INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENTIFIC INFORMATION
www.jsiinternational.com ISSN: 2583-8512
Research Article

डिजिटल युग में युवाओं की पहचान-निर्माण प्रक्रिया पर सोशल मीडिया का प्रभाव: भारतीय संदर्भ में एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

राजू नैन, डॉ. खुशबू लता
समाजशास्त्र विभाग, ज्योति विद्यापीठ महिला विश्वविद्यालय, जयपुर (राजस्थान), भारत

nagaursu@gmail.com

Corresponding Author: डॉ. खुशबू लता, समाजशास्त्र विभाग, ज्योति विद्यापीठ महिला विश्वविद्यालय, जयपुर (राजस्थान), भारत

Article Received on: 13/03/24 Revised on: 25/03/24 Approved for publication: 12/04/24

सारांश

यह शोध-पत्र डिजिटल युग में भारतीय युवाओं की पहचान-निर्माण प्रक्रिया पर सोशल मीडिया के प्रभाव का समाजशास्त्रीय विश्लेषण प्रस्तुत करता है। अध्ययन का केंद्रीय तर्क यह है कि सोशल मीडिया केवल संचार का माध्यम नहीं, बल्कि ऐसा सामाजिक-तकनीकी परिवेश है जिसमें आत्म-प्रस्तुतीकरण, सामाजिक तुलना, समूह-संबद्धता, दर्शक-प्रतिक्रिया और एल्गोरिदमिक दृश्यता मिलकर युवा पहचान को आकार देते हैं। शोध द्वितीयक स्रोतों पर आधारित व्याख्यात्मक एवं आलोचनात्मक साहित्य-संश्लेषण पद्धति अपनाता है; इसमें किसी काल्पनिक प्राथमिक सर्वेक्षण या अनुभवजन्य आँकड़े का प्रयोग नहीं किया गया है। विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि सक्रिय, रचनात्मक और प्रामाणिक सहभागिता पहचान-अन्वेषण, सामाजिक समर्थन, कौशल-प्रदर्शन और समुदाय-निर्माण को प्रोत्साहित कर सकती है, जबकि निष्क्रिय अवलोकन, आदर्शीकृत छवियों से तुलना, लोकप्रियता-सूचकों पर निर्भरता और साइबर उत्पीड़न पहचान-व्यथा, असंतोष तथा बाहरी मान्यता पर निर्भरता बढ़ा सकते हैं। भारतीय संदर्भ में परिवार-केंद्रितता, भाषाई विविधता, लिंग-मानदंड, वर्ग, ग्रामीण-शहरी असमानता, शिक्षा और रोजगार की आकांक्षाएँ डिजिटल आत्म-प्रस्तुतीकरण को विशिष्ट रूप प्रदान करती हैं। निष्कर्षतः सोशल मीडिया का प्रभाव न तो स्वतः सकारात्मक है और न स्वतः नकारात्मक; परिणाम उपयोग की गुणवत्ता, सामाजिक संदर्भ, व्यक्तिगत संवेदनशीलता और मंचीय संरचना के संयुक्त प्रभाव से निर्मित होते हैं।

मुख्य शब्द: युवा पहचान, सोशल मीडिया, आत्म-प्रस्तुतीकरण, सामाजिक तुलना, एल्गोरिदमिक दृश्यता, डिजिटल साक्षरता, भारतीय समाज

1. प्रस्तावना

इक्कीसवीं शताब्दी में सोशल मीडिया युवाओं के दैनिक जीवन, संचार, मित्रता, शिक्षा, मनोरंजन और सार्वजनिक अभिव्यक्ति का प्रमुख वातावरण बन चुका है। भारत में 2025 की शुरुआत तक लगभग 806 मिलियन इंटरनेट उपयोगकर्ता और 491 मिलियन सोशल मीडिया उपयोगकर्ता-पहचान दर्ज होने का अनुमान डिजिटल पहुँच की व्यापकता को रेखांकित करता है (डेटारिपोर्टल, 2025)। इन आँकड़ों को अद्वितीय व्यक्तियों की सटीक संख्या के रूप में नहीं, बल्कि डिजिटल मंचों की सामाजिक पहुँच के संकेत के रूप में समझना चाहिए। इस विस्तार ने पहचान-निर्माण को निजी आत्मचिंतन से आगे बढ़ाकर सार्वजनिक प्रदर्शन, सतत प्रतिक्रिया और एल्गोरिदमिक दृश्यता से जोड़ दिया है।

