IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)
Volume 25, Issue 10, Series 1 (October, 2020) 80-87
e-ISSN: 2279-0837, p-ISSN: 2279-0845.
www.iosrjournals.org

सामाजिक मीडिया का समाज पर प्रभाव : उपयोग, सामाजिक परिवर्तन, चुनौतियों एवं संभावनाओं का एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

मीना गंगवार
प्रभारी प्रधानाध्यापिका, उच्च प्राथमिक विद्यालय (यू.पी.एस.),
गाज़ीपुर कुंडा, बरखेड़ा, पीलीभीत, उत्तर प्रदेश.

सार (Abstract)

वर्तमान युग में सामाजिक मीडिया संचार, शिक्षा, व्यापार, मनोरंजन तथा सामाजिक जागरूकता का एक महत्वपूर्ण माध्यम बन चुका है। इंटरनेट एवं स्मार्टफोन के तीव्र प्रसार के कारण सामाजिक मीडिया का उपयोग समाज के प्रत्येक वर्ग में तेजी से बढ़ा है। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का विश्लेषण करना है। अध्ययन में सामाजिक मीडिया के उपयोग की प्रवृत्ति, उपयोग का उद्देश्य, सामाजिक परिवर्तन, शिक्षा, सामाजिक संबंध, मानसिक स्वास्थ्य तथा सामाजिक चुनौतियों का मूल्यांकन किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक शोध पर आधारित है। अध्ययन के लिए 50 उत्तरदाताओं का चयन सुविधाजनक निदर्शन पद्धति के माध्यम से किया गया। प्राथमिक आँकड़ों का संकलन संरचित प्रश्नावली द्वारा किया गया, जबकि द्वितीयक आँकड़े पुस्तकों, शोध-पत्रों, सरकारी प्रतिवेदनों तथा अन्य प्रकाशित स्रोतों से प्राप्त किए गए। प्राप्त आँकड़ों का विश्लेषण आवृत्ति एवं प्रतिशत के आधार पर किया गया। अध्ययन के परिणामों से ज्ञात हुआ कि अधिकांश उत्तरदाता प्रतिदिन दो से चार घंटे सामाजिक मीडिया का उपयोग करते हैं। सामाजिक मीडिया का प्रमुख उपयोग मनोरंजन, शिक्षा तथा सूचना प्राप्ति के लिए किया जाता है। उत्तरदाताओं ने ज्ञानवृद्धि, सामाजिक जागरूकता, शिक्षा में सहायता तथा सामाजिक संपर्क को सामाजिक मीडिया के प्रमुख सकारात्मक प्रभावों के रूप में स्वीकार किया। दूसरी ओर समय की बर्बादी, भ्रामक समाचारों का प्रसार, मानसिक तनाव, साइबर अपराध तथा सामाजिक अलगाव को प्रमुख नकारात्मक प्रभाव माना गया। अधिकांश उत्तरदाताओं का मत था कि सामाजिक मीडिया समाज के लिए लाभदायक है, यदि उसका उपयोग जिम्मेदारी एवं संतुलन के साथ किया जाए। अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि सामाजिक मीडिया आधुनिक समाज के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है, किंतु इसके दुष्प्रभावों को नियंत्रित करने के लिए डिजिटल साक्षरता, साइबर सुरक्षा जागरूकता तथा तथ्य-आधारित सूचना के प्रसार को बढ़ावा देना आवश्यक है।

मुख्य शब्द : सामाजिक मीडिया, समाज, सामाजिक परिवर्तन, डिजिटल संचार, सामाजिक जागरूकता, साइबर सुरक्षा, मानसिक स्वास्थ्य

परिचय (Introduction)

वर्तमान युग को सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी का युग कहा जाता है। इंटरनेट और स्मार्टफोन के तीव्र प्रसार ने संचार के स्वरूप में क्रांतिकारी परिवर्तन किया है। इस परिवर्तन का सबसे प्रभावशाली माध्यम **सामाजिक मीडिया (Social Media)** है। फेसबुक, व्हाट्सएप, इंस्टाग्राम, एक्स (पूर्व में ट्विटर), यूट्यूब, लिंक्डइन, स्नैपचैट तथा टेलीग्राम जैसे सामाजिक मीडिया मंच आज केवल मनोरंजन या संवाद का साधन नहीं रह गए हैं, बल्कि शिक्षा, व्यवसाय, राजनीति, स्वास्थ्य, सामाजिक जागरूकता, सांस्कृतिक आदान-प्रदान तथा जनमत निर्माण के प्रमुख माध्यम बन चुके हैं। इन प्लेटफॉर्मों ने व्यक्ति को वैश्विक स्तर पर जोड़ने, विचारों का आदान-प्रदान करने तथा सूचनाओं तक त्वरित पहुँच प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। सामाजिक मीडिया ने समाज के विभिन्न क्षेत्रों में अभूतपूर्व परिवर्तन किए हैं। शिक्षा के क्षेत्र में ऑनलाइन अध्ययन सामग्री, वेबिनार, डिजिटल कक्षाएँ और ज्ञान साझा करने की प्रक्रिया को बढ़ावा मिला है। व्यापार एवं विपणन में डिजिटल मार्केटिंग, ई-कॉमर्स और ब्रांड प्रचार के नए अवसर विकसित हुए हैं। राजनीतिक क्षेत्र में सामाजिक मीडिया चुनाव प्रचार, जनमत निर्माण तथा नागरिक सहभागिता का प्रभावी माध्यम बन गया है। सामाजिक आंदोलनों, पर्यावरण संरक्षण, महिला सशक्तिकरण और

