

इंटरनेट उपयोगकर्ताओं एवं इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं के मध्य अकेलापन का अध्ययन

हर्षिका जायसवाल*

आमुख

प्रस्तुत शोध पत्र में इंटरनेट उपयोगकर्ताओं एवं इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं के मध्य अकेलापन का अध्ययन किया गया है। वर्तमान समय में इंटरनेट उपयोगकर्ताओं की तेजी से वृद्धि के होने के कारण इंटरनेट उपयोगकर्ताओं के अकेलापन की जाँच महसूस की गयी तथा प्रयोग में सार्थक अन्तर प्राप्त हो इसलिए इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं को भी शामिल किया गया। प्रस्तुत शोध कार्य का उद्देश्य इंटरनेट उपयोगकर्ताओं एवं अनुपयोगकर्ताओं के मध्य अकेलापन के स्तर की जाँच करना था। इस शोध कार्य हेतु इंटरनेट उपयोगकर्ताओं एवं इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं के दो समूहों का चयन किया गया जिसमें देव संस्कृति विश्वविद्यालय के 30-30 विद्यार्थियों का चयन दो समूहों में किया गया। जिनकी आयु 17-25 वर्ष के मध्य रखी गयी। इन सभी प्रयोज्यों का चयन आकस्मिक प्रतिचयन विधि द्वारा किया गया। दोनों समूहों के अकेलापन के स्तर की जाँच के लिए प्रवीन कुमार झाँ द्वारा प्रतिपादित अकेलापन की मापनी का प्रयोग किया गया। प्राप्त आंकड़ों की सांख्यिकीय व्याख्या हेतु टी टेस्ट का प्रयोग किया गया। सांख्यिकीय विश्लेषण से ज्ञात हुआ कि इंटरनेट उपयोगकर्ताओं एवं इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं के सार्थक अंतर है। यह सार्थक अंतर 0.05 स्तर प्राप्त हुआ। प्रस्तुत परिणामों से यह कहा जा सकता है कि इंटरनेट उपयोगकर्ताओं का अकेलापन का स्तर अधिक तथा इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं का अकेलापन का स्तर अपेक्षकृत कम है। इंटरनेट उपयोगकर्ताओं के अकेलापन के स्तर को बढ़ाने वाले अनेक कारक हैं जो छात्र छात्राओं को समय समय पर प्रभावित करते रहते हैं।

शब्द कुंजी – इंटरनेट, अकेलापन

प्रस्तावना

विश्व-वसुधा पर मानव जाति के जन्म से लेकर वर्तमान अभियंत्रिकी कम्प्यूटर एवं इंटरनेट के युग में पहुँचने का विकास क्रम एक लम्बी श्रृंखला है। प्रारम्भ में मानव की आवश्यकताएँ न्यून थीं, वह अल्प साधनों में ही जीता था, उसकी सोच का दायरा सीमित व संकीर्ण था। इंटरनेट उपयोग करने वाले एवं इंटरनेट उपयोग नहीं करने वाले 17 से 25 वर्ष की आयु के विद्यार्थियों के मध्य अकेलापन के स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

भारत में इंटरनेट उपभोक्ताओं की संख्या तेजी से बढ़ती जा रही है। वर्तमान में देश में इंटरनेट उपभोक्ताओं की