युवा पहचान कोई स्थिर लेबल नहीं, बल्कि समय, अनुभव, संबंध, भूमिका, मूल्य और सामाजिक प्रतिक्रिया से विकसित होने वाली प्रक्रिया है। एरिक्सन ने युवावस्था को पहचान बनाम भूमिका-संशय के निर्णायक चरण के रूप में देखा, जबकि मार्सिया ने अन्वेषण और प्रतिबद्धता के आधार पर पहचान की विभिन्न स्थितियों को समझाया। डिजिटल मंच इन प्रक्रियाओं को अधिक दृश्यमान, मापनीय और निरंतर बनाते हैं। युवा फोटो, वीडियो, भाषा, रुचि, विचार, पहनावा और समूह-संबंध साझा करके यह संकेत देते हैं कि वे स्वयं को कैसे देखते हैं और दूसरों द्वारा किस रूप में देखे जाना चाहते हैं।

सोशल मीडिया पर लाइक, टिप्पणी, शेयर, फॉलोअर संख्या और अनुशंसा-एल्गोरिदम सामाजिक स्वीकृति को संख्यात्मक रूप देते हैं। परिणामस्वरूप आत्म-अभिव्यक्ति और आत्म-मूल्यांकन के बीच एक त्वरित प्रतिक्रिया-चक्र बनता है। परंतु केवल स्क्रीन-समय से प्रभाव को समझना पर्याप्त नहीं है; उपयोग की प्रकृति, सामग्री का प्रकार, दर्शक-वर्ग, मंच की विशेषता और प्राप्त प्रतिक्रिया अधिक निर्णायक हैं। यही कारण है कि समान मंच अलग-अलग युवाओं पर भिन्न प्रभाव डाल सकता है।

2. अध्ययन के उद्देश्य

इस शोध-पत्र के उद्देश्य हैं: सोशल मीडिया द्वारा युवा पहचान-निर्माण के प्रमुख सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और तकनीकी तंत्रों की व्याख्या करना; आत्म-प्रस्तुतीकरण, सामाजिक तुलना, दर्शक-प्रतिक्रिया और एल्गोरिदमिक दृश्यता की भूमिका समझना; अवसरों और जोखिमों का संतुलित मूल्यांकन करना; भारतीय सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भ में भाषा, परिवार, लिंग, वर्ग और क्षेत्रीय असमानता के प्रभाव का विश्लेषण करना; तथा युवाओं, परिवारों, शिक्षण संस्थानों, डिजिटल मंचों और नीति-निर्माताओं के लिए व्यावहारिक सुझाव प्रस्तुत करना।

3. अवधारणात्मक एवं सैद्धांतिक आधार

एरिक्सन का मनोसामाजिक पहचान सिद्धांत बताता है कि युवावस्था में व्यक्ति विभिन्न भूमिकाओं, मूल्यों और भविष्य की संभावनाओं का परीक्षण करता है। सोशल मीडिया इस परीक्षण के लिए विस्तृत मंच प्रदान करता है, क्योंकि युवा अनेक समुदायों, व्यवसायों, जीवन-शैलियों और विचारधाराओं से परिचित होते हैं। मार्सिया की पहचान-स्थिति अवधारणा के अनुसार यह अन्वेषण कभी प्रतिबद्धता की ओर ले जाता है और कभी भूमिका-संशय को बढ़ा सकता है। डिजिटल वातावरण में लगातार बदलती प्रवृत्तियाँ, दर्शक-प्रतिक्रिया और सार्वजनिक तुलना इस प्रक्रिया को तीव्र बनाते हैं।

गॉफमैन का आत्म-प्रस्तुतीकरण दृष्टिकोण सोशल मीडिया को एक ऐसे मंच के रूप में समझने में उपयोगी है जहाँ व्यक्ति दर्शकों के सामने अपनी वांछित छवि प्रस्तुत करता है। प्रोफाइल फोटो, कैप्शन, उपलब्धियों, स्थान, मित्र-सूची और चयनित जीवन-क्षणों के माध्यम से उपयोगकर्ता एक संपादित सामाजिक व्यक्तित्व निर्मित करता है। ऑनलाइन मंच पर संदर्भ-पतन भी होता है, अर्थात परिवार, मित्र, शिक्षक, सहकर्मी और अपरिचित दर्शक एक ही संदेश को देख सकते हैं। इसलिए युवा अलग-अलग दर्शकों के लिए भाषा और छवि को सावधानी से नियंत्रित करते हैं।