आपदा प्रबंधन जैसे विषयों पर जन-जागरूकता फैलाने में भी इसकी महत्त्वपूर्ण भूमिका रही है। इसके विपरीत सामाजिक मीडिया के कुछ नकारात्मक प्रभाव भी सामने आए हैं। फेक न्यूज़ (झूठी खबरें), साइबर अपराध, साइबर बुलिंग, ऑनलाइन धोखाधड़ी, निजता का हनन, अश्लील एवं भ्रामक सामग्री का प्रसार, मानसिक तनाव, अवसाद, सामाजिक अलगाव तथा युवाओं में डिजिटल लत जैसी समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। अत्यधिक सोशल मीडिया उपयोग से पारिवारिक संबंधों, सामाजिक सहभागिता तथा व्यक्तिगत स्वास्थ्य पर भी प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। इसलिए सामाजिक मीडिया को समाज के लिए एक दोधारी तलवार के रूप में देखा जाता है, जिसके सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों पक्ष विद्यमान हैं। भारत विश्व के सबसे बड़े इंटरनेट एवं सोशल मीडिया उपयोगकर्ता देशों में से एक है। ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में इंटरनेट की उपलब्धता बढ़ने से सामाजिक मीडिया का प्रभाव समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुँच चुका है। विशेष रूप से युवाओं, विद्यार्थियों, महिलाओं एवं पेशेवर वर्ग के जीवन में इसकी भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण हो गई है। इस परिवर्तित सामाजिक परिदृश्य में यह आवश्यक हो जाता है कि सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले बहुआयामी प्रभावों का वैज्ञानिक एवं वस्तुनिष्ठ अध्ययन किया जाए, ताकि इसके लाभों को अधिकतम तथा दुष्प्रभावों को न्यूनतम किया जा सके। प्रस्तुत अध्ययन इसी उद्देश्य की पूर्ति हेतु किया जा रहा है।

अध्ययन के उद्देश्य (Research Objectives)

1. सामाजिक मीडिया के उपयोग की वर्तमान स्थिति एवं स्वरूप का अध्ययन करना।
2. सामाजिक मीडिया के शैक्षिक, सामाजिक एवं आर्थिक प्रभावों का विश्लेषण करना।
3. सामाजिक मीडिया के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का मूल्यांकन करना।
4. सामाजिक मीडिया के कारण उत्पन्न सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक परिवर्तनों का अध्ययन करना।
5. सामाजिक मीडिया के सुरक्षित एवं उत्तरदायित्वपूर्ण उपयोग हेतु सुझाव प्रस्तुत करना।

अध्ययन की आवश्यकता (Need of the Study)

सामाजिक मीडिया आज प्रत्येक आयु वर्ग के जीवन का अभिन्न अंग बन चुका है। इसके माध्यम से सूचना का तीव्र प्रसार, शिक्षा, व्यवसाय, मनोरंजन तथा सामाजिक सहभागिता में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। दूसरी ओर इसके दुरुपयोग से साइबर अपराध, फेक न्यूज़, मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ, सामाजिक अलगाव तथा डिजिटल व्यसन जैसी चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं। इन परिस्थितियों में यह आवश्यक है कि सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का गहन अध्ययन किया जाए। यह अध्ययन नीति-निर्माताओं, शिक्षकों, अभिभावकों, शोधकर्ताओं तथा सामान्य नागरिकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा तथा सामाजिक मीडिया के संतुलित एवं सुरक्षित उपयोग के लिए प्रभावी दिशा-निर्देश प्रदान करेगा।

अध्ययन का महत्व (Significance of the Study)

यह अध्ययन सामाजिक मीडिया के सामाजिक प्रभावों को समझने में महत्वपूर्ण योगदान देगा। अध्ययन से प्राप्त निष्कर्ष समाज में डिजिटल साक्षरता, साइबर सुरक्षा तथा उत्तरदायित्वपूर्ण सोशल मीडिया उपयोग को प्रोत्साहित करने में सहायक होंगे। यह अध्ययन शिक्षा, समाजशास्त्र, मनोविज्ञान, जनसंचार एवं सूचना प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में भविष्य के शोधकर्ताओं के लिए उपयोगी संदर्भ सामग्री प्रदान करेगा। साथ ही यह सरकार, शैक्षणिक संस्थानों एवं सामाजिक संगठनों को ऐसी नीतियाँ बनाने में सहायता करेगा जो सामाजिक मीडिया के सकारात्मक उपयोग को बढ़ावा दें तथा इसके दुष्प्रभावों को कम करने में सहायक हों।

शोध अंतराल (Research Gap)

सामाजिक मीडिया पर अनेक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय अध्ययन किए गए हैं, जिनमें मुख्यतः इसके शैक्षिक, व्यावसायिक, राजनीतिक अथवा मनोवैज्ञानिक प्रभावों पर ध्यान केंद्रित किया गया है। अधिकांश अध्ययनों में सामाजिक मीडिया के किसी एक पक्ष का विश्लेषण किया गया है, जबकि इसके सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभावों का समग्र मूल्यांकन अपेक्षाकृत कम उपलब्ध है। भारतीय संदर्भ में विशेषकर विभिन्न आयु वर्गों एवं सामाजिक समूहों पर सामाजिक मीडिया के बहुआयामी प्रभावों से संबंधित शोध सीमित हैं। साथ ही फेक न्यूज़, साइबर सुरक्षा, डिजिटल व्यसन तथा सामाजिक

