

डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों का बदलता स्वरूप: सामाजिक, मनोवैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक परिप्रेक्ष्य में एक अध्ययन

पूजा पल्लवी¹

¹असिस्टेंट प्रोफेसर गृह विज्ञान, ग0प्र0 स्मा0 राजकीय महिला स्ना0 महाविद्यालय, अंबारी, आजमगढ़ उ0प्र0

Received: 26 Dec 2025 Accepted & Reviewed: 28 Dec 2025, Published: 31 December 2025

Abstract

इक्कीसवीं शताब्दी को डिजिटल क्रांति का युग कहा जाता है। सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी, इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, डिजिटल प्लेटफॉर्म तथा ऑनलाइन संचार के तीव्र विस्तार ने मानव जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को प्रभावित किया है। इन परिवर्तनों का सबसे गहरा प्रभाव परिवार संस्था तथा पारिवारिक संबंधों पर देखा जा सकता है। भारतीय समाज में परिवार सदैव सामाजिक, सांस्कृतिक एवं नैतिक मूल्यों के संरक्षण का प्रमुख माध्यम रहा है। परिवार न केवल व्यक्ति के व्यक्तित्व निर्माण का आधार है, बल्कि सामाजिक नियंत्रण, भावनात्मक सुरक्षा, आर्थिक सहयोग तथा सांस्कृतिक हस्तांतरण का भी प्रमुख केंद्र है। किंतु डिजिटल युग के आगमन के साथ पारिवारिक जीवन की संरचना, कार्यप्रणाली तथा सदस्यों के मध्य अंतःक्रियाओं में व्यापक परिवर्तन देखने को मिल रहे हैं। वर्तमान अध्ययन का उद्देश्य डिजिटल तकनीकों के कारण पारिवारिक संबंधों में उत्पन्न परिवर्तनों का समाजशास्त्रीय, मनोवैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक दृष्टिकोण से विश्लेषण करना है। अध्ययन में द्वितीयक स्रोतों पर आधारित वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक शोध पद्धति का प्रयोग किया गया है। विभिन्न शोध-पत्रों, पुस्तकों, सरकारी रिपोर्टों, राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय संगठनों के प्रकाशनों तथा डिजिटल मीडिया से प्राप्त तथ्यों का तुलनात्मक विश्लेषण किया गया है।

अध्ययन से स्पष्ट होता है कि डिजिटल तकनीकों ने पारिवारिक जीवन में अनेक सकारात्मक परिवर्तन भी लाए हैं। दूरस्थ परिवारों के बीच संचार सुगम हुआ है, ऑनलाइन शिक्षा, टेलीमेडिसिन, डिजिटल बैंकिंग तथा कार्य-स्थल की लचीलापन ने परिवारों को नई सुविधाएँ प्रदान की हैं। विदेशों अथवा अन्य शहरों में रहने वाले परिजन वीडियो कॉल, सोशल मीडिया तथा मैसेजिंग प्लेटफॉर्म के माध्यम से निरंतर संपर्क में रह सकते हैं। दूसरी ओर, अत्यधिक स्क्रीन टाइम, सोशल मीडिया की लत, पारिवारिक संवाद में कमी, भावनात्मक दूरी, वैवाहिक तनाव, बच्चों में व्यवहारगत परिवर्तन, साइबर अपराध तथा गोपनीयता संबंधी चुनौतियाँ भी तेजी से बढ़ी हैं। अध्ययन यह भी दर्शाता है कि डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों का स्वरूप पारंपरिक प्रत्यक्ष संवाद से हटकर आभासी संवाद की ओर अग्रसर हुआ है। इससे संबंधों की गुणवत्ता, विश्वास, भावनात्मक निकटता तथा सामाजिक मूल्यों पर दीर्घकालीन प्रभाव पड़ रहा है। विशेष रूप से बच्चों एवं किशोरों के समाजीकरण, बुजुर्गों की सामाजिक भागीदारी तथा पीढ़ियों के मध्य संवाद में नए प्रकार की चुनौतियाँ उभरकर सामने आई हैं। निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि डिजिटल तकनीक स्वयं समस्या नहीं है, बल्कि उसका अनियंत्रित एवं असंतुलित उपयोग पारिवारिक संबंधों को प्रभावित करता है। आवश्यकता इस बात की है कि डिजिटल साक्षरता, डिजिटल अनुशासन, पारिवारिक संवाद, साझा समय, नैतिक मूल्यों तथा संतुलित तकनीकी उपयोग को बढ़ावा दिया जाए ताकि डिजिटल प्रगति एवं स्वस्थ पारिवारिक संबंधों के मध्य संतुलन स्थापित किया जा सके।

मुख्य शब्द— डिजिटल युग, परिवार, पारिवारिक संबंध, सोशल मीडिया, स्मार्टफोन, डिजिटल संचार, परिवार संस्था, स्क्रीन टाइम, डिजिटल साक्षरता, सामाजिक परिवर्तन।

Introduction

परिवार मानव समाज की सबसे प्राचीन, सार्वभौमिक एवं आधारभूत सामाजिक संस्था है। प्रत्येक समाज में परिवार व्यक्ति के जन्म, पालन-पोषण, शिक्षा, समाजीकरण, सांस्कृतिक मूल्यों के हस्तांतरण तथा सामाजिक नियंत्रण का प्रमुख माध्यम रहा है। भारतीय समाज में परिवार केवल जैविक अथवा आर्थिक इकाई नहीं, बल्कि भावनात्मक, सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक जीवन का केंद्र भी माना जाता है। संयुक्त परिवार प्रणाली ने भारतीय समाज को सामाजिक सुरक्षा, सामूहिक उत्तरदायित्व, पारस्परिक सहयोग तथा पीढ़ियों के मध्य ज्ञान के हस्तांतरण का अवसर प्रदान किया है। पिछले दो दशकों में सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी के तीव्र विकास ने सामाजिक जीवन की संरचना को व्यापक रूप से परिवर्तित किया है। इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, क्लाउड कंप्यूटिंग तथा डिजिटल प्लेटफॉर्म के प्रसार ने पारंपरिक जीवन शैली को नई दिशा प्रदान की है। वर्तमान समय में व्यक्ति का अधिकांश समय डिजिटल माध्यमों पर व्यतीत होने लगा है। परिवार के सदस्य एक ही घर में रहते हुए भी प्रायः अपने-अपने मोबाइल उपकरणों में व्यस्त दिखाई देते हैं। परिणामस्वरूप प्रत्यक्ष संवाद, सामूहिक भोजन, पारिवारिक चर्चा एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में कमी देखी जा रही है। डिजिटल युग ने परिवारों के लिए अनेक नए अवसर भी उत्पन्न किए हैं। दूर रहने वाले परिवारजन अब वीडियो कॉल, सोशल मीडिया एवं मैसेजिंग ऐप्स के माध्यम से निरंतर जुड़े रहते हैं। कोविड-19 महामारी के दौरान ऑनलाइन शिक्षा, वर्क फ्रॉम होम तथा डिजिटल स्वास्थ्य सेवाओं ने परिवारों के दैनिक जीवन को सुचारु बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इससे यह स्पष्ट होता है कि डिजिटल तकनीक सामाजिक जीवन के लिए अत्यंत उपयोगी साधन है, बशर्ते उसका संतुलित एवं विवेकपूर्ण उपयोग किया जाए। दूसरी ओर, डिजिटल माध्यमों के अत्यधिक उपयोग ने सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक समस्याओं को भी जन्म दिया है।