फेस्टिंगर का सामाजिक तुलना सिद्धांत स्पष्ट करता है कि व्यक्ति अपने गुणों, उपलब्धियों और जीवन-स्थिति का मूल्यांकन दूसरों से तुलना करके करता है। सोशल मीडिया पर संपादित और आदर्शीकृत सामग्री ऊपर की ओर तुलना को बढ़ाती है, जिससे प्रेरणा भी मिल सकती है और हीनता, ईर्ष्या या असंतोष भी उत्पन्न हो सकता है। मीड और कूली के प्रतीकात्मक अंतःक्रियावादी विचार यह समझाते हैं कि आत्म की धारणा दूसरों की वास्तविक या कल्पित प्रतिक्रिया से बनती है। इस अर्थ में लाइक और टिप्पणी डिजिटल "दर्पण" बन जाते हैं।

सामाजिक पहचान सिद्धांत के अनुसार व्यक्ति स्वयं को विभिन्न समूहों से जोड़कर अर्थ प्राप्त करता है। ऑनलाइन समुदाय भाषा, क्षेत्र, जातीयता, धर्म, लिंग, पेशा, प्रशंसक-संस्कृति और रुचि के आधार पर संबद्धता प्रदान करते हैं। यह जुड़ाव विशेष रूप से उन युवाओं के लिए महत्वपूर्ण हो सकता है जिन्हें स्थानीय परिवेश में समान अनुभव वाले लोग नहीं मिलते। साथ ही एल्गोरिदम समान सामग्री बार-बार दिखाकर रुचियों और विश्वासों को मजबूत कर सकता है, जिससे पहचान का विकास व्यापक भी हो सकता है और संकीर्ण भी।

4. शोध पद्धति

यह अध्ययन द्वितीयक-स्रोत आधारित व्याख्यात्मक एवं आलोचनात्मक साहित्य-संश्लेषण है। इसमें समीक्षित शोध-लेख, पुस्तकें, व्यवस्थित समीक्षाएँ, आधिकारिक रिपोर्टें और भारतीय संदर्भ से संबंधित विश्वसनीय दस्तावेजों का उपयोग किया गया है। मुख्यतः 2005 से 2026 के साहित्य को प्राथमिकता दी गई, जबकि एरिक्सन, गॉफमैन, मीड, कूली, मार्सिया और फेस्टिंगर जैसे आधारभूत सिद्धांतों के पूर्ववर्ती ग्रंथ भी शामिल किए गए। अध्ययन ने लगभग 13 से 29 वर्ष के किशोरों और युवाओं, सोशल मीडिया उपयोग, पहचान, आत्म-अवधारणा, आत्म-प्रस्तुतीकरण और सामाजिक तुलना से संबंधित स्रोतों को केंद्र में रखा। अप्रमाणित ब्लॉग, स्रोत-विहीन सामग्री तथा पहचान से असंबंधित सामान्य इंटरनेट उपयोग को बाहर रखा गया।

स्रोतों से प्राप्त सामग्री को पहचान-अन्वेषण, प्रामाणिकता, आत्म-प्रस्तुतीकरण, सामाजिक तुलना, दर्शक-प्रतिक्रिया, मंचीय विशेषता, मानसिक कल्याण, सांस्कृतिक संदर्भ और डिजिटल असमानता जैसे विषयों में वर्गीकृत किया गया। इसके बाद वैश्विक निष्कर्षों और भारतीय सामाजिक परिस्थितियों का तुलनात्मक विश्लेषण किया गया। यह पद्धति कारणात्मक प्रभाव का दावा नहीं करती; इसका उद्देश्य उपलब्ध साक्ष्य की व्याख्या, अंतर्विरोधों की पहचान और बहुस्तरीय निष्कर्ष प्रस्तुत करना है।

5. विश्लेषण एवं विमर्श

5.1 आत्म-प्रस्तुतीकरण और मंचीय दृश्यता

सोशल मीडिया ने आत्म-प्रस्तुतीकरण को सार्वजनिक, स्थायी, खोजयोग्य और मापनीय बना दिया है। युवा यह चुनते हैं कि कौन-सी तस्वीर साझा करनी है, किन उपलब्धियों को प्रमुख बनाना है, किन विचारों को व्यक्त करना है और किन अनुभवों को छिपाना है। यह चयन केवल व्यक्तिगत पसंद नहीं होता; परिवार, मित्र-वर्ग, स्थानीय संस्कृति, संभावित नियोक्ता और मंचीय लोकप्रियता भी इसे प्रभावित करते हैं। प्रामाणिक आत्म-प्रस्तुतीकरण युवाओं को अपनी रुचि और मूल्य स्पष्ट करने में सहायता कर सकता है, जबकि लगातार आदर्श छवि बनाए रखने का दबाव वास्तविक और प्रस्तुत स्व के बीच दूरी पैदा कर सकता है।