संबंधों पर इसके प्रभावों का समेकित अध्ययन भी पर्याप्त रूप से नहीं किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन इन शोध अंतरालों को ध्यान में रखते हुए सामाजिक मीडिया के व्यापक सामाजिक प्रभावों का समग्र विश्लेषण प्रस्तुत करने का प्रयास करेगा।

अध्ययन की परिसीमाएँ (Delimitation of the Study)

1. यह अध्ययन केवल सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले प्रभावों तक सीमित रहेगा।
2. अध्ययन में फेसबुक, व्हाट्सएप, इंस्टाग्राम, एक्स (ट्विटर), यूट्यूब एवं अन्य प्रमुख सामाजिक मीडिया प्लेटफॉर्मों को शामिल किया जाएगा।
3. अध्ययन का क्षेत्र चयनित भौगोलिक क्षेत्र एवं निर्धारित उत्तरदाताओं तक सीमित रहेगा।
4. अध्ययन में केवल प्राथमिक एवं द्वितीयक आँकड़ों का उपयोग किया जाएगा।
5. अध्ययन के निष्कर्ष केवल चयनित नमूने एवं अध्ययन क्षेत्र तक ही सामान्यीकृत किए जा सकेंगे।
6. अध्ययन का मुख्य उद्देश्य सामाजिक मीडिया के सकारात्मक एवं नकारात्मक सामाजिक प्रभावों का विश्लेषण करना है; तकनीकी या सॉफ्टवेयर संबंधी पहलुओं का विस्तृत अध्ययन इसमें शामिल नहीं होगा।

साहित्य समीक्षा

सामाजिक मीडिया वर्तमान समय में समाज, शिक्षा, संस्कृति, राजनीति, अर्थव्यवस्था तथा मानव व्यवहार को प्रभावित करने वाला एक महत्वपूर्ण संचार माध्यम बन चुका है। सूचना प्रौद्योगिकी के विकास के साथ सामाजिक मीडिया का उपयोग निरंतर बढ़ा है, जिसके परिणामस्वरूप इसके सामाजिक प्रभावों का अध्ययन विभिन्न शोधकर्ताओं द्वारा किया गया है। इन अध्ययनों में सामाजिक मीडिया के सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों पक्षों पर प्रकाश डाला गया है। प्रस्तुत शोध के संदर्भ में प्रमुख अध्ययनों की समीक्षा निम्नलिखित है। **कपलान एवं हेनलिन (२०१०)** कपलान एवं हेनलिन ने अपने अध्ययन में सामाजिक मीडिया को इंटरनेट आधारित ऐसे मंच के रूप में परिभाषित किया है, जहाँ उपयोगकर्ता स्वयं सामग्री का निर्माण, प्रकाशन एवं आदान-प्रदान कर सकते हैं। उनके अनुसार सामाजिक मीडिया ने संचार प्रक्रिया को अधिक सरल, त्वरित एवं सहभागितापूर्ण बनाया है। अध्ययन में यह निष्कर्ष निकाला गया कि सामाजिक मीडिया ने समाज में सूचना के प्रवाह को तीव्र गति प्रदान की है तथा लोगों के बीच संवाद को अधिक प्रभावी बनाया है। **कीट्ज़मैन एवं सहयोगी (२०११)** कीट्ज़मैन एवं उनके सहयोगियों ने सामाजिक मीडिया के विभिन्न आयामों का अध्ययन किया। उन्होंने बताया कि सामाजिक मीडिया केवल मनोरंजन का साधन नहीं है, बल्कि यह सामाजिक संबंधों के निर्माण, विचारों के आदान-प्रदान, समूह निर्माण, प्रतिष्ठा एवं सामाजिक पहचान को भी प्रभावित करता है। अध्ययन में सामाजिक मीडिया को सामाजिक परिवर्तन का एक प्रभावी माध्यम माना गया।