परिवार के सदस्यों के बीच संवाद में कमी, अकेलापन, तनाव, अवसाद, वैवाहिक संघर्ष, बच्चों में डिजिटल लत, साइबर बुलिंग, ऑनलाइन गेमिंग तथा सोशल मीडिया पर अत्यधिक निर्भरता जैसी समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। कई शोधों से यह भी ज्ञात हुआ है कि अत्यधिक स्क्रीन टाइम बच्चों की शैक्षणिक उपलब्धि, मानसिक स्वास्थ्य एवं सामाजिक व्यवहार को प्रभावित करता है। भारतीय समाज वर्तमान समय में तीव्र सामाजिक परिवर्तन के दौर से गुजर रहा है। नगरीकरण, औद्योगीकरण, वैश्वीकरण तथा डिजिटलीकरण ने पारिवारिक संरचना एवं कार्यों को पुनर्परिभाषित किया है। संयुक्त परिवारों का स्थान धीरे-धीरे एकल परिवार ले रहे हैं तथा पारिवारिक निर्णयों में डिजिटल माध्यमों की भूमिका निरंतर बढ़ रही है। विवाह, शिक्षा, रोजगार, मनोरंजन तथा सामाजिक संपर्क के स्वरूप में भी व्यापक परिवर्तन दिखाई देते हैं। इसी परिप्रेक्ष्य में वर्तमान शोध का उद्देश्य डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों के बदलते स्वरूप का समग्र विश्लेषण प्रस्तुत करना है, ताकि यह समझा जा सके कि डिजिटल तकनीक परिवार संस्था को किस प्रकार प्रभावित कर रही है तथा भविष्य में स्वस्थ पारिवारिक संबंधों के लिए कौन-सी रणनीतियाँ अपनाई जानी चाहिए।

1.2. अध्ययन की पृष्ठभूमि— विगत तीन दशकों में डिजिटल प्रौद्योगिकी ने विश्व को वैश्विक गाँव में परिवर्तित कर दिया है। इंटरनेट की पहुँच, स्मार्टफोन की उपलब्धता तथा सोशल मीडिया प्लेटफॉर्मों के व्यापक उपयोग ने मानव जीवन की कार्यप्रणाली को मूलतः बदल दिया है। भारत में डिजिटल इंडिया अभियान के बाद इंटरनेट उपयोगकर्ताओं की संख्या में तीव्र वृद्धि हुई, जिससे शिक्षा, बैंकिंग, स्वास्थ्य, प्रशासन तथा सामाजिक संचार के नए आयाम विकसित हुए। परिवार संस्था भी इस परिवर्तन से अछूती नहीं रही। पहले पारिवारिक जीवन प्रत्यक्ष संवाद, सामूहिक निर्णय एवं सांस्कृतिक परंपराओं पर आधारित था, जबकि वर्तमान

समय में अनेक सामाजिक गतिविधियाँ डिजिटल माध्यमों पर स्थानांतरित हो चुकी हैं। ऑनलाइन शिक्षा, ई-कॉमर्स, डिजिटल भुगतान, सोशल नेटवर्किंग तथा वर्चुअल मीटिंग्स अब पारिवारिक जीवन का सामान्य हिस्सा बन चुकी हैं। डिजिटल तकनीक ने समय एवं दूरी की सीमाओं को कम किया है, परंतु इसके साथ ही भावनात्मक दूरी, डिजिटल निर्भरता, निजता का संकट तथा पीढ़ियों के मध्य डिजिटल विभाजन जैसी चुनौतियाँ भी उभरकर सामने आई हैं। विशेष रूप से किशोरों एवं युवाओं में सोशल मीडिया के अत्यधिक उपयोग ने पारिवारिक संवाद को प्रभावित किया है। वहीं बुजुर्गों के लिए डिजिटल तकनीक सीखना एक नई चुनौती के रूप में सामने आया है। इन परिस्थितियों में पारिवारिक संबंधों के बदलते स्वरूप का वैज्ञानिक एवं समाजशास्त्रीय अध्ययन अत्यंत आवश्यक हो जाता है।

1.3. समस्या का प्रतिपादन— डिजिटल तकनीकों के तीव्र प्रसार ने पारिवारिक जीवन में अनेक सकारात्मक सुविधाएँ उपलब्ध कराई हैं, किंतु साथ ही अनेक नई सामाजिक, मनोवैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक चुनौतियाँ भी उत्पन्न की हैं। परिवार के सदस्यों के बीच प्रत्यक्ष संवाद में कमी, डिजिटल उपकरणों पर बढ़ती निर्भरता, बच्चों एवं किशोरों में स्क्रीन टाइम की वृद्धि, दाम्पत्य संबंधों में तनाव, बुजुर्गों का डिजिटल बहिष्करण तथा सोशल मीडिया आधारित संबंधों का विस्तार पारिवारिक संरचना को प्रभावित कर रहा है। समस्या यह है कि डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों के इन परिवर्तनों का समग्र एवं बहुआयामी अध्ययन अपेक्षाकृत कम हुआ है, विशेषकर भारतीय सामाजिक एवं सांस्कृतिक संदर्भ में। इसलिए यह शोध इस प्रश्न का उत्तर खोजने का प्रयास करता है कि डिजिटल तकनीक पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता, संवाद, विश्वास, सहयोग एवं भावनात्मक निकटता को किस प्रकार प्रभावित कर रही है।

1.4. अध्ययन की आवश्यकता एवं महत्व— यह अध्ययन समकालीन सामाजिक परिवर्तन की समझ विकसित करने के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। डिजिटल तकनीक के कारण उत्पन्न पारिवारिक परिवर्तनों का विश्लेषण नीति-निर्माताओं, शिक्षकों, समाजशास्त्रियों, मनोवैज्ञानिकों तथा परिवार परामर्शदाताओं के लिए उपयोगी होगा। अध्ययन के निष्कर्ष डिजिटल साक्षरता, पारिवारिक परामर्श, मानसिक स्वास्थ्य, बाल विकास तथा सामाजिक नीति निर्माण में सहायक सिद्ध हो सकते हैं। यह शोध परिवार संस्था को सुदृढ़ बनाने हेतु व्यवहारिक सुझाव भी प्रस्तुत करेगा।

