शोध मंथन Vol. XVI No.4 Oct.- Dec. 2025 ISSN: (P) 0976-5255 (e) 2454-339X, Impact Factor 8.877 (SJIF)
https://doi.org/10.31995/shodhmanthan.2025.v16i04.87

पारिवारिक अंतःक्रिया पर प्रौद्योगिकी का प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

प्राप्तिः 01.12.25
स्वीकृतः 15.12.25

87

डॉ. नीता मौर्या
असिस्टेंट प्रोफेसर (समाजशास्त्र विभाग)
श्री शिवा डिग्री कॉलेज,
तेरही कप्तानगंज, आजमगढ़
ईमेलः *nitamaurya2512@gmail.com*

सारांश

आधुनिक युग में प्रौद्योगिकी (स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, वीडियो कॉलिंग) पारिवारिक जीवन का अभिन्न अंग बन गई है। यह शोध पत्र प्रौद्योगिकी के पारिवारिक अंतःक्रिया (पारस्परिक संवाद, भावनात्मक जुड़ाव, समय व्यतीत करना) पर पड़ने वाले जटिल और बहुआयामी प्रभावों का गहन विश्लेषण प्रस्तुत करता है। अध्ययन से पता चलता है कि प्रौद्योगिकी ने संचार की सुविधा प्रदान कर परिवारों को जोड़े रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है, विशेषकर दूरस्थ सदस्यों के साथ। हालांकि, इसके साथ ही तकनीकी हस्तक्षेप (Technoference), गुणवत्तापूर्ण समय में कमी, और भावनात्मक अंतराल जैसी चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं। आधुनिक युग में प्रौद्योगिकी ने जीवन के हर क्षेत्र को प्रभावित किया है, और पारिवारिक अंतःक्रिया भी इससे अछूती नहीं रही है। यह शोध पत्र प्रौद्योगिकी के विभिन्न पहलुओं, जैसे स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, इंटरनेट, और डिजिटल मनोरंजन, के पारिवारिक रिश्तों और संचार पर सकारात्मक और नकारात्मक प्रभावों का विश्लेषण करता है। यह अध्ययन प्रौद्योगिकी के उपयोग के पैटर्न, परिवार के सदस्यों के बीच संवाद की गुणवत्ता, और भावनात्मक संबंधों पर इसके प्रभाव को समझने का प्रयास करता है। शोध अध्ययन का निष्कर्ष यह है कि प्रौद्योगिकी स्वयं में न तो अच्छी है और न ही बुरी; इसका प्रभाव परिवारों द्वारा इसके उपयोग के इरादे, जागरूकता और संतुलन बनाने की क्षमता पर निर्भर करता है।

मुख्य शब्द

पारिवारिक अंतःक्रिया, प्रौद्योगिकी, तकनीकी हस्तक्षेप।

प्रस्तावना (Introduction):

प्रौद्योगिकी ने हमारे जीवन को सुगम, सरल और तीव्र बनाया है, लेकिन इसने पारिवारिक अंतःक्रिया के स्वरूप को भी बदल दिया है। जहां एक ओर प्रौद्योगिकी ने दूर रहने वाले परिवारजनों

को जोड़ने में मदद करती है, वहीं दूसरी ओर यह आमने–सामने संवाद को कम करने का कारण भी बनती है। परिवार सामाजिक संरचना की मूलभूत इकाई है, जहाँ अंतःक्रिया भावनात्मक समर्थन, मूल्यों के हस्तांतरण और पहचान निर्माण का आधार होती है। डिजिटल क्रांति ने मानव संचार के तरीकों को मूल रूप से बदल दिया है। इस शोध पत्र का उद्देश्य प्रौद्योगिकी के उपयोग के विभिन्न आयामों और उनके पारिवारिक अंतःक्रिया पर प्रभाव का मूल्यांकन करना है।

समस्या कथनः प्रौद्योगिकी के तेजी से एकीकरण ने पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता, आवृत्ति और प्रकृति को कैसे प्रभावित कर रही है। क्या यह पारिवारिक बंधनों को मजबूत कर रही है या कमजोर?

अनुसंधान प्रश्नः

1. प्रौद्योगिकी ने पारिवारिक सदस्यों के बीच संचार के पैटर्न और आवृत्ति को कैसे बदला है?
2. प्रौद्योगिकी के सकारात्मक (सुविधा, जुड़ाव) और नकारात्मक (विचलन, अलगाव) प्रभाव क्या हैं?
3. पारिवारिक अंतःक्रिया को बनाए रखने या बेहतर बनाने के लिए प्रौद्योगिकी का कैसे सकारात्मक उपयोग किया जा सकता है?