मंचीय डिजाइन इस प्रक्रिया में सक्रिय भूमिका निभाता है। फॉलोअर संख्या, सत्यापन-चिह्न, वायरल प्रवृत्तियाँ और अनुशंसा-एल्गोरिदम दृश्यता को असमान रूप से वितरित करते हैं। जिस सामग्री को अधिक प्रतिक्रिया मिलती है, उपयोगकर्ता उसी प्रकार की सामग्री दोहराने लग सकता है। इससे पहचान का सार्वजनिक रूप दर्शकों की अपेक्षाओं के अनुरूप ढलता है। अतः डिजिटल पहचान केवल व्यक्ति का स्वतंत्र निर्माण नहीं, बल्कि व्यक्ति, दर्शक और मंचीय संरचना के बीच संबंधपरक परिणाम है।

5.2 सामाजिक तुलना, प्रतिक्रिया और आत्म-मूल्य

सोशल मीडिया पर दूसरों की उपलब्धियाँ, यात्राएँ, सौंदर्य, संबंध और जीवन-शैली प्रायः चयनित तथा संपादित रूप में दिखाई जाती हैं। जब युवा इन प्रस्तुतियों की तुलना अपने सामान्य दैनिक जीवन से करते हैं, तो तुलना असमान हो जाती है। ऊपर की ओर तुलना कभी प्रेरणा, लक्ष्य-निर्धारण और कौशल-विकास को बढ़ाती है; परंतु बार-बार होने वाली तुलना आत्म-संतोष घटा सकती है। विशेष रूप से रूप-रंग, शरीर-छवि, उपभोग और लोकप्रियता से जुड़ी सामग्री युवा महिलाओं और पुरुषों दोनों पर दबाव डाल सकती है, हालांकि लिंग-मानदंड इसके रूप को भिन्न बनाते हैं।

लाइक और टिप्पणियाँ त्वरित सामाजिक संकेत प्रदान करती हैं। सकारात्मक प्रतिक्रिया आत्मविश्वास और अपनापन बढ़ा सकती है, जबकि कम प्रतिक्रिया या सार्वजनिक आलोचना निराशा पैदा कर सकती है। समस्या तब बढ़ती है जब युवा इन संकेतकों को आत्म-मूल्य का प्रमाण मानने लगते हैं। फिर भी कारण और परिणाम की दिशा सरल नहीं है; पहले से चिंतित, अकेले या कम आत्मसम्मान वाले युवा अधिक समस्याग्रस्त उपयोग की ओर भी जा सकते हैं। इसलिए सोशल मीडिया को एकमात्र कारण मानना तकनीकी-नियतिवाद होगा।

5.3 पहचान-अन्वेषण और सामाजिक अवसर

सोशल मीडिया युवाओं को नई भूमिकाओं और संभावित भविष्य की कल्पना करने का अवसर देता है। शैक्षिक सामग्री, पेशेवर नेटवर्क, रचनात्मक समुदाय, भाषा-समूह और कौशल-आधारित मंच ज्ञान तथा आत्मविश्वास बढ़ा सकते हैं। छोटे शहरों और ग्रामीण क्षेत्रों के युवाओं के लिए विशेषज्ञों, छात्रवृत्तियों, रोजगार-सूचना और समान रुचि वाले साथियों तक पहुँच विशेष महत्व रखती है। डिजिटल सहभागिता से युवा लेखन, कला, संगीत, उद्यमिता, सामाजिक अभियान और नेतृत्व जैसी क्षमताएँ सार्वजनिक रूप से प्रदर्शित कर सकते हैं।

ऑनलाइन समुदाय सामाजिक समर्थन भी प्रदान करते हैं। जिन अनुभवों पर स्थानीय वातावरण में खुलकर चर्चा कठिन हो, उनके लिए सुरक्षित और संयमित डिजिटल समूह अपनापन दे सकते हैं। परंतु अवसर तभी रचनात्मक बनते हैं जब उपयोगकर्ता स्रोत-जाँच, गोपनीयता, सहमति, दर्शक-चयन और आलोचनात्मक डिजिटल साक्षरता के साथ मंच का उपयोग करे। सक्रिय और उद्देश्यपूर्ण सहभागिता के परिणाम निष्क्रिय स्क्रॉलिंग से भिन्न होते हैं।