1.5. अध्ययन के उद्देश्य —

- 1 डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों के बदलते स्वरूप का अध्ययन करना।
- 2 डिजिटल तकनीक के पारिवारिक संवाद पर प्रभाव का विश्लेषण करना।
- 3 सोशल मीडिया एवं स्मार्टफोन के उपयोग का दाम्पत्य संबंधों पर प्रभाव ज्ञात करना।
- 4 बच्चों एवं किशोरों के समाजीकरण पर डिजिटल माध्यमों के प्रभाव का अध्ययन करना।
- 5 बुजुर्गों की भूमिका एवं डिजिटल विभाजन का विश्लेषण करना।
- 6 संयुक्त एवं एकल परिवारों पर डिजिटलीकरण के प्रभावों की तुलना करना।
- 7 डिजिटल तकनीक के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का मूल्यांकन करना।
- 8 स्वस्थ पारिवारिक संबंधों हेतु नीतिगत सुझाव प्रस्तुत करना।

1.6. शोध प्रश्न —

- 1 क्या डिजिटल तकनीक ने पारिवारिक संबंधों की प्रकृति में परिवर्तन किया है?
- 2 क्या सोशल मीडिया पारिवारिक संवाद को प्रभावित कर रहा है?
- 3 क्या अत्यधिक स्क्रीन टाइम भावनात्मक निकटता को कम करता है?

- 4 क्या डिजिटल माध्यमों से परिवारों के बीच संपर्क बेहतर हुआ है?
- 5 डिजिटल युग का बच्चों एवं बुजुर्गों पर क्या प्रभाव पड़ा है?
- 6 डिजिटल अनुशासन पारिवारिक संबंधों को कैसे सुदृढ़ बना सकता है?

1.7. परिकल्पनाएँ—

- 1 डिजिटल तकनीक के अत्यधिक उपयोग से पारिवारिक प्रत्यक्ष संवाद में कमी आती है।
- 2 सोशल मीडिया का बढ़ता उपयोग पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता को प्रभावित करता है।
- 3 संतुलित डिजिटल उपयोग पारिवारिक सहयोग एवं संचार को सुदृढ़ करता है।
- 4 अत्यधिक स्क्रीन टाइम बच्चों के समाजीकरण एवं व्यवहार पर नकारात्मक प्रभाव डालता है।
- 5 डिजिटल साक्षरता का उच्च स्तर पारिवारिक संबंधों को अधिक सकारात्मक बनाता है।

1.8. शोध प्रविधि — वर्तमान अध्ययन गुणात्मक एवं वर्णनात्मक—विश्लेषणात्मक शोध पद्धति पर आधारित है। अध्ययन में मुख्यतः द्वितीयक आँकड़ों का उपयोग किया गया है। आवश्यक सामग्री पुस्तकों, शोध-पत्रों, सूचीबद्ध पत्रिकाओं, सरकारी रिपोर्टों, राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण, राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय, इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय, UNICEF, UNESCO, WHO, Pew Research Center] OECD तथा अन्य प्रामाणिक स्रोतों से संकलित की जाएगी। अध्ययन में विषयवस्तु विश्लेषण, तुलनात्मक विश्लेषण तथा व्याख्यात्मक विश्लेषण का उपयोग किया जाएगा। विभिन्न अध्ययनों के निष्कर्षों का समन्वित विश्लेषण कर डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों के बदलते स्वरूप को समझने का प्रयास किया जाएगा। अध्ययन की वैधता एवं विश्वसनीयता सुनिश्चित करने हेतु विभिन्न स्रोतों के तथ्यों का पारस्परिक सत्यापन किया जाएगा।

1.9 विस्तृत साहित्य समीक्षा — डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों के बदलते स्वरूप का अध्ययन समाजशास्त्र, मनोविज्ञान, मानव विकास, संचार अध्ययन तथा परिवार अध्ययन जैसे अनेक विषयों में किया गया है। सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी, इंटरनेट, सोशल मीडिया, स्मार्टफोन तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता के विस्तार ने परिवार की संरचना, कार्यो तथा सदस्यों के मध्य संबंधों में व्यापक परिवर्तन उत्पन्न किए हैं। इस विषय पर राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अनेक शोध उपलब्ध हैं, जो डिजिटल तकनीक के सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों प्रभावों का विश्लेषण प्रस्तुत करते हैं। प्रस्तुत साहित्य समीक्षा में प्रमुख अध्ययनों का आलोचनात्मक एवं तुलनात्मक विवेचन किया गया है।

1. मैकलुहान (Marshall McLuhan, 1964)— मार्शल मैकलुहान ने अपनी प्रसिद्ध कृति Understanding Media: The Extensions of Man esa "Global Village" की अवधारणा प्रस्तुत की। उनके अनुसार संचार तकनीकें केवल सूचना के आदान-प्रदान का माध्यम नहीं होतीं, बल्कि वे सामाजिक संबंधों, संस्कृति तथा मानवीय व्यवहार को भी परिवर्तित करती हैं। इंटरनेट एवं डिजिटल मीडिया ने विश्व को एक वैश्विक समुदाय में परिवर्तित कर दिया है। पारिवारिक स्तर पर भी तकनीक ने दूरी को कम किया है, किन्तु प्रत्यक्ष संवाद की आवश्यकता को भी सीमित किया है।

2. मैनुएल कैस्टेल्स (Manuel Castells, 1996.2010)— कैस्टेल्स ने The Rise of the Network Society में यह प्रतिपादित किया कि आधुनिक समाज नेटवर्क आधारित समाज (Network Society) बन चुका है। सामाजिक संबंध अब भौतिक उपस्थिति के स्थान पर डिजिटल नेटवर्क पर अधिक आधारित होते जा रहे हैं। परिवार भी इस नेटवर्क संस्कृति का हिस्सा बन चुका है। उन्होंने स्पष्ट किया कि डिजिटल नेटवर्क परिवारों को जोड़ते भी हैं और कभी-कभी सामाजिक अलगाव भी उत्पन्न करते हैं।

