Naveen Shodh Sansar (An International Refereed / Peer Review Research Journal)
RNI No.- MPHIN/2013/60638, ISSN 2320-8767, E- ISSN 2394-3793, Scientific Journal Impact Factor (SJIF)- 7.671
January to March 2024, E-Journal, Vol. I, Issue XLV

सोशल मीडिया का युवाओं पर प्रभाव

डॉ. सोनिका बघेल*

* सहायक प्राध्यापक (समाजशास्त्र) शासकीय आदर्श महाविद्यालय, हरदा (म.प्र.) भारत

मुख्य शब्द – सोशल मीडिया, नैतिक मूल्य, समाज, अपराध, इंटरनेट, नेट वर्किंग, सोशल साइट जीवन शैली, युवा।

प्रस्तावना – सोशल मीडिया का प्रयोग वर्तमान में तेजी से बढ़ रहा है और इसके साथ ही इसका प्रभाव बढ़ रहा है। सोशल मीडिया का उपयोग युवाओं में तेजी से हो रहा है संपर्क के साधन के साथ राजनीति अर्थव्यवस्था और अन्य क्षेत्रों में इसका उपयोग तेजी से हो रहा है, इसके कारण समाज में प्रत्येक पहलुओं पर विशेष कर युवाओं के नैतिक और सामाजिक मूल्यों के साथ-साथ युवाओं के जीवन शैली और विचारों को प्रभावित कर रहा है।

सोशल मीडिया युवाओं पर अपनी निजी जिंदगी खोलने लगा है साथ ही प्रमाणित खबरों को वह सच मानने लगा है जिसके कारण सोशल मीडिया का नकारात्मक पहलू बड़ रहा है, प्रस्तुत लेख में सोशल मीडिया के प्रभाव का विस्तार पूर्वक वर्णन निम्न प्रकार विश्लेषित किया गया है।

सोशल मीडिया की परिभाषा में कहा गया है कि, यह इंटरनेट आधारित अनुप्रयोग का ऐसा समूह है जो प्रयोग जनित सामग्री के सृजन और आदान-प्रदान की अनुमति देता है। इसके अतिरिक्त सोशल मीडिया मोबाइल और वेब आधारित प्रौद्योगिकी ओर प्रौद्योगिकी से ऐसे क्रियाशील मंचों का निर्माण करता है। जिनके माध्यम से व्यक्ति और समुदाय प्रयोग जनित सामग्री का संप्रेषण कर सकते हैं, उसी प्रकार विचार विमर्श कर सकते हैं और उसका परिष्कार कर सकते हैं संगठन समुदायों और व्यक्तियों के बीच महत्वपूर्ण और व्यापक परिवर्तन को अंजाम देते हैं।