प्यू अनुसंधान केंद्र (२०१८) प्यू अनुसंधान केंद्र द्वारा किए गए अध्ययन में पाया गया कि अधिकांश युवा प्रतिदिन कई घंटे सामाजिक मीडिया का उपयोग करते हैं। अध्ययन के अनुसार सामाजिक मीडिया से लोगों को नवीन जानकारी प्राप्त होती है, सामाजिक संपर्क बढ़ता है तथा शिक्षा एवं जागरूकता में वृद्धि होती है। साथ ही अत्यधिक उपयोग मानसिक तनाव, चिंता, अकेलेपन की भावना तथा सामाजिक दूरी जैसी समस्याओं को भी जन्म देता है। **सांख्यिकीय वैश्विक प्रतिवेदन (2019)** वैश्विक सांख्यिकीय प्रतिवेदन के अनुसार विश्व में सामाजिक मीडिया उपयोगकर्ताओं की संख्या निरंतर बढ़ रही है। अध्ययन में बताया गया कि शिक्षा, व्यापार, स्वास्थ्य, मनोरंजन तथा सरकारी सेवाओं में सामाजिक मीडिया का उपयोग तेजी से बढ़ा है। इसके माध्यम से सूचना का आदान-प्रदान अधिक सरल एवं प्रभावी हुआ है। **बॉयड (२०१४)** बॉयड ने किशोरों एवं युवाओं के सामाजिक जीवन पर सामाजिक मीडिया के प्रभावों का अध्ययन किया। उन्होंने पाया कि सामाजिक मीडिया युवाओं को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने, सामाजिक पहचान बनाने तथा नए मित्र बनाने का अवसर प्रदान करता है। दूसरी ओर साइबर उत्पीड़न, गोपनीयता का उल्लंघन तथा अनुचित सामग्री के संपर्क जैसी समस्याएँ भी सामने आती हैं। अध्ययन में अभिभावकों एवं शिक्षकों द्वारा उचित मार्गदर्शन की आवश्यकता पर बल दिया गया। **एलिसन, स्टीनफील्ड एवं लैम्पे (२००७)** इन शोधकर्ताओं ने सामाजिक मीडिया के माध्यम से सामाजिक संबंधों में होने वाले परिवर्तनों का अध्ययन किया। उन्होंने पाया कि सामाजिक मीडिया व्यक्तियों के मध्य सहयोग, सहभागिता एवं सामाजिक विश्वास को बढ़ाता है। विशेष रूप से विद्यार्थियों में ज्ञान साझा करने तथा समूह अध्ययन की प्रवृत्ति में वृद्धि देखी गई।

कुस एवं ग्रिफिथ्स (२०१७) कुस एवं ग्रिफिथ्स ने सामाजिक मीडिया की लत पर अध्ययन किया। उनके अनुसार अत्यधिक सामाजिक मीडिया उपयोग से मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। अध्ययन में पाया गया कि अधिक समय तक सामाजिक मीडिया का उपयोग करने वाले व्यक्तियों में तनाव, चिंता, अवसाद, अनिद्रा तथा सामाजिक अलगाव की समस्या अधिक पाई जाती है। उन्होंने संतुलित उपयोग को आवश्यक बताया। **भारत सरकार, इलेक्ट्रॉनिकी एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय (२०२०)** मंत्रालय की वार्षिक रिपोर्ट के अनुसार भारत में इंटरनेट एवं सामाजिक मीडिया उपयोगकर्ताओं की संख्या में निरंतर वृद्धि हो रही है। डिजिटल सेवाओं के विस्तार के कारण ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में सामाजिक मीडिया का प्रभाव तेजी से बढ़ा है। रिपोर्ट में साइबर सुरक्षा, डिजिटल साक्षरता तथा जिम्मेदारीपूर्ण उपयोग को बढ़ावा देने की आवश्यकता पर बल दिया गया है। **शर्मा एवं वर्मा (२०२०)** शर्मा एवं वर्मा ने भारतीय युवाओं पर सामाजिक मीडिया के प्रभावों का अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि सामाजिक मीडिया विद्यार्थियों की ज्ञानवृद्धि, रचनात्मकता तथा सीखने की क्षमता को बढ़ाता है। दूसरी ओर अत्यधिक उपयोग समय की बर्बादी, अध्ययन में एकाग्रता की कमी तथा मानसिक तनाव का कारण भी बन सकता है।

सिंह एवं कुमार (२०२०) सिंह एवं कुमार ने सामाजिक परिवर्तन में सामाजिक मीडिया की भूमिका का अध्ययन किया। उन्होंने पाया कि सामाजिक मीडिया ने महिला सशक्तिकरण, पर्यावरण संरक्षण, सामाजिक जागरूकता तथा जनसहभागिता को बढ़ावा दिया है। विभिन्न सामाजिक अभियानों एवं जन-जागरूकता कार्यक्रमों में सामाजिक मीडिया की भूमिका अत्यंत प्रभावशाली पाई गई। उपरोक्त अध्ययनों के आधार पर यह स्पष्ट होता है कि सामाजिक मीडिया आधुनिक समाज का एक प्रभावशाली संचार माध्यम बन चुका है। अधिकांश शोधों में सामाजिक मीडिया के सकारात्मक प्रभावों जैसे ज्ञानवृद्धि, शिक्षा का प्रसार, सामाजिक जागरूकता, सामाजिक सहभागिता, रोजगार एवं व्यवसाय के अवसरों तथा त्वरित संचार को प्रमुख लाभ के रूप में स्वीकार किया गया है। वहीं दूसरी ओर फर्जी समाचार, साइबर अपराध, मानसिक तनाव, सामाजिक अलगाव, समय की बर्बादी तथा सामाजिक मीडिया की लत जैसी समस्याओं को इसके प्रमुख दुष्प्रभावों के रूप में चिन्हित किया गया है। पूर्ववर्ती अध्ययनों का विश्लेषण करने पर यह भी ज्ञात होता है कि अधिकांश शोध सामाजिक मीडिया के किसी एक विशेष पक्ष तक सीमित रहे हैं। समाज पर इसके समग्र सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभावों का एकीकृत अध्ययन अपेक्षाकृत कम उपलब्ध है। यही शोध-अंतराल प्रस्तुत अध्ययन की आवश्यकता को सिद्ध करता है। वर्तमान शोध सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले बहुआयामी प्रभावों का व्यापक विश्लेषण प्रस्तुत करेगा तथा इसके सकारात्मक उपयोग को बढ़ावा देने एवं नकारात्मक प्रभावों को कम करने हेतु उपयोगी सुझाव प्रदान करेगा।