संख्या 10 करोड़ से भी अधिक हो गयी है। इंटरनेट, फेसबुक, कम्प्यूटर अन्य सामाजिक नेटवर्किंग साइटों ने लोगों के प्रति समाज में सामाजिक स्थिति को स्थापित करने में अहम भूमिका निभाई है। जिसके द्वारा हम नई-नई जानकारीयों आसानी से प्राप्त कर सकते हैं। हम दूर-दूर तक अपना सम्पर्क आसानी से स्थापित कर सकते हैं। इनके द्वारा विभिन्न विषयों की जानकारी कम समय में आसानी से प्राप्त की जा सकती है। इन सभी गैजेट्स के अन्धाधुन्ध प्रयोग एवं वैज्ञानिकता की अंधी दौड़ ने व्यक्तियों की जीवन शैली और मानसिकता को इतना प्रभावित कर दिया है कि व्यक्ति, परिवार, समाज सभी इतने व्यस्त हो गये हैं कि वो दोस्तों, परिवार, बच्चों के लिए तो क्या वो स्वयं के लिए भी समय नहीं निकाल पाते। जिससे व्यक्ति समाज एवं परिवार का पूरा प्यार व सहयोग नहीं प्राप्त कर पाते वो अपनी बातों इच्छाओं और भावनाओं को किसी से नहीं बता पाते उन्हें लगता है उन्हें कोई समझता नहीं है न ही कोई समझ सकता है। इसलिए वो स्वयं को परिवार समाज व दोस्तों से स्वयमेव अलग कर लेते हैं परन्तु यह अकेलापन अन्धकार की तरह खाये जाता है। इस अकेलेपन के अन्धकार से बचने के लिए वो कई तरीके अपनाते हैं, जिसमें से इंटरनेट का उपयोग तथा सामाजिक साइटों का उपयोग अधिक बढ़ता जा रहा है। जिससे वो अपना अकेलापन दूर कर पाने में स्वयं को सक्षम पाते हैं। जब तक वो इंटरनेट से जुड़े रहते हैं, तब तक उन्हें ऐसा प्रतीत होता है कि वो अकेले नहीं वो अपनी बातों को स्वतंत्र रूप से कह पाते हैं। जिससे उनका अकेलापन दूर होता है।

इंटरनेट

इंटरनेट कम्प्यूटर को जोड़ने की एक वैश्विक प्रक्रिया है, जिसके द्वारा जानकारीयों का हस्तांतरण होता है। इंटरनेट की शुरुआत 1960 के दशक में अमेरिका के रक्षा विभाग द्वारा की गयी। इसकी शुरुआत मुख्य रूप से सैन्य उद्देश्यों की पूर्ति के लिए की गयी थी। तब से इंटरनेट ने प्रौद्योगिकी में निरंतर सुधार के लिए एक असाधारण स्तर प्रदान किया है। इसने संचार के कई रूपों की विस्तृत श्रृंखला प्रस्तुत की है, जिसके माध्यम से सार्वजनिक रूप से सम्पर्क स्थापित करते में सहायता मिलती है। इंटरनेट के माध्यम से ईमेल का स्थानान्तरण, डाटा भंडारण और हस्तांतरण, सामाजिक वेबसाइटों का प्रयोग, फेसबुक, ट्विटर आदि सामाजिक साइटों के माध्यम से संदेशों एवं सूचनाओं का स्थानान्तरण सम्भव हो

*शोध छात्रा. मनोविज्ञान विभाग देव संस्कृति विश्वविद्यालय. हरिद्वार

सकता है। कंप्यूटर का विकास और विस्तार प्रौद्योगिकी और सॉफ्टवेयर के माध्यम से हुआ। पोर्टेबल कंप्यूटर और माइक्रोसॉफ्ट वर्ड के आ जाने से इंटरनेट के उपयोग में अधिक वृद्धि रही है। इंटरनेट उपयोग के अनेक लाभ व अनेक हानियाँ भी हैं जो विद्यार्थियों विभिन्न प्रकार से प्रभावित करती हैं।

अकेलापन

अकेलेपन का अर्थ है, अपने आप को पूर्णतः अकेला महसूस करना, बिना किसी स्पष्ट कारण के अत्यंत भयभीत होना। जिस क्षण हमारा मन महसूस करता है कि उसका कोई आसरा नहीं है। उसकी रिक्तता को भरने के लिए कोई भी भुलावा समर्थ नहीं है तब वह भयंकर डरा हुआ महसूस करता है— यही अकेलापन है। हम अकेले रहने से भयभीत होते हैं हम स्वयं से डरते हैं क्योंकि अकेलेपन में हमें अपनी कमियाँ दिखायी देती हैं, नकारात्मक पक्षों को ही व्यक्ति ध्यान दे पाता है। इस अकेलेपन को दूर करने के लिए आज विश्व में मनोरंजन और दिल बहलाने के इतने साधन हो गये हैं कि लगभग प्रत्येक व्यक्ति दर्शक बन गया है और खिलाड़ी भी बहुत कम। जब भी व्यक्ति को थोड़ी सी भी फुरसत मिलती है वह कोई न कोई मनोरंजन की खोज करने लगता है। यदि हम अमेरिका में हैं तो रेडियो या टेलीविजन की ओर मुड़ते हैं या फिर अपने आप को कभी न समाप्त होने वाली मनोरंजन में डुबो देते हैं। हम सतत मनोरंजन व भुलावे की अभिलाषा किया करते हैं ताकि हम अपने आप से दूर भाग सकें।