5.4 जोखिम, असमानताएँ और पहचान-व्यथा

साइबरबुलिंग, ट्रोलिंग, बहिष्करण, सार्वजनिक अपमान, गोपनीयता-भंग और संदर्भ-पतन युवा पहचान-सुरक्षा को प्रभावित कर सकते हैं। डिजिटल सामग्री की स्थायित्व और पुनरुत्पादकता के कारण एक गलती लंबे समय तक दिखाई दे सकती है। लगातार उपलब्ध रहने की अपेक्षा नींद, एकाग्रता और भावनात्मक संतुलन पर दबाव डालती है। लोकप्रियता की प्रतिस्पर्धा आत्म-अभिव्यक्ति को बाहरी मान्यता की खोज में बदल सकती है और वास्तविक तथा आदर्श स्व के बीच दूरी बढ़ा सकती है।

डेटा-व्यापार और निगरानी भी महत्वपूर्ण समाजशास्त्रीय प्रश्न हैं। उपयोगकर्ता की गतिविधि को उपभोक्ता-प्रोफाइल में बदलकर मंच उसे विशेष सामग्री और विज्ञापन दिखाता है। इससे पसंद और पहचान केवल व्यक्त नहीं होती, बल्कि व्यावसायिक रूप से आकार भी दी जाती है। डिजिटल असमानता के कारण सभी युवाओं को समान उपकरण, निजी स्थान, उच्च गुणवत्ता का इंटरनेट या स्वतंत्र उपयोग नहीं मिलता। इसलिए लाभ और जोखिम वर्ग, लिंग, क्षेत्र और पारिवारिक नियंत्रण के अनुसार असमान रूप से वितरित होते हैं।

5.5 भारतीय सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भ

भारतीय समाज में युवा डिजिटल पहचान स्थानीय परंपराओं और वैश्विक डिजिटल संस्कृति के संवाद से बनती है। हिंदी और क्षेत्रीय भाषाओं में सामग्री-निर्माण स्थानीय पहचान को दृश्यता देता है, जबकि वैश्विक दृश्य शैली, अंग्रेजी शब्दावली, लोकप्रिय संगीत और अंतरराष्ट्रीय प्रवृत्तियाँ संकर पहचान का निर्माण करती हैं। युवा एक ही पोस्ट में क्षेत्रीय हास्य, धार्मिक-सांस्कृतिक प्रतीक, आधुनिक फैशन और पेशेवर आकांक्षा को जोड़ सकते हैं। इसलिए पश्चिमी नमूनों से प्राप्त निष्कर्षों को भारतीय संदर्भ में यथावत लागू करना उचित नहीं है।

परिवार-केंद्रितता और सामुदायिक प्रतिष्ठा सार्वजनिक अभिव्यक्ति की सीमाएँ तय करती हैं। अनेक युवा परिवार, मित्र, कॉलेज और पेशेवर दर्शकों के लिए अलग-अलग छवियाँ बनाए रखते हैं, पर संदर्भ-पतन इन सीमाओं को कमजोर कर सकता है। लड़कियों और लड़कों की उपकरण-स्वामित्व, गोपनीयता और स्वतंत्र उपयोग की स्थितियाँ कई परिवारों में भिन्न रहती हैं। जाति, वर्ग, भाषा और क्षेत्रीयता भी यह निर्धारित करते हैं कि किसकी आवाज़ अधिक दिखाई देती है और किसे ऑनलाइन उत्पीड़न का अधिक जोखिम है।

शिक्षा, रोजगार और प्रतियोगी परीक्षाओं से जुड़ी आकांक्षाएँ भारतीय युवाओं के डिजिटल व्यवहार का विशिष्ट पक्ष हैं। प्रोफाइल अब मित्रता के साथ-साथ कौशल, प्रमाणपत्र, उपलब्धि और रोजगार-योग्यता का प्रदर्शन भी करती है। यह अवसर प्रदान करता है, पर सफलता की निरंतर प्रदर्शनी असफलता या बेरोजगारी