शोध पद्धति (Research Methodology)

किसी भी शोध की सफलता उसके द्वारा अपनाई गई शोध पद्धति पर निर्भर करती है। शोध पद्धति वह वैज्ञानिक प्रक्रिया है जिसके माध्यम से अध्ययन की समस्या का व्यवस्थित एवं वस्तुनिष्ठ विश्लेषण किया जाता है। प्रस्तुत अध्ययन **"सामाजिक मीडिया का समाज पर प्रभाव"** विषय पर आधारित है। इस अध्ययन में सामाजिक मीडिया के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का विश्लेषण करने के लिए वैज्ञानिक शोध पद्धति का प्रयोग किया गया है।

1. शोध का प्रकार (Type of Research)-प्रस्तुत अध्ययन **वर्णनात्मक (Descriptive)** एवं **विश्लेषणात्मक (Analytical)** शोध पर आधारित है। वर्णनात्मक शोध के माध्यम से सामाजिक मीडिया के उपयोग एवं उसके प्रभावों का विवरण प्रस्तुत किया गया है, जबकि विश्लेषणात्मक शोध के माध्यम से प्राप्त तथ्यों का सांख्यिकीय विश्लेषण कर निष्कर्ष निकाले गए हैं।

2. शोध की प्रकृति (Nature of Research)-यह अध्ययन **मात्रात्मक (Quantitative)** शोध प्रकृति का है। अध्ययन में प्रश्नावली के माध्यम से प्राप्त आँकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया है।

3. अध्ययन क्षेत्र (Area of Study)-प्रस्तुत अध्ययन का क्षेत्र चयनित सामाजिक मीडिया उपयोगकर्ताओं तक सीमित है। अध्ययन में विभिन्न आयु वर्ग, शिक्षा स्तर एवं व्यवसाय से संबंधित उत्तरदाताओं को सम्मिलित किया गया है।

4. अध्ययन की जनसंख्या (Population of the Study)-अध्ययन की जनसंख्या में सामाजिक मीडिया का उपयोग करने वाले सभी व्यक्तियों को सम्मिलित माना गया है।

5. नमूना चयन (Sampling Technique)-अध्ययन में **सुविधाजनक निदर्शन पद्धति (Convenience Sampling Method)** का प्रयोग किया गया। इस पद्धति के अंतर्गत उपलब्ध एवं इच्छुक उत्तरदाताओं का चयन किया गया।

6. नमूना आकार (Sample Size)-प्रस्तुत अध्ययन में **50 उत्तरदाताओं** का चयन किया गया, जिनसे प्रश्नावली के माध्यम से जानकारी प्राप्त की गई।

7. आँकड़ों के स्रोत (Sources of Data)-अध्ययन में प्राथमिक एवं द्वितीयक दोनों प्रकार के आँकड़ों का उपयोग किया गया।

(क) प्राथमिक आँकड़े-प्राथमिक आँकड़े प्रश्नावली के माध्यम से सीधे उत्तरदाताओं से एकत्रित किए गए।

(ख) द्वितीयक आँकड़े-द्वितीयक आँकड़े पुस्तकों, शोध-पत्रों, शोध-प्रबंधों, सरकारी प्रतिवेदनों, पत्र-पत्रिकाओं तथा विश्वसनीय वेबसाइटों से प्राप्त किए गए।

8. आँकड़ा संग्रहण का उपकरण (Tool of Data Collection)-अध्ययन में संरचित प्रश्नावली का उपयोग किया गया। प्रश्नावली में सामाजिक मीडिया के उपयोग, उपयोग की अवधि, उद्देश्य, सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों तथा समाज पर इसके समग्र प्रभाव से संबंधित प्रश्न सम्मिलित किए गए।

9. आँकड़ों का वर्गीकरण एवं सारणीकरण-संग्रहित आँकड़ों का संपादन, वर्गीकरण एवं सारणीकरण किया गया। प्रत्येक प्रश्न के उत्तरों को आवृत्ति एवं प्रतिशत के आधार पर तालिकाओं में प्रस्तुत किया गया।