शोध अभिकल्प : प्रस्तुत लघु शोध में Between group Design में Comperative - Research Design का प्रयोग किया गया है।

प्रतिचयन विधि : प्रस्तुत लघु शोध में प्रयोज्यों के चयन के लिये आकस्मिक प्रतिचयन विधि द्वारा 60 प्रयोज्यों का चयन किया गया तत्पश्चात यादृच्छिक ढंग से 30-30 प्रयोज्यों का समूह लिया गया, जिसमें से 15-15 छात्रायेँ तथा 15-15 छात्र प्रत्येक समूह में रखे गयेँ। इसके अन्तर्गत हरिद्वार जिले के देव संस्कृति विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों का चयन आयु, लिंग के आधार पर किया गया। जिसके अन्तर्गत प्रयोज्य के समावेश हेतु निम्न कसौटियाँ अपनायी गयी है।

- प्रयोज्यों की उम्र 17- 25 वर्ष ही होनी चाहिये। प्रयोज्यों की शिक्षा का न्यूनतम स्तर स्नातक हो ।
- 30 ऐसे प्रयोज्य जो प्रतिदिन 4-5 घण्टे इंटरनेट उपयोग करते हैं।
- 30 ऐसे प्रयोज्य जो इंटरनेट उपयोग नहीं करते हैं।

- प्रयोज्य शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ हो।

आकड़ा संग्रहण प्रक्रिया : अकेलापन तथा इंटरनेट से सम्बन्धित आँकड़ों के संग्रहण हेतु हरिद्वार जिले के देव संस्कृति विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों को अध्ययन में शामिल किया गया। इंटरनेट उपयोगकर्ताओं तथा इंटरनेट अनुपयोगकर्ताओं से प्रवीन कुमार झाँ द्वारा निर्मित "अकेलापन मापनी" प्रश्नावली भरवा कर परिक्षण किया गया।

Discription of statics	Internet Users	Internet Non-Users
Mean	85-66	74-44
SD	15-47	11-21
N	30	30
S _{ED}	3-49	
Df	58	
t- stat	3-26	
Significant Level	0.05	

अध्ययन में प्रयुक्त उपकरण : उपकरण वह साधन होते हैं। जिनके माध्यम से हम किसी कार्य को पूरा कर सकते हैं। इस लघु शोध में अकेलापन का मापन करने के लिए अकेलापन मापनी का प्रयोग किया गया है। इसका निर्माण कैलेफोर्नीया विश्वविद्यालय में रुसेल तथा पीपलउ द्वारा 1980 में किया गया। इस प्रश्नावली का हिन्दी में प्रतिपादन प्रवीन कुमार झाँ ने किया जिसमें कुल 36 ए कांश हैं। इसमें 8 नकारात्मक ए कांश हैं तथा 28 सकारात्मक ए कांश हैं।

सांख्यिकी विश्लेषण : प्रस्तुत शोध अध्ययन में परिकल्पनाओं के जाँच हेतु टी परीक्षण का प्रयोग किया गया है। टी टेस्ट के प्रयोग से प्राप्त परिणाम इस प्रकार हैं—

विवेचन : प्रस्तुत शोध अध्ययन में इंटरनेट का विद्यार्थियों के अकेलापन के ऊपर पड़ने वाले प्रभावों की जाँच हेतु विद्यार्थियों के 17-25 वर्ष उम्र समूहों के 2 समूह विनिर्मित किये गयेँ। तदानुरूप परिकल्पनाओं का निर्माण कर उपयुक्त सांख्यिकीय प्रविधि के अन्तर्गत प्रचलित कई प्रकार के टेस्ट में से एक प्रकार टी-टेस्ट का प्रयोग कर प्राप्त आकड़ों का सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया।

प्रयोग के प्राप्त परिणाम से ज्ञात हुआ कि इंटरनेट उपयोगकर्ताओं का मध्यमान 85.66 तथा मानक विचलन 15.47 प्राप्त हुआ एवं सामान्य विद्यार्थियों का मध्यमान 74.44 तथा मानक विचलन 11.21 प्राप्त हुआ। परिणाम से स्पष्ट पता चलता है कि इंटरनेट उपयोगकर्ताओं का अकेलापन का स्तर बढ़ा हुआ है। तथा सामान्य विद्यार्थियों का अकेलापन का स्तर इसने कम हैं। इसकी सार्थकता को स्पष्ट करने के लिए सांख्यिकी तकनीक में टी टेस्ट का प्रयोग किया गया है। टी टेस्ट की सार्थकता 0.05 से भी अधिक है। अतः यह स्पष्ट होता है कि इंटरनेट उपयोगकर्ताओं का अकेलापन का स्तर सामान्य विद्यार्थियों की अपेक्षा बढ़ा हुआ है।