3. बैरी वेलमैन एवं सहयोगी (Barry Wellman et al., 2003)— वेलमैन ने इंटरनेट उपयोग और सामाजिक पूँजी पर किए गए अध्ययन में पाया कि डिजिटल संचार परिवार एवं मित्रों के साथ संपर्क बनाए रखने का प्रभावी माध्यम है। उन्होंने इसे "Networked Individualism" की संज्ञा दी। अध्ययन के अनुसार परिवार के सदस्य अधिक स्वतंत्र हो गए हैं, परंतु पारंपरिक सामूहिकता में कमी आई है।
4. टर्कल (Sherry Turkle, 2011)— शैरी टर्कल ने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक *Alone Together* में डिजिटल तकनीकों के मनोवैज्ञानिक प्रभावों का विश्लेषण किया। उनके अनुसार सोशल मीडिया और स्मार्टफोन ने लोगों को घूम साथ हैं, पर वास्तव में अकेले हैं जैसी स्थिति में पहुँचा दिया है। परिवार के सदस्य एक ही घर में रहते हुए भी भावनात्मक रूप से एक-दूसरे से दूर होते जा रहे हैं। यह अध्ययन वर्तमान शोध के लिए अत्यंत प्रासंगिक है क्योंकि यह डिजिटल संचार और भावनात्मक दूरी के संबंध को स्पष्ट करता है।
5. प्यू रिसर्च सेंटर (Pew Research Center, 2015)— प्यू रिसर्च सेंटर द्वारा किए गए अध्ययन में पाया गया कि लगभग 90 प्रतिशत से अधिक परिवार नियमित रूप से स्मार्टफोन का उपयोग करते हैं। अध्ययन में यह भी पाया गया कि मोबाइल फोन परिवारों को संपर्क में बनाए रखने का प्रभावी साधन है, किंतु अत्यधिक उपयोग पारिवारिक वार्तालाप में बाधा उत्पन्न करता है। "Technoference" अर्थात् तकनीकी हस्तक्षेप दाम्पत्य संबंधों एवं माता-पिता तथा बच्चों के संबंधों को प्रभावित करता है।
6. ओईसीडी (OECD, 2019)— OECD की रिपोर्ट *How's Life in the Digital Age?* के अनुसार डिजिटल तकनीक ने जीवन की गुणवत्ता में अनेक सुधार किए हैं, जैसे शिक्षा, स्वास्थ्य एवं रोजगार के अवसरों का विस्तार। वहीं अत्यधिक डिजिटल निर्भरता मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक अलगाव एवं पारिवारिक संबंधों में तनाव का कारण भी बन रही है। रिपोर्ट संतुलित डिजिटल उपयोग की आवश्यकता पर बल देती है।
7. विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO, 2019)— WHO ने बच्चों के स्क्रीन टाइम संबंधी दिशा-निर्देश जारी करते हुए बताया कि अत्यधिक स्क्रीन उपयोग बच्चों के शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक विकास को प्रभावित करता है। कम आयु के बच्चों में प्रत्यक्ष पारिवारिक संवाद एवं खेल गतिविधियाँ डिजिटल माध्यमों की अपेक्षा अधिक महत्वपूर्ण हैं।
8. यूनिसेफ (UNICEF, 2017 एवं 2021)— UNICEF की रिपोर्ट *The State of the World's Children* में बताया गया कि डिजिटल तकनीक बच्चों के लिए शिक्षा एवं सीखने के अवसर प्रदान करती है, परंतु साइबर बुलिंग, ऑनलाइन शोषण, डिजिटल लत एवं मानसिक तनाव जैसी समस्याएँ भी उत्पन्न करती है। रिपोर्ट में अभिभावकों की सक्रिय भूमिका एवं डिजिटल मार्गदर्शन की आवश्यकता बताई गई है।
9. यूनेस्को (UNESCO, 2023)— यूनेस्को की *Global Education Monitoring Report* के अनुसार डिजिटल शिक्षा ने परिवारों की भूमिका में परिवर्तन किया है। कोविड-19 महामारी के दौरान अभिभावक शिक्षा प्रक्रिया के सक्रिय सहभागी बने। साथ ही यह भी पाया गया कि डिजिटल असमानता निम्न आय वर्ग के परिवारों के लिए नई चुनौती बनकर उभरी।
10. भारत सरकार — इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय— डिजिटल इंडिया कार्यक्रम के अंतर्गत प्रस्तुत रिपोर्टों में बताया गया है कि भारत में इंटरनेट उपयोगकर्ताओं की संख्या में तीव्र वृद्धि हुई है। डिजिटल सेवाओं के विस्तार से परिवारों को शिक्षा, स्वास्थ्य, बैंकिंग तथा प्रशासनिक सेवाओं तक बेहतर पहुँच प्राप्त हुई है। हालांकि रिपोर्ट यह भी इंगित करती है कि डिजिटल साक्षरता का स्तर सभी वर्गों में समान नहीं है।

11. राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण – NFHS के आँकड़े दर्शाते हैं कि मोबाइल फोन एवं इंटरनेट की उपलब्धता भारतीय परिवारों में तेजी से बढ़ी है। विशेष रूप से महिलाओं की डिजिटल पहुँच में सुधार हुआ है। डिजिटल माध्यमों ने स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता एवं सरकारी योजनाओं की जानकारी तक पहुँच बढ़ाई है। साथ ही परिवारों में डिजिटल असमानता भी स्पष्ट रूप से दिखाई देती है।
12. राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय – NSO के सर्वेक्षण के अनुसार ग्रामीण एवं शहरी भारत में इंटरनेट उपयोग में निरंतर वृद्धि हो रही है। युवा वर्ग में स्मार्टफोन उपयोग सबसे अधिक पाया गया। अध्ययन ने यह भी इंगित किया कि डिजिटल उपकरणों के उपयोग का पारिवारिक समय पर प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ता है।
13. रोसेन (Rosen, 2012)– रोसेन ने पक्केवतकमत में बताया कि डिजिटल तकनीकों की लत तनाव, चिंता, अवसाद तथा सामाजिक व्यवहार में परिवर्तन उत्पन्न कर सकती है। उन्होंने "Nomophobia" (मोबाइल से दूर होने का भय) तथा डिजिटल निर्भरता को आधुनिक परिवारों के लिए गंभीर चुनौती बताया।
14. कोयने एवं सहयोगी (Coyne et al., 2014)– कोयने के अध्ययन में दाम्पत्य जीवन पर सोशल मीडिया के प्रभाव का विश्लेषण किया गया। अध्ययन के अनुसार अत्यधिक सोशल मीडिया उपयोग वैवाहिक संतुष्टि में कमी तथा विवादों में वृद्धि का कारण बन सकता है। पारिवारिक विश्वास एवं पारदर्शिता स्वस्थ वैवाहिक संबंधों के लिए आवश्यक मानी गई।
15. भारतीय समाजशास्त्रीय अध्ययनों का अवलोकन– भारतीय समाजशास्त्रियों ने संयुक्त परिवार से एकल परिवार की ओर बढ़ते संक्रमण में डिजिटल तकनीक की भूमिका पर विशेष ध्यान दिया है। अनेक अध्ययनों में पाया गया कि डिजिटल माध्यमों ने प्रवासी परिवारों को संपर्क में बनाए रखा है, परंतु पारिवारिक निर्णयों एवं सामूहिक जीवन में प्रत्यक्ष सहभागिता कम हुई है।
16. कोविड-19 महामारी से संबंधित अध्ययन– 2020-2022 के दौरान अनेक शोधों में पाया गया कि कोविड-19 महामारी के समय डिजिटल तकनीक परिवारों के लिए जीवनरेखा सिद्ध हुई। ऑनलाइन शिक्षा, वर्क फ्रॉम होम तथा वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग ने पारिवारिक गतिविधियों को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। दूसरी ओर स्क्रीन टाइम में अत्यधिक वृद्धि, मानसिक तनाव तथा कार्य एवं पारिवारिक जीवन के बीच संतुलन की समस्या भी सामने आई।
17. डिजिटल पैरेंटिंग (Digital Parenting) पर अध्ययन– हाल के वर्षों में "Digital Parenting" की अवधारणा विकसित हुई है। विभिन्न अध्ययनों में यह निष्कर्ष निकला कि जिन परिवारों में अभिभावक बच्चों के डिजिटल उपयोग के लिए स्पष्ट नियम बनाते हैं, वहाँ बच्चों में डिजिटल लत, साइबर जोखिम तथा व्यवहारगत समस्याएँ अपेक्षाकृत कम पाई जाती हैं।
18. बुजुर्गों एवं डिजिटल समावेशन पर अध्ययन– अनेक अध्ययनों से ज्ञात होता है कि डिजिटल तकनीक बुजुर्गों के लिए सामाजिक जुड़ाव का महत्वपूर्ण माध्यम बन सकती है। वीडियो कॉल, ऑनलाइन स्वास्थ्य सेवाएँ एवं डिजिटल बैंकिंग ने उनके जीवन को सुविधाजनक बनाया है। किंतु डिजिटल साक्षरता के अभाव में अनेक बुजुर्ग स्वयं को परिवार एवं समाज से अलग-थलग अनुभव करते हैं।
19. कृत्रिम बुद्धिमत्ता एवं भविष्य के परिवार पर अध्ययन– हालिया शोधों में कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित डिजिटल सहायक, स्मार्ट होम तकनीक, चौटबॉट एवं स्वचालित सेवाओं के पारिवारिक जीवन पर प्रभावों का अध्ययन किया जा रहा है। प्रारंभिक निष्कर्ष बताते हैं कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता घरेलू कार्यों को सरल बना सकती है, परंतु अत्यधिक तकनीकी निर्भरता मानवीय संवाद को सीमित भी कर सकती है।

साहित्य समीक्षा का समग्र विश्लेषण— उपलब्ध साहित्य के अध्ययन से स्पष्ट होता है कि डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों पर दोहरे प्रभाव परिलक्षित होते हैं। एक ओर इंटरनेट, सोशल मीडिया एवं डिजिटल संचार ने भौगोलिक दूरी को कम करते हुए परिवारों के बीच संपर्क, सूचना—साझाकरण तथा सहयोग को सुदृढ़ किया है। दूसरी ओर अत्यधिक स्क्रीन टाइम, सोशल मीडिया की लत, साइबर जोखिम, डिजिटल निर्भरता एवं प्रत्यक्ष संवाद में कमी ने पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता को प्रभावित किया है।

अधिकांश अंतरराष्ट्रीय शोध मनोवैज्ञानिक एवं संचार संबंधी प्रभावों पर केंद्रित हैं, जबकि भारतीय संदर्भ में उपलब्ध अध्ययन मुख्यतः डिजिटल पहुँच, इंटरनेट उपयोग तथा सामाजिक परिवर्तन तक सीमित हैं। भारतीय परिवार व्यवस्था, संयुक्त परिवार प्रणाली, सांस्कृतिक मूल्यों, पीढ़ीगत संबंधों तथा डिजिटल अनुशासन के संदर्भ में व्यापक एवं समग्र शोध अपेक्षाकृत कम उपलब्ध हैं। यही शोध—अंतर, वर्तमान अध्ययन की आवश्यकता एवं प्रासंगिकता को सिद्ध करता है।

2— डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों का बदलता स्वरूप, विश्लेषण एवं विवेचन— परिवार मानव समाज की सबसे प्राचीन एवं आधारभूत सामाजिक संस्था है। व्यक्ति का जन्म, समाजीकरण, मूल्यबोध, सांस्कृतिक परंपराओं का हस्तांतरण तथा भावनात्मक विकास मुख्यतः परिवार के माध्यम से ही होता है। भारतीय समाज में परिवार केवल जैविक इकाई नहीं, बल्कि सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक एवं सांस्कृतिक उत्तरदायित्वों का केंद्र रहा है। संयुक्त परिवार प्रणाली भारतीय संस्कृति की एक विशिष्ट पहचान रही है, जिसमें अनेक पीढ़ियाँ एक साथ रहकर सहयोग, सहभागिता तथा सामूहिक उत्तरदायित्व का निर्वहन करती थीं। डिजिटल युग के आगमन के साथ परिवार की संरचना एवं कार्यों में व्यापक परिवर्तन आया है। इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, क्लाउड सेवाएँ, वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग तथा डिजिटल प्लेटफॉर्म ने पारिवारिक जीवन को नई दिशा प्रदान की है। आज परिवार के सदस्य भौगोलिक रूप से दूर रहकर भी निरंतर संपर्क बनाए रख सकते हैं। ऑनलाइन बैंकिंग, ई—कॉमर्स, डिजिटल स्वास्थ्य सेवाएँ, ऑनलाइन शिक्षा तथा वर्क फ्रॉम होम जैसी सुविधाओं ने परिवार की कार्यप्रणाली को अधिक तकनीक—आधारित बना दिया है। हालाँकि, इस परिवर्तन ने पारंपरिक पारिवारिक मूल्यों, प्रत्यक्ष संवाद तथा सामूहिक जीवन शैली को भी प्रभावित किया है। पहले जहाँ परिवार के सदस्य प्रतिदिन सामूहिक भोजन, चर्चा एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में भाग लेते थे, वहीं आज डिजिटल उपकरणों के कारण व्यक्तिगत समय एवं निजी डिजिटल संसार का विस्तार हुआ है। परिणामस्वरूप परिवार का स्वरूप सहयोगात्मक संस्था से धीरे—धीरे तकनीकी रूप से जुड़ी, किंतु भावनात्मक रूप से चुनौतीपूर्ण संस्था की ओर परिवर्तित हो रहा है।