सांख्यिकीय विश्लेषण- सामाजिक विज्ञान के शोध में सांख्यिकीय विश्लेषण का विशेष महत्व है क्योंकि इसके माध्यम से एकत्रित आँकड़ों को वैज्ञानिक एवं व्यवस्थित रूप से प्रस्तुत किया जाता है। सांख्यिकीय विश्लेषण न केवल तथ्यों को सरल एवं स्पष्ट बनाता है, बल्कि उनके आधार पर विश्वसनीय निष्कर्ष निकालने में भी सहायता करता है। प्रस्तुत अध्ययन में सामाजिक मीडिया के समाज पर प्रभाव का मूल्यांकन करने के लिए 50 उत्तरदाताओं से प्रश्नावली के माध्यम से प्राथमिक आँकड़े एकत्रित किए गए। संग्रहित आँकड़ों का संपादन, वर्गीकरण एवं सारणीकरण करने के पश्चात उनका विश्लेषण **आवृत्ति (संख्या)** एवं **प्रतिशत** के आधार पर किया गया। प्रत्येक प्रश्न के उत्तरों को अलग-अलग तालिकाओं में प्रस्तुत किया गया है, जिससे उत्तरदाताओं के विचारों एवं अनुभवों का तुलनात्मक अध्ययन किया जा सके। तालिकाओं के साथ प्रत्येक परिणाम की विस्तृत व्याख्या एवं विश्लेषण भी प्रस्तुत किया गया है, जिससे सामाजिक मीडिया के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का समुचित मूल्यांकन किया जा सके। सांख्यिकीय विश्लेषण के माध्यम से सामाजिक मीडिया के उपयोग की अवधि, उपयोग का उद्देश्य, समाज पर इसके सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभाव तथा समाज के प्रति उत्तरदाताओं की समग्र धारणा का अध्ययन किया गया। प्राप्त परिणामों के आधार पर शोध के उद्देश्यों की पूर्ति की गई तथा निष्कर्ष एवं सुझाव प्रस्तुत किए गए। इस प्रकार सांख्यिकीय विश्लेषण अध्ययन की वैज्ञानिकता, विश्वसनीयता एवं प्रामाणिकता को सुदृढ़ बनाता है तथा सामाजिक मीडिया के समाज पर पड़ने वाले प्रभावों को तथ्यात्मक रूप से स्पष्ट करता है।

तालिका 1 : उत्तरदाताओं द्वारा प्रतिदिन सामाजिक मीडिया उपयोग की अवधि

उपयोग अवधि	उत्तरदाता (n=50)	प्रतिशत (%)
1 घंटे से कम	6	12
1–2 घंटे	12	24
2–4 घंटे	18	36
4–6 घंटे	10	20
6 घंटे से अधिक	4	8
कुल	**50**	**100**

उपरोक्त तालिका से स्पष्ट होता है कि अध्ययन में शामिल 50 उत्तरदाताओं में से सर्वाधिक **18 (36%)** उत्तरदाता प्रतिदिन **2 से 4 घंटे** सामाजिक मीडिया का उपयोग करते हैं। इसके अतिरिक्त **12 (24%)** उत्तरदाता 1 से 2 घंटे तथा **10 (20%)** उत्तरदाता 4 से 6 घंटे तक सोशल मीडिया का उपयोग करते हैं। केवल **6 (12%)** उत्तरदाता प्रतिदिन 1 घंटे से कम तथा **4 (8%)** उत्तरदाता 6 घंटे से अधिक समय तक सोशल मीडिया का उपयोग करते हैं। इन आँकड़ों से स्पष्ट है कि अधिकांश उत्तरदाता प्रतिदिन 2–4 घंटे सोशल मीडिया पर व्यतीत करते हैं, जिससे यह संकेत मिलता है कि सामाजिक मीडिया उनके

दैनिक जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा बन चुका है। यह प्रवृत्ति शिक्षा, मनोरंजन, संचार तथा सूचना प्राप्ति के लिए सोशल मीडिया पर बढ़ती निर्भरता को दर्शाती है। साथ ही अत्यधिक उपयोग करने वाले उत्तरदाताओं का प्रतिशत अपेक्षाकृत कम होने के बावजूद यह डिजिटल व्यसन (Digital Addiction) जैसी समस्याओं की संभावना की ओर संकेत करता है।

तालिका 2 : सामाजिक मीडिया के प्रमुख उपयोग का उद्देश्य

उपयोग का उद्देश्य	**उत्तरदाता**	**प्रतिशत (%)**
शिक्षा	14	28
मनोरंजन	16	32
समाचार एवं जानकारी	8	16
मित्रों/परिवार से संपर्क	9	18
व्यवसाय/मार्केटिंग	3	6
कुल	**50**	**100**

तालिका से ज्ञात होता है कि **16 (32%)** उत्तरदाता मुख्यतः मनोरंजन के उद्देश्य से सामाजिक मीडिया का उपयोग करते हैं, जबकि **14 (28%)** उत्तरदाता शिक्षा से संबंधित सामग्री प्राप्त करने के लिए इसका उपयोग करते हैं। **9 (18%)** उत्तरदाता परिवार एवं मित्रों से संपर्क बनाए रखने, **8 (16%)** समाचार एवं जानकारी प्राप्त करने तथा केवल **3 (6%)** उत्तरदाता व्यवसाय अथवा विपणन गतिविधियों के लिए सोशल मीडिया का उपयोग करते हैं। यह परिणाम दर्शाता है कि सामाजिक मीडिया का प्रमुख उपयोग अभी भी मनोरंजन एवं शिक्षा के लिए किया जा रहा है। विशेष रूप से युवाओं में ऑनलाइन शिक्षण सामग्री, वीडियो लेक्चर तथा डिजिटल संसाधनों की उपलब्धता ने सोशल मीडिया को एक प्रभावी शैक्षिक मंच बना दिया है। वहीं व्यवसायिक उपयोग अपेक्षाकृत कम पाया गया, जिससे यह निष्कर्ष निकलता है कि अध्ययन क्षेत्र में सोशल मीडिया का व्यावसायिक उपयोग अभी सीमित है।

तालिका 3 : सामाजिक मीडिया का समाज पर सकारात्मक प्रभाव

सकारात्मक प्रभाव	**उत्तरदाता**	**प्रतिशत (%)**
ज्ञान एवं सूचना में वृद्धि	17	34
सामाजिक जागरूकता	12	24
शिक्षा में सहायता	10	20
रोजगार/व्यवसाय के अवसर	6	12
सामाजिक संपर्क में वृद्धि	5	10
कुल	**50**	**100**