निष्कर्ष: निष्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि प्रस्तुत लघु शोध कार्य में इंटरनेट उपयोगकर्ताओं तथा सामान्य विद्यार्थियों के अकेलापन के स्तर की जाँच में उपयोगी रहा है। इसमें 17 से 25 वर्ष की आयु के विद्यार्थियों को सम्मिलित किया गया है। आकस्मिक प्रतिचयन विधि द्वारा प्रयोज्यों का चयन किया गया, जिसमें प्रवीन ज्ञा. द्वारा निर्मित अकेलापन मापनी का प्रयोग किया गया है। प्राप्त आकड़ों का विश्लेषण 'टी-टेस्ट' विधि से किया गया है। जिसमें प्राप्त परिणामों के आधार पर समस्याओं को प्रदर्शित किया गया है। इन समस्याओं को देखते हुये हम उन्हें इंटरनेट का उपयोग ठीक प्रकार से करना बता सकते हैं तथा उनके अकेलापन के स्तर को कम करने की विधियों की व्याख्या भी कर सकते हैं।

सन्दर्भ सूची :

1. Babor, T.F. & Kadden, R., (1995). Sireening for aleohal problem & other abuse. National Institute of Alcohol and other Drugs a research Monograph, 17 DHH S Pub. No. 14, 115-125.
2. Katz, J.E. and Aspand, P. (1996 October) Motivations foor and barriers to Internet useage-Result of national public online survey. Paper presented to the 24 Anual technologies.
3. Psychological Analysis of students Network Communication Journal of Anhu Univfrsity of technology (2010-14)
4. Baek, J. S. (2000). The effect of a reality therapy group counseling program on the internet addiction level, internal-external control, self-efficacy and psychological well-being internet addicted high school students. Unpublished master's thesis, Daegu: The Graduate School of Keimyung University.
5. Coopersmith, S. A. (1981). Self-esteem inventories. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. Corey, G. (1981). Loneliness, and Self Concept and adjustment, Journal of Psychology, 107(237-240).
6. Glasser, W. (1985). Choice Theory: Control theory: A new explanation of how we control our lives. New York:
7. Goldberg, I. (1996). Internet addiction: Electric message postedto research discussion list. Retrieved Jan 6, 2005: www.rider.edu/users/sulert/psychber/supportgp.htm
8. अग्रवाल, आर. एवं गुप्ता, एस. पी. (2007) शिक्षा के आधार, मोती लाल बनारसीदास प्रकाशन दिल्ली।
9. अब्दुल कलाम, ए.पी.जे. (2007) मेरे सपनो का भारत। प्रभात पेपर बैक्स, प्रकाश प्रकाशन, आफसेट अली रोड, नई दिल्ली, 11002।
10. आचार्य, पं० श्री राम शर्मा (1947), आत्मविश्वास से महानता प्राप्त होती है। अखण्ड ज्योती, जन जागरण प्रेस, मथुरा अप्रैल 1947.1।
11. आचार्य, पं० श्री राम शर्मा (1983), गायत्री महाविज्ञान, अखण्ड ज्योति संस्थान, मथुरा।
12. आत्रेय, एस. पी. (1965), योग मनोविज्ञान, दी इण्टरनेशनल स्टैंडर्ड पब्लिकेशन वाराणसी –21।
13. शर्मा. आर. एस. (1947), भारतीय मनोविज्ञान, अनुप्रकाशक, मेरठ।
14. शुक्ला, ए. (1997), व्यक्तित्व: संप्रत्यय निर्धारक एवं सिद्धान्त, राधा पब्लिकेशन, दरियागंज, नई दिल्ली 11002।
15. शुक्ला, ओ.पी. (2006), शिक्षा मनोविज्ञान, भारत बुक सेन्टर, 17, अशोक मार्ग, लखनऊ।
16. सिंह, ए. के. (1996), उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसी दास प्रकाशन, दिल्ली।