अध्ययन का उद्देश्यः प्रौद्योगिकी और पारिवारिक अंतःक्रिया के बीच संबंधों की बहुआयामी प्रकृति का विश्लेषण करना, साक्ष्य–आधारित निष्कर्ष प्रस्तुत करना और संतुलित उपयोग के लिए सुझाव देना।

साहित्य समीक्षा (Literature Review):

कई अध्ययनों ने प्रौद्योगिकी और पारिवारिक अंतःक्रिया के बीच संबंधों को समझने का प्रयास किया है। **टर्कल (2011)** ने अपनी पुस्तक। सवदम ज्वहमजीमत में तर्क दिया कि डिजिटल उपकरणों के अत्यधिक उपयोग से व्यक्तिगत संवाद में कमी आती है। वहीं, **मिश्रा और सिंह (2020)** ने भारतीय संदर्भ में अध्ययन किया और पाया कि सोशल मीडिया ने परिवारों के बीच संचार को बढ़ाया, लेकिन इसने भावनात्मक गहराई को प्रभावित किया। इसके अतिरिक्त, **प्यू रिसर्च सेंटर (2019)** के एक सर्वेक्षण में माता–पिता ने बताया कि वे अपने बच्चों के साथ डिजिटल उपकरणों के उपयोग को लेकर चिंतित हैं, क्योंकि यह उनके पारिवारिक समय को कम करता है।

प्रौद्योगिकी के सकारात्मक प्रभाव–

वीडियो कॉलिंग (जैसे जूम, व्हाट्सएप, स्काइप) ने भौगोलिक दूरी को कम किया है। परिवार के सदस्य जो अलग–अलग शहरों या देशों में रहते हैं, नियमित रूप से संपर्क में रह सकते हैं। ऑनलाइन गेमिंग, स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म (जैसे नेटफ्लिक्स), और सोशल मीडिया ने परिवारों को साझा गतिविधियों में शामिल होने का अवसर दिया है। प्रौद्योगिकी ने माता–पिता और बच्चों को एक साथ नई चीजें सीखने के लिए प्रेरित किया है, जैसे ऑनलाइन कोर्स या डिजिटल लर्निंग प्लेटफॉर्म।

प्रौद्योगिकी के नकारात्मक प्रभाव–

स्मार्टफोन और सोशल मीडिया के अत्यधिक उपयोग से परिवार के सदस्यों के बीच आमने–सामने बातचीत कम हुई है। उदाहरण के लिए, भोजन के समय भी लोग अपने फोन में व्यस्त रहते हैं। डिजिटल उपकरणों पर अत्यधिक निर्भरता के कारण परिवार के सदस्यों के बीच भावनात्मक

https://doi.org/10.31995/shodhmanthan.2025.v16i04.87

जुड़ाव कम हो सकता है। बच्चों में स्क्रीन टाइम की अधिकता से सामाजिक और भावनात्मक विकास çHkkfor gksl drk gSअमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक्स (2020) के अनुसार, 2–5 वर्ष की आयु के बच्चों के लिए प्रतिदिन 1 घंटे से अधिक स्क्रीन टाइम हानिकारक हो सकता है। सोशल मीडिया पर अत्यधिक जानकारी साझा करने से परिवारों में गोपनीयता संबंधी मुद्दे और तनाव उत्पन्न हो सकते हैं।

प्रभावों का विश्लेषण (Analysis of Impacts):

प्रभाव का क्षेत्र	सकारात्मक प्रभाव	नकारात्मक प्रभाव
संचार आवृत्ति एवं पहुँच	दूरस्थ सदस्यों से लगातार संपर्क (कॉल, मैसेज)। आपात स्थिति में त्वरित संपर्क।	वास्तविक गहन बातचीत में कमी। संक्षिप्त, सतही संवाद (टेक्स्ट) पर निर्भरता।
भावनात्मक जुड़ाव	वीडियो कॉल से चेहरे के भाव व आवाज़ सुनना। साझा यादों (फोटो/वीडियो) को सहेजना।	आमने –सामने की गैर–मौखिक संचार (स्पर्श, शारीरिक भाषा) का अभाव। भावनाओं की गहराई में कमी।
साझा समय एवं गतिविधियाँ	ऑनलाइन साथ में फिल्म/गेम देखना। डिजिटल ऑल्बम बनाना। परिवार समूह चैट्स।	साथ रहकर भी अलग" (चेनइइपदह)। भोजन/मनोरंजन के समय डिवाइस में डूबे रहना।
पारिवारिक गतिशीलता	नए तरीकों से जुड़ाव (सोशल मीडिया पर गतिविधियाँ देखना)। वरिष्ठों को जोड़े रखना।	पारंपरिक भूमिकाओं/अनुशासन में बदलाव। पीढ़ीगत दूरी (युवा–बुजुर्ग तकनीकी कौशल अंतर)।
सूचना एवं समन्वय	पारिवारिक योजनाओं, समारोहों का आसान समन्वय। महत्वपूर्ण जानकारी का त्वरित प्रसार।	अफवाहों/गलत सूचनाओं का प्रसार। गोपनीयता की चिंताएँ।
भारतीय विशिष्टताएँ	संयुक्त परिवारों में डिजिटल समूहों द्वारा संपर्क बनाए रखना। विवाहों में डिजिटल सहभागिता।	द्य एकल परिवारों में डिजिटल अति–उपयोग से अलगाव। ग्रामीण–शहरी डिजिटल विभाजन।