तालिका के अनुसार **17 (34%)** उत्तरदाताओं ने माना कि सामाजिक मीडिया का सबसे बड़ा सकारात्मक प्रभाव ज्ञान एवं सूचना में वृद्धि है। **12 (24%)** उत्तरदाताओं ने सामाजिक जागरूकता, **10 (20%)** ने शिक्षा में सहायता, **6 (12%)** ने रोजगार एवं व्यवसाय के अवसर तथा **5 (10%)** ने सामाजिक संपर्क में वृद्धि को प्रमुख सकारात्मक प्रभाव माना। इन निष्कर्षों से स्पष्ट है कि सामाजिक मीडिया सूचना के तीव्र आदान-प्रदान एवं जन-जागरूकता बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। कोविड-19 जैसी परिस्थितियों में ऑनलाइन शिक्षा, स्वास्थ्य संबंधी जानकारी तथा सरकारी योजनाओं के प्रचार-प्रसार में सोशल मीडिया की उपयोगिता और अधिक बढ़ी है। इसलिए सामाजिक मीडिया समाज के विकास में एक प्रभावी संचार माध्यम के रूप में उभरकर सामने आया है।

तालिका 4 : सामाजिक मीडिया के प्रमुख नकारात्मक प्रभाव

नकारात्मक प्रभाव	उत्तरदाता	प्रतिशत (%)
समय की बर्बादी	15	30
फेक न्यूज़	11	22
मानसिक तनाव	9	18
साइबर अपराध	8	16
सामाजिक अलगाव	7	14
कुल	**50**	**100**

तालिका से ज्ञात होता है कि **15 (30%)** उत्तरदाताओं ने समय की बर्बादी को सामाजिक मीडिया का सबसे बड़ा नकारात्मक प्रभाव माना। इसके अतिरिक्त **11 (22%)** उत्तरदाताओं ने फेक न्यूज़, **9 (18%)** ने मानसिक तनाव, **8 (16%)** ने साइबर अपराध तथा **7 (14%)** ने सामाजिक अलगाव को प्रमुख समस्या बताया। यह परिणाम दर्शाता है कि सामाजिक मीडिया के अनियंत्रित उपयोग से व्यक्तिगत एवं सामाजिक जीवन दोनों प्रभावित होते हैं। फेक न्यूज़ सामाजिक भ्रम तथा अफवाहों को बढ़ावा देती है, जबकि अत्यधिक उपयोग मानसिक तनाव एवं सामाजिक दूरी जैसी समस्याओं को जन्म देता है। अतः सामाजिक मीडिया का संतुलित एवं जिम्मेदारीपूर्ण उपयोग आवश्यक है।

तालिका 5 : क्या सामाजिक मीडिया समाज के लिए लाभदायक है?

उत्तर	उत्तरदाता	प्रतिशत (%)
हाँ	33	66
नहीं	7	14
आंशिक रूप से	10	20
कुल	**50**	**100**

तालिका से स्पष्ट है कि **33 (66%)** उत्तरदाताओं का मत है कि सामाजिक मीडिया समाज के लिए लाभदायक है। **10 (20%)** उत्तरदाताओं ने माना कि इसका प्रभाव आंशिक रूप से लाभदायक है, जबकि केवल **7 (14%)** उत्तरदाताओं ने इसे समाज के लिए लाभदायक नहीं माना। इन परिणामों से यह निष्कर्ष निकलता है कि अधिकांश उत्तरदाता सामाजिक मीडिया के सकारात्मक योगदान को स्वीकार करते हैं। हालांकि एक वर्ग ऐसा भी है जो इसके दुष्प्रभावों को लेकर चिंतित है। इससे यह स्पष्ट होता है कि सामाजिक मीडिया स्वयं समस्या नहीं है, बल्कि उसका उपयोग एवं दुरुपयोग उसके प्रभाव को निर्धारित करता है।

निष्कर्ष (Findings)

50 उत्तरदाताओं पर आधारित इस अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि अधिकांश लोग प्रतिदिन 2–4 घंटे सामाजिक मीडिया का उपयोग करते हैं तथा इसका प्रमुख उद्देश्य मनोरंजन और शिक्षा है। उत्तरदाताओं ने ज्ञानवर्धन, सामाजिक जागरूकता एवं शिक्षा में सहयोग को इसके प्रमुख सकारात्मक प्रभावों के रूप में स्वीकार किया, जबकि समय की बर्बादी, फेक न्यूज़, मानसिक तनाव एवं साइबर अपराध को प्रमुख नकारात्मक प्रभाव माना। कुल मिलाकर **66% उत्तरदाताओं** ने सामाजिक मीडिया को समाज के लिए लाभदायक माना, जिससे यह निष्कर्ष निकलता है कि उचित एवं जिम्मेदारीपूर्ण उपयोग की स्थिति में सामाजिक मीडिया समाज के विकास, शिक्षा, संचार एवं जागरूकता का एक प्रभावी माध्यम सिद्ध हो सकता है। दूसरी ओर इसके दुष्प्रभावों को कम करने के लिए डिजिटल साक्षरता, साइबर सुरक्षा जागरूकता तथा तथ्य-जांच (Fact Checking) की संस्कृति को बढ़ावा देना आवश्यक है। यह अध्ययन दर्शाता है कि सामाजिक मीडिया का समाज पर प्रभाव बहुआयामी है तथा इसके सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों पक्षों का संतुलित मूल्यांकन नीति निर्माण एवं सामाजिक विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है।