से जूझ रहे युवाओं में दबाव बढ़ा सकती है। भारतीय संदर्भ का संतुलित विश्लेषण तभी संभव है जब बहुभाषिकता, ग्रामीण-शहरी अंतर, पारिवारिक संबंध और डिजिटल अर्थव्यवस्था को एक साथ देखा जाए।

5.6 डिजिटल पहचान, मानसिक कल्याण और कारणात्मक जटिलता

युवा पहचान और मानसिक कल्याण के संबंध में उपलब्ध साहित्य मिश्रित निष्कर्ष प्रस्तुत करता है। कुछ अध्ययनों में अत्यधिक या समस्याग्रस्त उपयोग को चिंता, अवसाद, कम आत्मसम्मान, नींद में बाधा और शरीर-छवि संबंधी असंतोष से जोड़ा गया है, परंतु छोटे प्रभाव-आकार और व्यक्तिगत भिन्नताएँ यह संकेत देती हैं कि सभी युवाओं पर समान परिणाम लागू नहीं होते। सामग्री का प्रकार, उपयोग का उद्देश्य, सामाजिक समर्थन, ऑफलाइन संबंध, पूर्व मानसिक स्थिति और उपयोगकर्ता की सक्रियता महत्वपूर्ण मध्यस्थ हैं। उदाहरणतः किसी सहायक समुदाय में सक्रिय संवाद अपनापन बढ़ा सकता है, जबकि उसी समय आदर्शीकृत सामग्री को निष्क्रिय रूप से देखते रहना असंतोष बढ़ा सकता है। इसलिए "सोशल मीडिया अच्छा है या बुरा" जैसा द्विआधारी प्रश्न समाजशास्त्रीय वास्तविकता को सरल बना देता है।

कारणात्मक दिशा भी सावधानी से समझी जानी चाहिए। समस्याग्रस्त उपयोग मानसिक परेशानी को बढ़ा सकता है, पर पहले से अकेलापन, सामाजिक चिंता या पहचान-संशय अनुभव कर रहे युवा ऑनलाइन प्रतिक्रिया और समुदाय की ओर अधिक आकर्षित भी हो सकते हैं। इस द्विदिश संबंध को समझने के लिए भारतीय युवाओं पर अनुदैर्ध्य, बहुभाषिक और बहुपद्धतिगत अनुसंधान आवश्यक है। स्व-रिपोर्ट के साथ वास्तविक उपयोग-डेटा, साक्षात्कार और संदर्भगत अवलोकन का संयोजन अधिक विश्वसनीय चित्र प्रस्तुत कर सकता है, बशर्ते सहमति, गोपनीयता और डेटा-सुरक्षा का कठोर पालन किया जाए।

6. प्रमुख निष्कर्ष

अध्ययन से पाँच प्रमुख निष्कर्ष सामने आते हैं। पहला, उपयोग की गुणवत्ता और शैली कुल समय से अधिक महत्वपूर्ण है; सक्रिय, रचनात्मक और प्रामाणिक सहभागिता के परिणाम निष्क्रिय तुलना से भिन्न होते हैं। दूसरा, डिजिटल पहचान संबंधपरक और मंच-निर्भर है, क्योंकि दर्शक, प्रतिक्रिया और एल्गोरिदम आत्म-प्रस्तुतीकरण को आकार देते हैं। तीसरा, प्रभाव द्विदिश और व्यक्ति-विशिष्ट है; पूर्ववर्ती संवेदनशीलता उपयोग और परिणाम दोनों को प्रभावित करती है। चौथा, भारतीय सांस्कृतिक संदर्भ निर्णायक है, क्योंकि भाषा, परिवार, लिंग, वर्ग और क्षेत्र अनुभवों में अंतर लाते हैं। पाँचवाँ, केवल प्रतिबंध पर्याप्त नहीं; डिजिटल साक्षरता, सामाजिक समर्थन, सुरक्षित डिजाइन और प्रमाण-आधारित नीति का संयुक्त मॉडल आवश्यक है।

सारणी 1: सोशल मीडिया और युवा पहचान के प्रमुख तंत्र

तंत्र	संभावित अवसर	प्रमुख जोखिम	भारतीय संदर्भ
आत्म-प्रस्तुतीकरण	रचनात्मक अभिव्यक्ति और पहचान की स्पष्टता	आदर्श छवि का दबाव	परिवार और समुदाय की अपेक्षाएँ
सामाजिक तुलना	प्रेरणा और लक्ष्य-निर्धारण	हीनता, ईर्ष्या और असंतोष	शिक्षा, रोजगार और उपभोग की प्रतिस्पर्धा
दर्शक-प्रतिक्रिया	समर्थन और अपनापन	बाहरी मान्यता पर निर्भरता	संदर्भ-पतन और प्रतिष्ठा का दबाव
एल्गोरिदमिक दृश्यता	नई सामग्री और समुदायों तक पहुँच	प्रतिध्वनि-कक्ष तथा व्यावसायिक निगरानी	भाषाई तथा क्षेत्रीय असमान दृश्यता

