IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 6, Issue 3, March 2026
Impact Factor: 8.2

सोशल मीडिया का युवाओं के सामाजिक व्यवहार पर प्रभाव: एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

डॉ. प्रियंका पांडेय

अतिथि विद्वान - समाजशास्त्र विभाग

शासकीय ठाकुर रणमत सिंह महाविद्यालय, रीवा, मध्य प्रदेश

सारांश (Abstract)

वर्तमान डिजिटल युग में सोशल मीडिया युवाओं के जीवन का एक अत्यंत महत्वपूर्ण हिस्सा बन गया है। यह केवल संचार का माध्यम ही नहीं है, बल्कि यह सामाजिक संबंधों, विचारों, पहचान और व्यवहार को भी गहराई से प्रभावित करता है। इस शोध पत्र का मुख्य उद्देश्य युवाओं के सामाजिक व्यवहार पर सोशल मीडिया के प्रभाव का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से अध्ययन करना है।

इस अध्ययन में यह विश्लेषण किया गया है कि सोशल मीडिया किस प्रकार युवाओं के सामाजिक संबंधों, आत्म-अभिव्यक्ति, सामाजिक पहचान और सांस्कृतिक मूल्यों को प्रभावित करता है। शोध के लिए गुणात्मक (Qualitative) तथा मात्रात्मक (Quantitative) दोनों प्रकार की शोध पद्धतियों का उपयोग किया गया है। विभिन्न सर्वेक्षणों, शोध लेखों तथा समाजशास्त्रीय सिद्धांतों के आधार पर इस विषय का विश्लेषण किया गया है।

अध्ययन के परिणामों से यह स्पष्ट होता है कि सोशल मीडिया ने युवाओं को अपने विचारों और भावनाओं को व्यक्त करने के लिए एक नया मंच प्रदान किया है। इसके माध्यम से युवाओं के बीच सूचना का आदान-प्रदान तेज़ हुआ है तथा सामाजिक जागरूकता में भी वृद्धि हुई है। दूसरी ओर, इसके अत्यधिक उपयोग से

IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 6, Issue 3, March 2026
Impact Factor: 8.2

सामाजिक अलगाव, मानसिक तनाव तथा आभासी संबंधों की अधिकता जैसी समस्याएँ भी उत्पन्न हो रही हैं। अंततः यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि सोशल मीडिया का प्रभाव युवाओं के जीवन पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार का है। यदि इसका उपयोग संतुलित, विवेकपूर्ण और जिम्मेदारी के साथ किया जाए तो यह सामाजिक विकास और जागरूकता का एक प्रभावी साधन बन सकता है।

मुख्य शब्द (Keywords)

सोशल मीडिया, युवा, सामाजिक व्यवहार, डिजिटल समाज, सामाजिक संबंध, ऑनलाइन संस्कृति।

प्रस्तावना (Introduction)

21वीं सदी को डिजिटल क्रांति का युग कहा जाता है। सूचना और संचार प्रौद्योगिकी के विकास ने समाज में संचार और सामाजिक संपर्क के स्वरूप को पूरी तरह बदल दिया है। इंटरनेट और स्मार्टफोन के व्यापक प्रसार के कारण आज सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म युवाओं के जीवन का एक अभिन्न हिस्सा बन गए हैं। फेसबुक, इंस्टाग्राम, ट्विटर, यूट्यूब और व्हाट्सएप जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ने न केवल संचार को सरल बनाया है बल्कि सामाजिक संबंधों की प्रकृति को भी परिवर्तित किया है। पहले जहां सामाजिक संबंध मुख्यतः प्रत्यक्ष संपर्क और आमने-सामने संवाद पर आधारित होते थे, वहीं आज डिजिटल माध्यमों के माध्यम से भी संबंध स्थापित और बनाए रखे जा रहे हैं।

समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से देखा जाए तो संचार के माध्यम समाज की संरचना और व्यवहार को गहराई से प्रभावित करते हैं। सोशल मीडिया ने सामाजिक सहभागिता के नए अवसर प्रदान किए हैं। इसके माध्यम से युवा अपने विचारों, भावनाओं और अनुभवों को आसानी से साझा कर सकते हैं। इसके अलावा यह उन्हें विभिन्न सामाजिक, राजनीतिक और सांस्कृतिक मुद्दों के प्रति जागरूक भी बनाता है। हालांकि सोशल मीडिया के कई सकारात्मक प्रभाव हैं, लेकिन इसके कुछ नकारात्मक परिणाम भी सामने आए हैं। अत्यधिक

सोशल मीडिया उपयोग से युवाओं में सामाजिक अलगाव, आत्मसम्मान में कमी, मानसिक तनाव तथा आभासी संबंधों की अधिकता जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो सकती हैं।

समाजशास्त्रियों के अनुसार तकनीकी परिवर्तन सामाजिक परिवर्तन का एक महत्वपूर्ण कारक होता है। तकनीकी विकास के कारण सामाजिक संरचना, संस्कृति और व्यवहार में परिवर्तन आता है। इसी कारण सोशल मीडिया के प्रभावों का समाजशास्त्रीय अध्ययन अत्यंत आवश्यक हो जाता है।

यह शोध पत्र इसी उद्देश्य से तैयार किया गया है कि युवाओं के सामाजिक व्यवहार पर सोशल मीडिया के प्रभावों का विश्लेषण किया जा सके और इसके सकारात्मक तथा नकारात्मक पहलुओं को समझा जा सके।