डिजिटल संचार ने पारिवारिक संबंधों को नई संभावनाएँ प्रदान की हैं। मोबाइल फोन, व्हाट्सऐप, वीडियो कॉल, ई—मेल तथा सोशल मीडिया के माध्यम से दूर रहने वाले परिवारजन भी निरंतर संपर्क बनाए रख सकते हैं। प्रवासी भारतीय परिवारों के लिए यह तकनीक भावनात्मक जुड़ाव बनाए रखने का प्रभावी माध्यम बनी है। कोविड—19 महामारी के दौरान डिजिटल संचार ने परिवारों को मानसिक एवं सामाजिक रूप से जोड़े रखने में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। जन्मदिन, धार्मिक आयोजन, पारिवारिक बैठकें तथा अन्य सामाजिक अवसर ऑनलाइन माध्यमों से संपन्न होने लगे। इससे यह सिद्ध हुआ कि डिजिटल तकनीक कठिन परिस्थितियों में सामाजिक संबंधों की निरंतरता बनाए रखने में सहायक है। इसके विपरीत, अनेक शोधों में यह पाया गया है कि एक ही घर में रहने वाले परिवार के सदस्य भी अधिकांश समय मोबाइल फोन एवं सोशल मीडिया पर व्यस्त रहते हैं। इससे आमने—सामने संवाद में कमी आई है। भोजन के समय मोबाइल उपयोग, पारिवारिक चर्चाओं में डिजिटल व्यवधान तथा बच्चों एवं अभिभावकों के बीच संवाद की कमी आधुनिक परिवारों की प्रमुख समस्या बन चुकी है।

सोशल मीडिया आज पारिवारिक जीवन का अभिन्न अंग बन चुका है। फेसबुक, इंस्टाग्राम, एक्स (पूर्व ट्विटर), यूट्यूब तथा व्हाट्सऐप जैसे प्लेटफॉर्म पारिवारिक संचार के प्रमुख साधन बन गए हैं। इनके माध्यम से परिवार फोटो, वीडियो, शुभकामनाएँ तथा दैनिक जीवन की गतिविधियाँ साझा करते हैं। सोशल मीडिया के सकारात्मक प्रभावों में पारिवारिक संपर्क की निरंतरता, सूचना का त्वरित आदान-प्रदान, सामाजिक सहयोग तथा संकट की स्थिति में त्वरित सहायता शामिल हैं। विशेष रूप से विदेशों अथवा अन्य राज्यों में रहने वाले परिवारों के लिए सोशल मीडिया संबंधों को जीवंत बनाए रखने का महत्वपूर्ण माध्यम है। दूसरी ओर, सोशल मीडिया पर अत्यधिक निर्भरता ने अनेक नकारात्मक प्रभाव भी उत्पन्न किए हैं। दूसरों के जीवन से निरंतर तुलना, आभासी पहचान, निजता का हनन, फेक न्यूज़, साइबर बुलिंग तथा ऑनलाइन विवादों ने पारिवारिक तनाव को बढ़ाया है। अनेक मामलों में सोशल मीडिया के कारण दाम्पत्य जीवन में अविश्वास, ईर्ष्या एवं संवादहीनता की स्थिति उत्पन्न होती है। स्मार्टफोन डिजिटल युग का सबसे प्रभावशाली उपकरण है। इसके माध्यम से व्यक्ति संचार, शिक्षा, मनोरंजन, बैंकिंग, खरीदारी तथा सामाजिक सहभागिता जैसी अनेक गतिविधियाँ संपन्न करता है। किंतु अत्यधिक स्मार्टफोन उपयोग आधुनिक परिवारों के लिए गंभीर चुनौती बन चुका है। बच्चों एवं किशोरों में बढ़ता स्क्रीन टाइम शारीरिक गतिविधियों में कमी, नींद संबंधी समस्याओं, ध्यान की कमी तथा सामाजिक व्यवहार में परिवर्तन का कारण बन रहा है। माता-पिता भी कार्य एवं मनोरंजन के कारण मोबाइल पर अधिक समय व्यतीत करते हैं, जिससे बच्चों के साथ गुणवत्तापूर्ण समय कम हो जाता है। परिवार के सदस्यों के बीच प्रत्यक्ष संवाद की अपेक्षा डिजिटल संवाद बढ़ने से भावनात्मक निकटता प्रभावित होती है। भोजन, यात्रा एवं अवकाश के समय भी मोबाइल उपयोग पारिवारिक सहभागिता को सीमित करता है। मनोवैज्ञानिक इसे टेक्नोफेरेंस कहते हैं, जिसमें तकनीकी उपकरण पारिवारिक संबंधों में हस्तक्षेप करते हैं।

डिजिटल तकनीक ने अभिभावकों एवं बच्चों के संबंधों को बहुआयामी रूप से प्रभावित किया है। एक ओर ऑनलाइन शिक्षा, शैक्षिक वीडियो, डिजिटल पुस्तकालय एवं ई-लर्निंग प्लेटफॉर्म ने सीखने की नई संभावनाएँ प्रदान की हैं। अभिभावक बच्चों की शिक्षा एवं प्रगति पर डिजिटल माध्यमों से अधिक निगरानी रख सकते हैं। दूसरी ओर, बच्चों में मोबाइल गेमिंग, सोशल मीडिया तथा वीडियो स्ट्रीमिंग की बढ़ती प्रवृत्ति ने परिवार के सामने नई चुनौतियाँ उत्पन्न की हैं। अनेक बच्चे वास्तविक खेल, पुस्तक-पठन एवं पारिवारिक गतिविधियों की अपेक्षा डिजिटल मनोरंजन को प्राथमिकता देने लगे हैं। इससे उनके समाजीकरण, संप्रेषण कौशल एवं भावनात्मक विकास पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। डिजिटल पैरेंटिंग की अवधारणा इसी संदर्भ में महत्वपूर्ण हो जाती है। अभिभावकों का दायित्व केवल तकनीकी उपकरण उपलब्ध कराना नहीं, बल्कि उनके सुरक्षित एवं संतुलित उपयोग के लिए मार्गदर्शन देना भी है। डिजिटल तकनीक ने पति-पत्नी के संबंधों को भी प्रभावित किया है। कार्यस्थल से निरंतर संपर्क, सोशल मीडिया, ऑनलाइन मित्रता तथा डिजिटल संचार ने दाम्पत्य जीवन में नई परिस्थितियाँ उत्पन्न की हैं। सकारात्मक रूप से देखा जाए तो वीडियो कॉल, त्वरित संदेश एवं डिजिटल सहयोग ने दूर रहने वाले दंपतियों के बीच संपर्क बनाए रखने में सहायता की है। घरेलू कार्यों का ऑनलाइन प्रबंधन तथा डिजिटल वित्तीय सेवाओं ने पारिवारिक जीवन को अधिक सुविधाजनक बनाया है। इसके विपरीत, अत्यधिक सोशल मीडिया उपयोग, ऑनलाइन गोपनीयता, डिजिटल व्यसन तथा समय प्रबंधन की समस्याओं के कारण वैवाहिक संतुष्टि में कमी देखी गई है। कुछ अध्ययनों में पाया गया है कि डिजिटल माध्यमों पर अत्यधिक समय व्यतीत करने वाले दंपतियों में संवाद की गुणवत्ता अपेक्षाकृत कम होती है। डिजिटल युग में बुजुर्गों की भूमिका भी परिवर्तित हुई है। वीडियो कॉल, ऑनलाइन स्वास्थ्य सेवाएँ तथा डिजिटल बैंकिंग ने उनके जीवन को अधिक सुविधाजनक बनाया है। परिवार के दूर रहने वाले सदस्य भी उनसे नियमित संपर्क बनाए रख सकते हैं। हालाँकि अनेक बुजुर्ग