7. सुझाव

युवाओं को उद्देश्यपूर्ण उपयोग, समय-सीमा, गोपनीयता-सेटिंग, स्रोत-जाँच और सामाजिक तुलना के प्रति जागरूकता विकसित करनी चाहिए। उन्हें प्रतिक्रिया-सूचकों को आत्म-मूल्य का अंतिम प्रमाण न मानते हुए ऑनलाइन तथा ऑफलाइन संबंधों के बीच संतुलन बनाना चाहिए। परिवारों को दंडात्मक निगरानी के स्थान पर संवाद, विश्वास और सहमति-आधारित सीमाएँ अपनानी चाहिए। अभिभावकों का स्वयं संतुलित डिजिटल व्यवहार युवा के लिए अधिक प्रभावी उदाहरण बन सकता है।

विद्यालयों और महाविद्यालयों में डिजिटल नागरिकता, मीडिया साक्षरता, गोपनीयता, एल्गोरिदमिक पक्षपात, साइबरबुलिंग और मानसिक स्वास्थ्य सहायता को पाठ्यक्रम एवं परामर्श व्यवस्था से जोड़ना चाहिए। मंचों को आयु-उपयुक्त डिजाइन, सुरक्षित डिफॉल्ट, पारदर्शी अनुशंसा-प्रणाली, सरल रिपोर्टिंग और उपयोगकर्ता-नियंत्रण उपलब्ध कराने चाहिए। नीति-निर्माताओं को बाल एवं युवा अधिकारों पर आधारित मानक, स्वतंत्र शोध के लिए डेटा-पहुँच और बहुभाषिक भारतीय नमूनों पर दीर्घकालिक अध्ययन को बढ़ावा देना चाहिए।

8. निष्कर्ष

सोशल मीडिया ने युवा पहचान-निर्माण को सार्वजनिक, मापनीय और निरंतर प्रक्रिया में बदल दिया है। यह मंच युवाओं को विचार, कौशल, भाषा, समुदाय और संभावित भविष्य का अन्वेषण करने की अभूतपूर्व क्षमता देता है, पर साथ ही सामाजिक तुलना, लोकप्रियता-दबाव, निगरानी, साइबर उत्पीड़न और असमान

दृश्यता के जोखिम भी उत्पन्न करता है। प्रभाव की दिशा मंच की उपस्थिति से नहीं, बल्कि उपयोग की शैली, दर्शक, सामग्री, व्यक्तिगत संवेदनशीलता और सामाजिक-सांस्कृतिक परिस्थितियों से निर्धारित होती है।

भारतीय युवाओं की डिजिटल पहचान को स्थानीय परंपरा और वैश्विक संस्कृति के बीच विकसित होने वाली संकर पहचान के रूप में समझना चाहिए। स्वस्थ डिजिटल भविष्य के लिए जिम्मेदारी केवल युवा पर नहीं डाली जा सकती। युवा कौशल, पारिवारिक संवाद, संस्थागत सहायता, जिम्मेदार मंच-डिजाइन और अधिकार-आधारित सार्वजनिक नीति का संयोजन आवश्यक है। इस बहुस्तरीय दृष्टिकोण से सोशल मीडिया को प्रतिबंध के विषय के बजाय अधिक न्यायपूर्ण, सुरक्षित और रचनात्मक पहचान-अन्वेषण के माध्यम में परिवर्तित किया जा सकता है।