सोशल मीडिया सामाजिक नेटवर्किंग वेबसाइट जैसे फेसबुक, ट्विटर, लिन्कदे, युट्रब, टेस्ट माय स्पेस, साउंडक्लाउड और इसे अन्य साइट्स पर इस्तेमाल करता है, इनको विचार विमर्श सृजन सहयोग करने तथा टैक्स इमेज ऑडियो और वीडियो रूपों में जानकारी में हिस्सेदारी करने और उसे परेशान उसे परिष्कृत करने की योग्यता और सुविधाएं प्रदान करता है, यह सच है कि सोशल मीडिया ने इंटरनेट का लोकतंत्रिकीकरण किया है और सबसे महत्वपूर्ण भारतीय है कि उसने भाषण और अभी व्यक्ति के आदर्शों को आदर्श को संरक्षित किया है। किंतु इसके साथ ही यह भी उतना ही सही है कि दैत्यों को भी जन्म दिया है जो घातक है हाथ में रखे जाने वाले मोबाइल स्मार्टफोन टैबलेट की संख्या तेजी से बढ़ रही है और उपकरणों के जरिए इंटरनेट की उपलब्धता से वास्तविक समाजीकरण के तात्कालिक भावना कई गुना बढ़ गई है इसके जरिए न केवल अति संवेदनशील और युवा दिलों को प्रभावित करने वाली अनुचित अनुचित सामग्री आसानी से उपलब्ध हो जाती है। बल्कि निर्धन्य मानसिकता और व्यक्तियों को विभिन्न प्रकार के जैन-धनी प्रयाग जनों से माध्यम से छूट मिल जाती है। साइबर रनिंग साइबर स्टॉकिंग ऑफ फाइव फैलाने वाले दुष्कर्म इस भाई वह दैत्य के मामूली नमूने हैं सोशल मीडिया ने इस्तेमाल करता जनित सामग्री के जरिए सर्वाधिक सार्वजनिक जीवन के जाने-माने व्यक्तियों की प्रतिष्ठा को भी आघात पहुंचा है। इसने लोगों के व्यक्तिगत रूप से मिलने की प्रवृत्ति पर विपरीत असर डाला है। जहां पारंपरिक ढंग से एक दूसरे से मिलने और बातचीत करने में समय किसी के पास नहीं है, लेकिन इसके बावजूद डिजिटल स्पेस सामाजिक नेटवर्किंग के नित्य ने आयाम और आकर्षक उपलब्ध करा रहा है। इंटरनेट एंड मोबाइल एसोसिएशन ऑफ इंडिया की रिपोर्ट के अनुसार शहरी क्षेत्र में सोशल मीडिया के प्रयोक्ताओं की संख्या दिसंबर 2012 में 62 करोड़ पहुंच चुकी थी। शहरी भारत में प्रत्येक चार में से तीन व्यक्ति सोशल मीडिया का इस्तेमाल करते हैं। इस रिपोर्ट में कुछ महत्वपूर्ण पहलू इस प्रकार है, मोबाइल इंटरनेट का इस्तेमाल करते हुए सोशल नेटवर्किंग एक्सेस के औसत आवृत्ति 1 सप्ताह में 7 दिन फेसबुक को भारत में 97% सोशल मीडिया प्रयोक्ताओं द्वारा एक्सेस किया जाता है। भारतीय सोशल मीडिया पर हर रोज औसत लगभग 30 मिनट व्यतीत करते हैं सस्ते मोबाइल हैंडसेट आसानी से उपलब्ध होने के कारण यह सहज अनुमान लगाया जा सकता है कि इंटरनेट का इस्तेमाल और सोशल मीडिया नेटवर्किंग के इस्तेमाल से भारत में आने वाले कुछ वर्षों में जबरदस्त बढ़ोतरी होगी इस रिपोर्ट में कहा गया है कि आज यह देखा जा रहा है कि मोबाइल फोन के जरिए सोशल नेटवर्किंग के इस्तेमाल में निरंतर बढ़ोतरी हो रही है। मोबाइल फोन का प्रसार अत्यंत तीव्र गति से हो रहा है ज्यादा से ज्यादा संख्या में लोग फोन अपना रहे हैं जिनके विशिष्ट अनेक विशेषताएं होती हैं और स्मार्टफोन की संख्या लोगों के पास बढ़ती जा रही है। इंटरनेट सोशल नेटवर्किंग साइट भारत में सामाजिक सक्रिय इंटरनेट प्रयोक्ताओं के आधार पर तेजी से प्रसार कर रही है मोबाइल इंटरनेट सस्ता होने के कारण इसमें वृद्धि हो रही है।

युवाओं में बढ़ती अति सक्रियता वह उसके दुष्परिणाम वर्तमान समय में सोशल मीडिया के प्रयोग ने युवाओं को समय से पहले आक्रांत कर दिया है, युवक तुरंत पहचान बनाना चाहता है। बिना इंतजार किया प्रतिष्ठित होना चाहता है, और जब वह जहां पूरी नहीं होती तो वह आक्रामक व आपराधिक कार्यों को करने से नहीं डरते, नकारात्मक प्रवृत्ति पर रोग जरूरी सोशल मीडिया के फायदे तो बहुत है पर इसे युवाओं को भ्रमित खूब किया है इस पर धार्मिक उन्माद बने करने वाले बयान नहीं आना चाहिए। अश्लील वीडियो पर पाबंदी होनी चाहिए और इस पर प्रभावी अंकुश के लिए कठोर

कानून बनाकर कठोर कार्रवाई की जाना होगी। इस पर प्रभावी अंकुश के लिए कठोर कानून बनाकर कठोर कार्रवाई की जाना चाहिए।

साइबरबुलिइंग सोशल मीडिया का नकारात्मक प्रभाव :

1. मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ
2. सामाजिक संबंध
3. 'टेक एडिक्शन'
4. पूर्वाग्रहों पुष्टि
5. अनलाइन सोशन

कई अध्ययनों में सोशल मीडिया के उपयोग और अवसाद के बीच घनिष्ठ संबंध पाया गया है। एक अध्ययन के अनुसार, मध्यम से गंभीर अवसाद लक्षण वाले युवाओं में सोशल मीडिया का उपयोग करने की संभावना लगभग दोगुनी थी। सोशल मीडिया पर किशोर अपना अधिकांश समय अपने साथियों के जीवन और तस्वीरों को देखने में बिताते हैं। यह एक निरंतर तुलनात्मकता की ओर ले जाता है, जो आत्म-सम्मान और 'बॉडी इमेज' को नुकसान पहुँचा सकता है और किशोरों में अवसाद एवं चिंता की वृद्धि कर सकता है।