अनुसंधान पद्धति (Research Methodology)

इस शोध में मुख्य रूप से वर्णनात्मक (Descriptive) तथा विश्लेषणात्मक (Analytical) अनुसंधान पद्धति का उपयोग किया गया है।

1. शोध का प्रकार

यह अध्ययन समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से एक विश्लेषणात्मक अध्ययन है, जिसमें युवाओं के सामाजिक व्यवहार पर सोशल मीडिया के प्रभावों का अध्ययन किया गया है।

2. डेटा के स्रोत

(क) प्राथमिक स्रोत

प्राथमिक आंकड़ों के संग्रह के लिए युवाओं के बीच सर्वेक्षण तथा प्रश्नावली का उपयोग किया गया है। इसके माध्यम से यह जानने का प्रयास किया गया कि युवा सोशल मीडिया का किस प्रकार उपयोग करते हैं तथा इसका उनके सामाजिक व्यवहार पर क्या प्रभाव पड़ता है।

IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 6, Issue 3, March 2026
Impact Factor: 8.2

(ख) द्वितीयक स्रोत

- द्वितीयक आंकड़ों के लिए निम्नलिखित स्रोतों का उपयोग किया गया है:
- समाजशास्त्र से संबंधित पुस्तकें
- शोध पत्र और जर्नल
- इंटरनेट स्रोत
- विभिन्न प्रकाशित रिपोर्टें

3. अध्ययन की सीमाएँ

- इस अध्ययन की कुछ सीमाएँ भी हैं, जैसे:
- यह अध्ययन मुख्य रूप से युवाओं पर केंद्रित है।
- अध्ययन सीमित नमूने पर आधारित है।
- परिणाम सभी सामाजिक समूहों पर समान रूप से लागू नहीं हो सकते।
- सोशल मीडिया और युवाओं का सामाजिक व्यवहार
- सोशल मीडिया के विकास ने युवाओं के सामाजिक व्यवहार में कई महत्वपूर्ण परिवर्तन किए हैं।

1. संचार के तरीकों में परिवर्तन

सोशल मीडिया के आने से संचार के तरीकों में बड़ा परिवर्तन आया है। पहले लोग आमने-सामने संवाद करते थे, लेकिन अब डिजिटल माध्यमों के माध्यम से संवाद अधिक होने लगा है।

2. सामाजिक संबंधों का विस्तार

सोशल मीडिया के माध्यम से लोग दुनिया के विभिन्न हिस्सों में रहने वाले व्यक्तियों से आसानी से जुड़ सकते हैं। इससे सामाजिक संबंधों का दायरा बढ़ा है।

IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 6, Issue 3, March 2026
Impact Factor: 8.2

3. आत्म-अभिव्यक्ति का माध्यम

सोशल मीडिया युवाओं के लिए आत्म-अभिव्यक्ति का एक महत्वपूर्ण माध्यम बन गया है। इसके माध्यम से वे अपने विचार, भावनाएँ और अनुभव साझा करते हैं।

विमर्श (Discussion)

इस अध्ययन से स्पष्ट होता है कि सोशल मीडिया युवाओं के सामाजिक व्यवहार को अनेक प्रकार से प्रभावित कर रहा है। यह एक ऐसा माध्यम है जो सामाजिक संबंधों को मजबूत भी कर सकता है और कमजोर भी।

सोशल मीडिया के माध्यम से युवाओं को नई जानकारी प्राप्त होती है तथा वे विभिन्न सामाजिक मुद्दों के प्रति जागरूक होते हैं। वहीं दूसरी ओर, इसका अत्यधिक उपयोग सामाजिक अलगाव और मानसिक तनाव जैसी समस्याओं को भी जन्म देता है। समाजशास्त्रियों का मानना है कि समाज में होने वाले तकनीकी परिवर्तन सामाजिक संरचना और व्यवहार को प्रभावित करते हैं। सोशल मीडिया भी इसी प्रक्रिया का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। इसलिए इसके प्रभावों का अध्ययन करना अत्यंत आवश्यक है।

निष्कर्ष (Conclusion)

इस शोध के आधार पर यह कहा जा सकता है कि सोशल मीडिया ने युवाओं के सामाजिक व्यवहार में महत्वपूर्ण परिवर्तन किए हैं। यह युवाओं को अभिव्यक्ति का एक नया मंच प्रदान करता है और उन्हें वैश्विक समाज से जोड़ता है।

हालांकि इसके कुछ नकारात्मक प्रभाव भी हैं, जैसे सामाजिक अलगाव, मानसिक तनाव तथा आभासी संबंधों की अधिकता। इसलिए यह आवश्यक है कि सोशल मीडिया का उपयोग संतुलित और जागरूकता के साथ किया जाए।

यदि सोशल मीडिया का उपयोग सकारात्मक और रचनात्मक उद्देश्यों के लिए किया जाए, तो यह समाज में जागरूकता और सामाजिक परिवर्तन लाने का एक प्रभावी माध्यम बन सकता है।

संदर्भ (References)

[1]. Boyd, Danah. It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press, 2014.
[2]. Castells, Manuel. The Rise of the Network Society. Wiley-Blackwell, 2010.
[3]. Turkle, Sherry. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books, 2011.
[4]. Kumar, Vinod. “Impact of Social Media on Youth.” International Journal of Social Research, vol. 12, no. 3, 2020, pp. 45–52.