິດ, ຫຼື ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງປະຊາຊົນກ່ຽວກັບຫົວຂໍ້ທີ່ສໍາຄັນ.

ໂດຍລວມແລ້ວ, ຕ້ອງມີສະຕິຕໍ່ໂອກາດ ແລະ ສິ່ງທ້າທາຍຂອງມັນທີ່ຢູ່ໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງພວກເຮົາ.

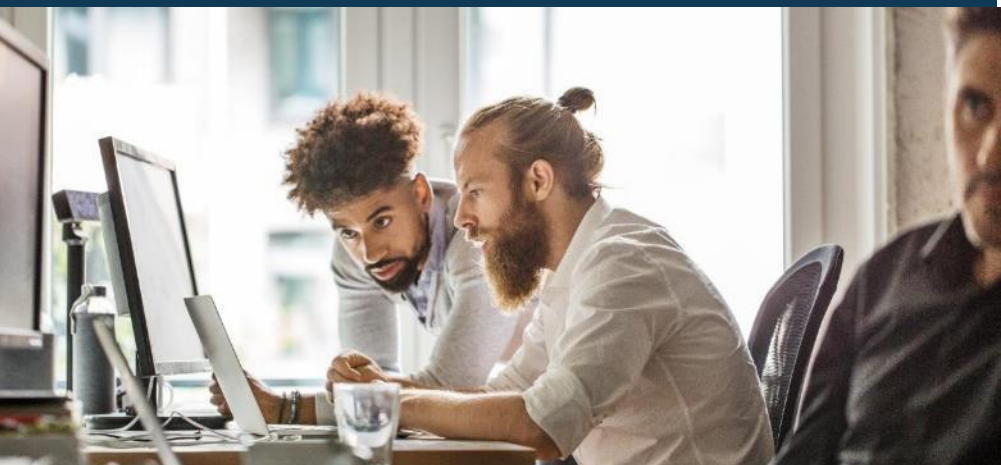




ພະລັງຂອງສື່ສັງຄົມອອນລາຍ The Power of Social Media

ສີ່ສັງຄົມອອນລາຍໄດ້ເຊື່ອມຕໍ່ຫຼາຍຕື້ຄົນໃນທົ່ວໂລກ, ຊ່ວຍໃຫ້ການສື່ສານວ່ອງໄວທັນໃຈ, ມັນໃຫ້ທັງຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ໃຫ້ຄວາມບັນເທີງ, ສ້າງທຸລະກິດວຽກເຮັດງານທຳ & ການຕະຫຼາດ, ແລະ ການສຶກສາ. ໃຫ້ທຸກຄົນເຮົາສາມາດແບ່ງປັນຂໍ້ມູນ-ເນື້ອໃນຂ່າວສານກັບຜູ້ອື່ນໄດ້ຢ່າງກວ້າງຂວາງ ແລະ ງ່າຍດາຍ.

ຜົນກະທົບທາງ ບວກ Positive Impacts



- 1. ການເຊື່ອມຕໍ່ສ່ວນບຸກຄົນ:** ສື່ສັງຄົມອອນລາຍເຮັດໃຫ້ພວກເຮົາຕິດຕໍ່ສື່ສານ ແລະ ພົວພັນກັບໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຄອບຄົວໂດຍບໍ່ຈຳກັດໄລຍະຫ່າງໄກ.
- 2. ການຮຽນຮູ້ & ແຮງບັນດານໃຈ:** ເຮັດໃຫ້ເຮົາເຂົ້າເຖິງເນື້ອໃນເພື່ອການສຶກສາ, ບົດສອນ, ແລະ ເລື່ອງອື່ນໆໃນການສ້າງແຮງຈູງໃຈ.
- 3. ການເຄື່ອນໄຫວທາງສັງຄົມ:** ການເຄື່ອນໄຫວທົ່ວໂລກຫຼາຍຢ່າງ (ເຊັ່ນ: ການປຸກຈິດສຳນຶກໃນການປ່ຽນແປງດິນຟ້າອາກາດ) ສ່ວນໜຶ່ງກໍແມ່ນໄດ້ຮັບແຮງບັນດານໃຈຜ່ານສື່ສັງຄົມອອນລາຍ.