1. सोशल मीडिया के अत्यधिक उपयोग के परिणामस्वरूप स्वास्थ्यप्रद, वास्तविक दुनिया की गतिविधियों पर कम समय व्यय किया जाता है। सोशल मीडिया फीड्स को स्क्रॉल करते रहने की आदत जिसे 'वैम्पिंग' कहा जाता है, के कारण नींद की कमी की समस्या उत्पन्न होती है।
2. किशोरावस्था सामाजिक कौशल विकसित करने का एक महत्त्वपूर्ण समय होता है। लेकिन, चूँकि किशोर अपने दोस्तों के साथ आमने-सामने कम समय बिताते हैं, इसलिये उनके पास इस कौशल के अभ्यास के कम अवसर होते हैं।
3. वैज्ञानिकों ने पाया है कि किशोरों द्वारा सोशल मीडिया का अति प्रयोग उसी प्रकार के उत्तेजना पैटर्न का सृजन करता है जैसा अन्य एडिक्शन व्यवहारों से उत्पन्न होता है।
4. सोशल मीडिया दूसरों के बारे में उनके पूर्वाग्रहों और रूढ़ियों की पुन:पुष्टि का अवसर प्रदान करता है। समान विचारधारा वाले लोगों से ऑनलाइन मिलने से इन प्रवृत्तियों की वृद्धि होती है क्योंकि उनमें समुदाय की भावना का विकास होता है। उदाहरण: फ्लैट अर्थ सोसाइटी।
5. इसने गंभीर समस्याएँ पैदा की हैं और यहाँ तक कि किशोरों के बीच आत्महत्या के मामलों को भी जन्म दिया है। इसके अलावा, साइबर बुलिइंग जैसे कृत्य में संलग्न किशोर मादक पदार्थों के सेवन, आक्रामकता और आपराधिक कृत्य में संलग्न होने के प्रति भी संवेदनशील होते हैं।
6. संयुक्त राज्य अमेरिका में किये गए एक अध्ययन में पाया गया कि सर्वेक्षण में शामिल सभी अमेरिकी बच्चों में से लगभग आधे ने संकेत दिया कि उन्हें ऑनलाइन रहते हुए असहज महसूस कराया गया, उन्हें धमकाया गया या उनसे यौन प्रकृति का संवाद किया गया। एक अन्य अध्ययन में, यह पाया गया कि ऑनलाइन यौन शोषण के शिकार लोगों में से 50 प्रतिशत से अधिक 12 से 15 वर्ष की आयु के बीच के थे।
7. सोशल मीडिया के प्लेटफॉर्म पर हर मिनट, हर घंटे, हर दिन नई जानकारियां अपलोड की जा रही है, लेकिन इस वर्चुअल वर्ल्ड में अब यह पता लगाना मुश्किल है कि कौन की जानकारी सही है और कौन सी गलत। इसके कंटेंट पर किसी का कंट्रोल न होने से गलत जानकारियों के साथ फोटो व वीडियो शेयर किए जा रहे हैं। आधी अधूरी जानकारियां युवाओं पर सकारात्मक प्रभाव के साथ नकारात्मक प्रभाव भी डाल रही हैं।
8. अगर आप समाज से अलग-थलग महसूस करते हैं और सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म जैसे फेसबुक, इंस्टाग्राम जैसे ऐप पर ज्यादा समय बिताते हैं, तो एक नये शोध के अनुसार, इससे स्थिति और बिगड़ सकती है. सोशल मीडिया से युवाओं में अवसाद बढ़ रहा है। फेसबुक से डिप्रेशन का खतरा 7% और चिड़चिड़ापन का खतरा 20% बढ़ा है। सोशल मीडिया ने मोटापा, अनिद्रा और आलस्य की समस्या बढ़ा दी है। 'फियर ऑफ मिसिंग आउट' को लेकर भी चिंताएं बढ़ गयी हैं। स्टडी के मुताबिक, सोशल मीडिया से सुसाइड के मामले बढ़े हैं। इंस्टाग्राम से लड़कियों में हीन भावना आ रही है। सोशल मीडिया चेक और स्क्रॉल करना, पिछले एक दशक में तेजी से लोकप्रिय गतिविधि बन गयी है। अधिकांश लोगों द्वारा सोशल मीडिया का उपयोग करने से ऐसा हो रहा है। वास्तव में, सोशल मीडिया एक व्यवहारिक लत है, जो इस प्लेटफॉर्म पर लॉग ऑन करने या उपयोग करने के लिए एक अनियंत्रित आग्रह से प्रेरित है।

संदर्भ ग्रंथ सूची :-

1. दयाल, डॉ.मनोज, मीडिया शोध, हिसार, हरियाणा ग्रन्थ अकादमी।
2. कुमार, विजय, 'कहां पहुंचा रहे हैं अतरंगता के नए पुल' : नवनीत हिंदी डायजेस्ट (मुम्बई), पृष्ठ-18
3. द्विवेदी, संजय, (2012) 'सोशल मीडिया के सामाजिक प्रभाव' : पंचनद रिसर्च जर्नल, अंक सं 19
4. भाटिया, चेतना,(2012) 'सामाजिकता के आईने में सोशल मीडिया' : पंचनद रिसर्च जर्नल, अंक सं 19
5. मानस,जयप्रकाश, (2012) 'नागरिक पत्रकारिता का प्रात: काल': मीडिया विमर्श, वर्ष 6, अंक सं 24

****