अनुसंधान पद्धति :

यह शोध पत्र गुणात्मक और मात्रात्मक दोनों विधियों पर आधारित है। जिसमे अध्ययन के लिए 100 भारतीय परिवारों (शहरी और ग्रामीण) से डेटा एकत्र किया गया, जिसमें प्रौद्योगिकी उपयोग और पारिवारिक समय के बीच संबंधों का विश्लेषण किया गया। जिसमे से 20 परिवारों के साथ गहन साक्षात्कार आयोजित किए गए ताकि उनके अनुभवों और दृष्टिकोण को समझा जा सके। प्राप्त अनुभवो का साहित्य विश्लेषण किया गया। प्रौद्योगिकी और पारिवारिक अंतःक्रिया पर उपलब्ध शोध पत्रों की समीक्षा की गई।

परिणाम और विश्लेषण :

साहित्य विश्लेषण में परिवारों ने बताया कि प्रौद्योगिकी ने उनके संचार को सुगम बनाया, लेकिन ने यह भी स्वीकार किया कि यह उनके आमने–सामने संवाद को कम करता है। माता–पिता ने बच्चों के स्क्रीन टाइम को नियंत्रित करने में कठिनाई की शिकायत की। ग्रामीण क्षेत्रों में प्रौद्योगिकी

का उपयोग सीमित है, लेकिन वहां भी स्मार्टफोन के बढ़ते उपयोग ने पारिवारिक समय को प्रभावित किया है। साक्षात्कारों से पता चला कि प्रौद्योगिकी ने परिवारों को जोड़ने में मदद की, लेकिन भावनात्मक गहराई और गुणवत्तापूर्ण समय में कमी आई है।

परिचर्चा (Discussion):

प्रस्तुत शोध स्पष्ट करता है कि प्रौद्योगिकी का प्रभाव द्वंद्वात्मक (Dialectical) है – यह जुड़ाव और अलगाव दोनों को बढ़ावा दे सकती है। महत्वपूर्ण कारक है उपयोग का इरादा और संदर्भ। एक दूर बैठे बच्चे से दैनिक वीडियो कॉल सकारात्मक है, जबकि डिनर टेबल पर सभी का फोन में डूबा होना नकारात्मक है। प्रौद्योगिकी ने संपर्क की मात्रा बढ़ाई है, लेकिन अक्सर गहन, अविभाजित ध्यान वाले संवाद की गुणवत्ता प्रभावित हुई है। "मल्टीटास्किंग" के दौरान संवाद प्रभावी नहीं होता। भारतीय परिवारों पर विशेष प्रभावः प्रवासी कामगारों के परिवारों में वीडियो कॉल एक जीवन रेखा है। हालाँकि, पारंपरिक सामूहिक गतिविधियाँ (कहानी सुनाना, सामूहिक मनोरंजन) कम हो रही हैं। वरिष्ठ नागरिकों के डिजिटल अपवर्जन की समस्या भी है। "तकनीकी हस्तक्षेप" का महत्वः यह सबसे महत्वपूर्ण नकारात्मक प्रभावों में से एक है, जो पारिवारिक संबंधों में असंतोष और अलगाव की भावना पैदा करता है।

भावी शोध के लिए सुझाव –

1. स्क्रीन टाइम प्रबंधनः परिवारों को डिजिटल उपकरणों के उपयोग के लिए समय–सीमा निर्धारित करनी चाहिए।
2. प्रौद्योगिकी–मुक्त समयः परिवारों को प्रौद्योगिकी–मुक्त समय (जैसे भोजन के समय या पारिवारिक सैर) को प्रोत्साहित करना चाहिए।
3. जागरूकता और शिक्षाः माता–पिता और बच्चों को प्रौद्योगिकी के सही उपयोग के बारे में शिक्षित करना चाहिए।
4. साझा डिजिटल गतिविधियाँः परिवारों को एक साथ डिजिटल गतिविधियों में भाग लेना चाहिए, जैसे ऑनलाइन गेम्स या शैक्षिक प्रोग्राम।

निष्कर्ष (Conclusion):