ຄວາມສ່ຽງ ແລະ ສິ່ງທ້າທາຍ:

- **ຄວາມເປັນສ່ວນຕົວ:** ຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວສາມາດເຂົ້າເຖິງໄດ້ງ່າຍ, ນຳໄປສູ່ການລັກລອບຕົວຕົນ ຫຼື ການລະເມີດຄວາມເປັນສ່ວນຕົວ.
- **ຂໍ້ມູນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ:** ການເຜີຍແຜ່ຂ່າວປອມ ຫຼື ຂໍ້ມູນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງສາມາດບິດເບືອນຄວາມຄິດເຫັນຂອງປະຊາຊົນ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍຫາຍ.
- **ຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບຈິດ:** ການປຽບທຽບຄົງທີ່, ການຂົ່ມຂູ່, ຂົ່ມເຫັງທາງອິນເຕີເນັດ, ແລະການໃຊ້ສື່ສັງຄົມຫຼາຍເກີນໄປສາມາດນຳໄປສູ່ຄວາມກັງວົນ, ຊຶມເສົ້າ, ຫຼື ຄວາມກົດດັນ ແລະ ອື່ນໆ.



ຄວາມສໍາຄັນຂອງການຮູ້ໜັງສືດິຈິຕອນ

- **ການວິເຄາະຂໍ້ມູນ:** ກວດສອບຂໍ້ມູນທີ່ຈະນໍາສະເໜີກ່ອນການແບ່ງປັນ ຫຼື ເຊື່ອມມັນ. ເພາະສື່ອອນລາຍອາດມີອິດທິພົນຕໍ່ສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນໄດ້.
- **ການຕັ້ງຄ່າຄວາມເປັນສ່ວນຕົວ:** ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າກວດເບິ່ງ ແລະ ປັບການຕັ້ງຄ່າຄວາມເປັນສ່ວນຕົວໃນສື່ສັງຄົມຂອງທ່ານເພື່ອຄວບຄຸມວ່າໃຜສາມາດເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂອງທ່ານໄດ້.
- **ຮູ້ຈັກຄຸ້ມຄອງເວລາ:** ຕິດຕາມຈຳນວນເວລາທີ່ໃຊ້ໃນສື່ສັງຄົມອອນລາຍເພື່ອປ້ອງກັນການໃຊ້ຫຼາຍເກີນໄປ ເຮັດໃຫ້ມີຄວາມເມື່ອຍລ້າ.



ມາລະຍາດສີ່ສັງຄົມອອນລາຍ

- **ຄິດກ່ອນທີ່ຈະຂຽນ:** ເມື່ອບາງສິ່ງບາງຢ່າງໄດ້ຖືກໄຟສໃນສີ່ສັງຄົມອອນລາຍແລ້ວມັນເປັນການຍາກທີ່ຈະລຶບອອກ. ຕ້ອງຄໍານຶງການພິຈາລະນາເຖິງຜົນກະທົບໃນໄລຍະຍາວຂອງເນື້ອໃນຂອງທ່ານ.
- **ເຄົາລົບຜູ້ອື່ນ:** ຈົ່ງມີຄວາມເມດຕາ ແລະ ຄໍານຶງເຖິງການໂຕ້ຕອບຂອງຕົນ. ຫຼີກເວັ້ນການສະແດງຄວາມຄິດເຫັນທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ ຫຼື ການນາບຊູ່ຂົ່ມເຫັງ.



ວິທີການນຳໃຊ້ສື່ສັງຄົມຢ່າງມີຄວາມຮັບຜິດຊອບ

- **ກຳນົດຂອບເຂດ:** ຈຳກັດການໃຊ້ສື່ສັງຄົມໃນຊ່ວງເວລາທີ່ແນ່ນອນຂອງແຕ່ລະມື້ເພື່ອສ້າງຄວາມສົມດຸນທີ່ມີສຸຂະພາບດີ.
- **ການຄວບຄຸມເນື້ອໃນ:** ເລືອກເບິ່ງເນື້ອໃນທີ່ສ້າງສັນ, ລົບ ຫຼື— unfollow ບັນຊີທີ່ສົ່ງເສີມການທາງລົບ ຫຼື ຄວາມກົດດັນ.
- **ມີສ່ວນຮ່ວມໃນທາງບວກ:** ໃຊ້ສື່ສັງຄົມເພື່ອຍົກສູງຜູ້ອື່ນ, ສົ່ງເສີມການເປັນບວກ, ແລະ ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສົນທະນາທີ່ສ້າງສັນ.

Thank you