डिजिटल तकनीक के उपयोग में स्वयं को असहज अनुभव करते हैं। डिजिटल साक्षरता की कमी के कारण वे ऑनलाइन सेवाओं का पूरा लाभ नहीं उठा पाते। इससे परिवार के भीतर पीढ़ियों के मध्य डिजिटल विभाजन उत्पन्न होता है। यदि परिवार के युवा सदस्य बुजुर्गों को डिजिटल प्रशिक्षण प्रदान करें, तो यह पीढ़ियों के मध्य सहयोग एवं संवाद को सुदृढ़ करने का प्रभावी माध्यम बन सकता है।

भारतीय समाज में संयुक्त परिवार परंपरागत सामाजिक सुरक्षा का आधार रहा है। डिजिटलीकरण एवं नगरीकरण के कारण एकल परिवारों की संख्या बढ़ी है। डिजिटल तकनीक ने इस परिवर्तन को और गति प्रदान की है। संयुक्त परिवारों में डिजिटल माध्यमों के कारण विभिन्न पीढ़ियाँ एक-दूसरे से जुड़ी रहती हैं, किंतु व्यक्तिगत डिजिटल उपकरण सामूहिक गतिविधियों को सीमित भी कर सकते हैं। दूसरी ओर, एकल परिवारों में डिजिटल तकनीक सामाजिक सहयोग का महत्वपूर्ण साधन बन गई है। ऑनलाइन सेवाओं ने घरेलू कार्यों को सरल बनाया है, परंतु सामाजिक अलगाव की संभावना भी बढ़ाई है। डिजिटल संस्कृति ने पारिवारिक मूल्यों एवं जीवन शैली को प्रभावित किया है। पारंपरिक मूल्यों, जैसे सामूहिकता, प्रत्यक्ष संवाद, सहयोग एवं धैर्य के स्थान पर त्वरित संचार, व्यक्तिगत स्वतंत्रता तथा डिजिटल सुविधा का महत्व बढ़ा है। युवा पीढ़ी सूचना प्राप्ति के लिए अब परिवार के वरिष्ठ सदस्यों पर निर्भर नहीं रहती। इंटरनेट ने ज्ञान का प्रमुख स्रोत बनकर पारिवारिक भूमिका को आंशिक रूप से परिवर्तित किया है। इससे निर्णय लेने की प्रक्रिया तथा पारिवारिक सत्ता संरचना में भी परिवर्तन आया है। डिजिटल युग ने परिवारों को अनेक लाभ प्रदान किए हैं जैसे परिवार के सदस्यों के बीच त्वरित एवं सुलभ संचार, प्रवासी परिवारों के बीच भावनात्मक जुड़ाव, ऑनलाइन शिक्षा एवं ज्ञान तक व्यापक पहुँच, डिजिटल बैंकिंग एवं वित्तीय प्रबंधन में सुविधा, टेलीमेडिसिन एवं ऑनलाइन स्वास्थ्य सेवाओं की उपलब्धता, आपदा एवं संकट के समय त्वरित सहायता, वर्क फ्रॉम होम के माध्यम से परिवार के साथ अधिक समय बिताने के अवसर, महिलाओं एवं वरिष्ठ नागरिकों के लिए डिजिटल सेवाओं तक बेहतर पहुँच, पारिवारिक आयोजनों का ऑनलाइन समन्वय, सरकारी योजनाओं एवं सार्वजनिक सेवाओं तक सरल पहुँच डिजिटल तकनीक के सकारात्मक प्रभाव हैं। सकारात्मक पक्षों के साथ अनेक चुनौतियाँ भी उभरकर सामने आई हैं जैसे प्रत्यक्ष पारिवारिक संवाद में कमी, अत्यधिक स्क्रीन टाइम एवं डिजिटल व्यसन, बच्चों के समाजीकरण पर प्रतिकूल प्रभाव, दाम्पत्य संबंधों में तनाव एवं अविश्वास, साइबर अपराध एवं ऑनलाइन धोखाधड़ी, निजता एवं डेटा सुरक्षा की समस्या, मानसिक तनाव, अकेलापन एवं अवसाद, पारिवारिक समय का विखंडन, बुजुर्गों का डिजिटल बहिष्करण, पारंपरिक सामाजिक एवं सांस्कृतिक मूल्यों का क्षरण डिजिटल तकनीक के नकारात्मक प्रभाव हैं। उपरोक्त विवेचन से स्पष्ट है कि डिजिटल युग ने पारिवारिक संबंधों को एक नई दिशा प्रदान की है। तकनीक ने परिवारों को भौगोलिक दूरी के बावजूद जोड़े रखने, शिक्षा, स्वास्थ्य एवं आर्थिक गतिविधियों को सरल बनाने तथा संचार को त्वरित बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। वहीं अनियंत्रित एवं अत्यधिक डिजिटल उपयोग ने प्रत्यक्ष संवाद, भावनात्मक निकटता तथा पारिवारिक सहभागिता को प्रभावित किया है। अतः यह निष्कर्ष निकलता है कि डिजिटल तकनीक स्वयं न तो पूर्णतः लाभकारी है और न ही पूर्णतः हानिकारक। इसका प्रभाव उपयोग के स्वरूप, समय, उद्देश्य तथा परिवार के भीतर स्थापित डिजिटल अनुशासन पर निर्भर करता है। स्वस्थ पारिवारिक संबंधों के लिए तकनीकी सुविधा और मानवीय संवेदनशीलता के बीच संतुलन बनाए रखना अत्यंत आवश्यक है।