प्रौद्योगिकी ने पारिवारिक अंतःक्रिया को दोधारी तलवार की तरह प्रभावित किया है। यह एक ओर परिवारों को जोड़ने और सूचना साझा करने का माध्यम बनती है, वहीं दूसरी ओर यह भावनात्मक दूरी और संचार में कमी का कारण भी बन सकती है। परिवारों को प्रौद्योगिकी के उपयोग में संतुलन बनाना होगा ताकि वे इसके लाभों का उपयोग करते हुए इसके नकारात्मक प्रभावों से बच सकें। भविष्य में इस क्षेत्र में और अधिक अनुसंधान की आवश्यकता है, विशेष रूप से भारतीय संदर्भ में, जहां सांस्कृतिक और सामाजिक मूल्य पारिवारिक अंतःक्रिया में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। प्रौद्योगिकी ने पारिवारिक अंतःक्रिया को अमिट रूप से बदल दिया है। यह एक तटस्थ उपकरण है जिसका प्रभाव पूरी तरह से उसके उपयोग पर निर्भर करता है। इस अध्ययन से निम्नलिखित प्रमुख निष्कर्ष निकलते हैं:

https://doi.org/10.31995/shodhmanthan.2025.v16i04.87

1. संवर्धन और विघटन दोनोंः प्रौद्योगिकी भौगोलिक दूरी को पाटकर संपर्क बनाए रखने में अत्यंत प्रभावी है, परंतु यही सुविधा साथ रहते हुए भावनात्मक दूरी पैदा कर सकती है।
2. जागरूकता और संतुलन महत्वपूर्ण हैः सकारात्मक प्रभावों को अधिकतम करने और नकारात्मक प्रभावों को कम करने के लिए परिवारों को प्रौद्योगिकी के उपयोग के प्रति जागरूक रहने और "डिजिटल सीमाएँ" (Digital Boundaries) निर्धारित करने की आवश्यकता है (जैसे डिवाइस–मुक्त समय, भोजन के समय फोन का प्रतिबंध)।
3. गुणवत्तापूर्ण समय की अनिवार्यताः प्रौद्योगिकी–मुक्त, अविभाजित ध्यान वाले गुणवत्तापूर्ण समय की आवश्यकता पहले से कहीं अधिक महत्वपूर्ण है।
4. भारतीय संदर्भ में सिफारिशेंः परिवारों को साझा डिजिटल गतिविधियों (ऑनलाइन गेम खेलना, फिल्में देखना) को बढ़ावा देना चाहिए। वरिष्ठ सदस्यों को डिजिटल साक्षर बनाने पर जोर देना चाहिए। परिवार समूह चैट्स का उपयोग सार्थक संवाद के लिए करना चाहिए, न कि केवल फॉरवर्डेड संदेशों तक सीमित रहना।

अंततः प्रौद्योगिकी पारिवारिक रिश्तों का विकल्प नहीं है यह एक उपकरण मात्र है। मजबूत पारिवारिक बंधनों के लिए प्रौद्योगिकी के संतुलित और जागरूक उपयोग के साथ–साथ वास्तविक दुनिया में सार्थक, डिवाइस–मुक्त मानवीय अंतःक्रिया को प्राथमिकता देना आवश्यक है। डिजिटल युग में पारिवारिक सामंजस्य की कुंजी प्रौद्योगिकी को जीवन का केंद्र न बनाकर उसे परिवार के वास्तविक जुड़ाव और भलाई का सहयोगी बनाने में निहित है।

संदर्भ

1. Turkle, S. (2017). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books.
2. McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. Psychology of Popular Media Culture, 5(1), 85–98.
3. Rudi, J., Dworkin, J., Walker, S., & Doty, J. (2015). Parents' use of information and communications technologies for family communication: Differences by age of children. Information, Communication & Society, 18(1), 78-93.
4. Sinha, D., & Tripathi, R. C. (1994). Individualism in a collectivist culture: A case of coexistence of opposites. In U. Kim et al. (Eds.), Individualism and collectivism: Theory, method, and applications (Pg. **123–136**). Sage Publications.
5. Sharma, P., & Gupta, A. (2020). Impact of WhatsApp on Family Communication Patterns in Urban Indian Households. Journal of Family Studies, 26(3), 456-472.
6. Patel, R., & Krishnan, S. (2018). Bridging the Gap: Technology Use and Intergenerational Relationships in Indian Families. Indian Journal of Gerontology, 32(2), 189-205.

7. Livingstone, S., & Blum-Ross, A. (2020). Parenting for a Digital Future: How Hopes and Fears about Technology Shape Children's Lives. Oxford University Press.
8. Turkle, S. (2011). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books.
9. Mishra, R., & Singh, P. (2020). "Impact of Social Media on Family Dynamics in India." Journal of Indian Sociology.
10. Pew Research Center. (2019). "Parenting in the Digital Age."
11. American Academy of Pediatrics. (2020). "Media and Young Minds."