संदर्भ सूची

- अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन। (2023)। किशोरावस्था में सोशल मीडिया के उपयोग पर स्वास्थ्य परामर्श। एपीए।
- एप्पेल, एच., गेर्लाख, ए. एल., एवं क्रूसियस, जे. (2016)। फेसबुक के उपयोग, सामाजिक तुलना, ईर्ष्या और अवसाद के बीच अंतःक्रिया। करंट ओपिनियन इन साइकोलॉजी, 9, 44–49।
- अवसी, एच., बाम्स, एल., एवं क्रेट्शमर, टी. (2025)। सोशल मीडिया के उपयोग और किशोर पहचान-विकास की एक व्यवस्थित समीक्षा। एडोलेसेंट रिसर्च रिव्यू, 10, 219–236। https://doi.org/10.1007/s40894-024-00251-1
- बॉयड, डी. (2014)। यह जटिल है: नेटवर्क से जुड़े किशोरों का सामाजिक जीवन। येल यूनिवर्सिटी प्रेस।
- एरिक्सन, ई. एच. (1968)। पहचान: युवा और संकट। डब्ल्यू. डब्ल्यू. नॉर्टन।
- फेस्टिंगर, एल. (1954)। सामाजिक तुलना प्रक्रियाओं का एक सिद्धांत। ह्यूमन रिलेशंस, 7(2), 117–140। https://doi.org/10.1177/001872675400700202
- गॉफमैन, ई. (1959)। दैनिक जीवन में आत्म-प्रस्तुतीकरण। डबलडे।
- मार्सिया, जे. ई. (1966)। अहम्-पहचान की अवस्थाओं का विकास और प्रमाणीकरण। जर्नल ऑफ पर्सनैलिटी एंड सोशल साइकोलॉजी, 3(5), 551–558। https://doi.org/10.1037/h0023281
- मिचिक्यान, एम., सुब्रह्मण्यम, के., एवं डेनिस, जे. (2015)। एक चित्र हजार शब्दों के बराबर होता है: विभिन्न जातीय पृष्ठभूमियों वाले उभरते वयस्कों में ऑनलाइन आत्म-प्रस्तुतीकरण का मिश्रित-पद्धति

अध्ययन। आइडेंटिटी, 15(4), 287–308। https://doi.org/10.1080/15283488.2015.1089506

- नेसी, जे., चौकास-ब्रैडली, एस., एवं प्रिंस्टीन, एम. जे. (2018)। सोशल मीडिया के संदर्भ में किशोरों के सहकर्मी संबंधों का रूपांतरण: भाग 1। क्लिनिकल चाइल्ड एंड फैमिली साइकोलॉजी रिव्यू, 21, 267–294।
- ओजर्स, सी. एल., एवं जेन्सेन, एम. आर. (2020)। वार्षिक शोध समीक्षा: डिजिटल युग में किशोर मानसिक स्वास्थ्य। जर्नल ऑफ चाइल्ड साइकोलॉजी एंड साइकियाट्री, 61(3), 336–348।
- पेरेज़-टोरेस, वी. (2024)। सोशल मीडिया: किशोरावस्था के दौरान पहचान-विकास का एक डिजिटल सामाजिक दर्पण। करंट साइकोलॉजी। https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z
- साला, ए., पोरकारो, एल., एवं गोमेज़, ई. (2024)। सोशल मीडिया का उपयोग तथा किशोरों का मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण: एक व्यापक समीक्षा। कम्प्यूटर्स इन ह्यूमन बिहेवियर रिपोर्ट्स, 14, 100404। https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404
- यूनिसेफ इंडिया। (2019)। मेरी डिजिटल डायरी: भारत के युवाओं के लिए डिजिटल सुरक्षा मार्गदर्शिका। यूनिसेफ।
- वाल्केनबर्ग, पी. एम., मेयर, ए., एवं बेयन्स, आई. (2022)। सोशल मीडिया का उपयोग और किशोर मानसिक स्वास्थ्य पर इसका प्रभाव: एक व्यापक समीक्षा। करंट ओपिनियन इन साइकोलॉजी, 44, 58–68। https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017
- विश्व स्वास्थ्य संगठन, यूरोप क्षेत्रीय कार्यालय। (2024)। किशोरों के सोशल मीडिया उपयोग और गेमिंग पर केंद्रित अध्ययन: एचबीएससी अंतरराष्ट्रीय रिपोर्ट 2021/2022, खंड 6। विश्व स्वास्थ्य संगठन।
- वी आर सोशल एवं मेल्टवॉटर। (2025)। डिजिटल 2025: भारत। डेटारिपोर्टल।

Cite this article as: *नैन, लता, डिजिटल युग में युवाओं की पहचान-निर्माण प्रक्रिया पर सोशल मीडिया का प्रभाव: भारतीय संदर्भ में एक समाजशास्त्रीय अध्ययन, Int. J. Sci. Info. April, 2024, 2 (1), 1-10*

Source of support: Nil, Conflict of interest: None Declared