प्रस्तुत अध्ययन से स्पष्ट होता है कि सामाजिक मीडिया आधुनिक समाज के विकास में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। यह संचार, शिक्षा, ज्ञानार्जन, सामाजिक जागरूकता, व्यापार एवं जनसंपर्क का प्रभावी माध्यम बन चुका है। अध्ययन में यह पाया गया कि अधिकांश उत्तरदाता सामाजिक मीडिया का उपयोग प्रतिदिन नियमित रूप से करते हैं तथा इसे सूचना प्राप्ति, मनोरंजन एवं शिक्षा का प्रमुख साधन मानते हैं। सामाजिक मीडिया ने समाज में सूचना के तीव्र प्रसार, जनजागरूकता, डिजिटल शिक्षा तथा सामाजिक सहभागिता को सुदृढ़ बनाया है। इसके साथ ही अध्ययन से यह भी स्पष्ट हुआ कि सामाजिक मीडिया के अनियंत्रित उपयोग से समय की बर्बादी, मानसिक तनाव, भ्रामक समाचारों का प्रसार, साइबर अपराध तथा सामाजिक अलगाव जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो रही हैं। अतः सामाजिक मीडिया का प्रभाव उपयोगकर्ता की जागरूकता एवं उपयोग की प्रकृति पर निर्भर करता है। यदि इसका उपयोग जिम्मेदारी, संयम एवं नैतिक मूल्यों के अनुरूप किया जाए तो यह समाज के समग्र विकास का प्रभावी साधन सिद्ध हो सकता है। अध्ययन के आधार पर यह अनुशंसा की जाती है कि विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में डिजिटल साक्षरता को बढ़ावा दिया जाए, साइबर सुरक्षा के प्रति जनजागरूकता विकसित की जाए तथा सामाजिक मीडिया के सुरक्षित एवं उत्तरदायित्वपूर्ण उपयोग को प्रोत्साहित किया जाए। सरकार, शैक्षणिक संस्थानों तथा सामाजिक संगठनों को मिलकर ऐसी नीतियाँ विकसित करनी चाहिए जो सामाजिक मीडिया के सकारात्मक उपयोग को प्रोत्साहित करें तथा इसके दुष्प्रभावों को न्यूनतम करें।

संदर्भ

1. कपलान, ए. एम. एवं हेनलिन, एम. (2010)। *बिजनेस होराइज़न्स*, 53(1), 59–68।
2. कीट्ज़मैन, जे. एच., हर्मकेंस, के., मैकार्थी, आई. पी. एवं सिल्वेस्ट्रे, बी. एस. (2011)। *बिजनेस होराइज़न्स*, 54(3), 241–251।
3. एलिसन, एन. बी., स्टीनफील्ड, सी. एवं लैम्पे, सी. (2007)। *कंप्यूटर-मध्यस्थित संचार पत्रिका*, 12(4), 1143–1168।
4. बॉयड, डी. (2014)। *नेटवर्क युग में किशोरों का सामाजिक जीवन*। येल विश्वविद्यालय प्रकाशन।
5. कुस, डी. जे. एवं ग्रिफिथ्स, एम. डी. (2017)। *अंतरराष्ट्रीय पर्यावरण एवं जनस्वास्थ्य अनुसंधान पत्रिका*, 14(3)।
6. प्यू अनुसंधान केंद्र। (2018)। *सामाजिक मीडिया उपयोग प्रतिवेदन*।
7. भारत सरकार। (2020)। *इलेक्ट्रॉनिकी एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय का वार्षिक प्रतिवेदन*।
8. भारत सरकार। (2020)। *डिजिटल भारत कार्यक्रम प्रतिवेदन*।
9. राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय। (2020)। *भारत में इंटरनेट उपयोग संबंधी प्रतिवेदन*।
10. शर्मा, आर. एवं वर्मा, एस. (2020)। *भारतीय सामाजिक अनुसंधान पत्रिका*, 62(2), 145–158।
11. सिंह, पी. एवं कुमार, ए. (2020)। *सामाजिक विज्ञान पत्रिका*, 48(1), 35–46।
12. गुप्ता, एस. (2020)। *युवाओं पर सामाजिक मीडिया का प्रभाव*। नई दिल्ली: ज्ञान प्रकाशन।
13. मिश्रा, आर. (2020)। *डिजिटल समाज और संचार*। प्रयागराज: साहित्य भवन।
14. वर्मा, पी. (2019)। *सामाजिक परिवर्तन एवं संचार माध्यम*। लखनऊ: हिंदी ग्रंथ अकादमी।
15. यादव, डी. (2020)। *सामाजिक मीडिया और भारतीय समाज*। वाराणसी: विश्वविद्यालय प्रकाशन।
16. विश्व स्वास्थ्य संगठन। (2020)। *मानसिक स्वास्थ्य एवं डिजिटल जीवन प्रतिवेदन*।
17. संयुक्त राष्ट्र शैक्षिक, वैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक संगठन। (2020)। *डिजिटल शिक्षा एवं सामाजिक मीडिया पर वैश्विक प्रतिवेदन*।