3. डेटा विश्लेषण, परिणामों की व्याख्या, चर्चा— नोट— वर्तमान शोध द्वितीयक आँकड़ों पर आधारित वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक अध्ययन है। निम्न सारणियाँ विभिन्न राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय अध्ययनों,

सरकारी रिपोर्टों तथा उपलब्ध शोध-साहित्य के तुलनात्मक विश्लेषण पर आधारित सांकेतिक विश्लेषण प्रस्तुत करती हैं। इनका उद्देश्य शोध के निष्कर्षों की व्याख्या करना है।

3.1 डेटा विश्लेषण-

सारणी- 01

डिजिटल तकनीक के प्रमुख सकारात्मक प्रभाव

क्र.	प्रभाव	विश्लेषण
1	परिवारों के मध्य त्वरित संचार	भौगोलिक दूरी कम हुई
2	वीडियो कॉल द्वारा भावनात्मक संपर्क	प्रवासी परिवारों को लाभ
3	ऑनलाइन शिक्षा	बच्चों की सीखने की क्षमता में वृद्धि
4	वर्क फ्रॉम होम	परिवार के साथ समय बढ़ा
5	डिजिटल बैंकिंग	आर्थिक कार्यों में सुविधा
6	ऑनलाइन स्वास्थ्य सेवाएँ	टेलीमेडिसिन का विस्तार
7	ई-गवर्नेंस	सरकारी सेवाओं तक सरल पहुँच
8	आपदा के समय संपर्क	संकट प्रबंधन में सहायता
9	महिलाओं की डिजिटल भागीदारी	सूचना एवं रोजगार के अवसर
10	बुजुर्गों से संपर्क	नियमित संवाद संभव

विश्लेषण- सारणी-01 से स्पष्ट है कि डिजिटल तकनीक ने परिवारों के लिए संचार, शिक्षा, स्वास्थ्य, बैंकिंग तथा सामाजिक सहयोग के अनेक नए अवसर उपलब्ध कराए हैं। विशेषकर प्रवासी परिवारों एवं कामकाजी दंपतियों के लिए डिजिटल माध्यम अत्यंत उपयोगी सिद्ध हुए हैं।

सारणी- 02

डिजिटल तकनीक के प्रमुख नकारात्मक प्रभाव

क्र.	समस्या	प्रभाव
1	अत्यधिक स्क्रीन टाइम	प्रत्यक्ष संवाद में कमी
2	सोशल मीडिया की लत	भावनात्मक दूरी
3	ऑनलाइन गेमिंग	बच्चों के व्यवहार में परिवर्तन
4	साइबर अपराध	परिवार की सुरक्षा पर खतरा
5	डिजिटल व्यसन	मानसिक तनाव
6	डिजिटल गोपनीयता	निजता का संकट
7	ऑनलाइन तुलना	असंतोष एवं अवसाद
8	फेक न्यूज़	पारिवारिक विवाद

9	डिजिटल विभाजन	पीढ़ियों में दूरी
10	समय प्रबंधन की समस्या	परिवार के साथ गुणवत्तापूर्ण समय में कमी
क्र.	समस्या	प्रभाव

विश्लेषण— डिजिटल तकनीक का अनियंत्रित उपयोग पारिवारिक संबंधों के लिए गंभीर चुनौती बनता जा रहा है। संवाद की कमी, मानसिक तनाव तथा डिजिटल व्यसन आधुनिक परिवारों की प्रमुख समस्याओं के रूप में उभर रहे हैं।

सारणी –03

विभिन्न आयु वर्गों पर डिजिटल प्रभाव

क्र.	आयु वर्ग	सकारात्मक प्रभाव	नकारात्मक प्रभाव
1	बच्चे	ऑनलाइन शिक्षा	गेमिंग एवं स्क्रीन टाइम
2	किशोर	डिजिटल सीखना	सोशल मीडिया व्यसन
3	युवा	रोजगार एवं नेटवर्किंग	तनाव एवं समय प्रबंधन
4	वयस्क	वर्क फ्रॉम होम	कार्य एवं परिवार संतुलन की समस्या
5	बुजुर्ग	वीडियो कॉल एवं टेलीमेडिसिन	डिजिटल साक्षरता का अभाव

विश्लेषण— डिजिटल तकनीक का प्रभाव प्रत्येक आयु वर्ग पर अलग-अलग रूप में दिखाई देता है। बच्चों एवं किशोरों में नियंत्रण की आवश्यकता अधिक है, जबकि बुजुर्गों के लिए डिजिटल प्रशिक्षण अत्यंत आवश्यक है।

सारणी–04

संयुक्त एवं एकल परिवारों पर डिजिटल प्रभाव

क्र.	पक्ष	संयुक्त परिवार	एकल परिवार
1	संचार	सामूहिक एवं प्रत्यक्ष	डिजिटल माध्यमों पर अधिक निर्भर
2	निर्णय प्रक्रिया	सामूहिक	व्यक्तिगत
3	बुजुर्गों की भूमिका	महत्वपूर्ण	सीमित
4	बच्चों का समाजीकरण	बहुआयामी	अभिभावकों पर निर्भर
5	डिजिटल प्रभाव	पीढ़ियों में अंतर	व्यक्तिगत डिजिटल जीवन अधिक

विश्लेषण— संयुक्त परिवारों में डिजिटल तकनीक का प्रभाव अपेक्षाकृत संतुलित दिखाई देता है क्योंकि वहाँ प्रत्यक्ष सामाजिक संपर्क अधिक उपलब्ध होता है। एकल परिवारों में डिजिटल माध्यमों पर निर्भरता अपेक्षाकृत अधिक है।

सारणी-05

डिजिटल उपयोग एवं पारिवारिक संबंधों का तुलनात्मक विश्लेषण

क्र.	डिजिटल उपयोग का स्तर	पारिवारिक संवाद	भावनात्मक निकटता
1	संतुलित उपयोग	उच्च	उच्च
2	मध्यम उपयोग	सामान्य	मध्यम
3	अत्यधिक उपयोग	कम	कम

विश्लेषण— सारणी से स्पष्ट है कि डिजिटल तकनीक का प्रभाव उसके उपयोग की मात्रा एवं उद्देश्य पर निर्भर करता है। संतुलित उपयोग संबंधों को मजबूत बनाता है, जबकि अत्यधिक उपयोग प्रत्यक्ष संवाद एवं भावनात्मक निकटता को कम करता है।

3.2 परिणामों की व्याख्या— उपलब्ध साहित्य एवं तुलनात्मक विश्लेषण के आधार पर निम्न प्रमुख निष्कर्ष सामने आते हैं—

प्रथम, डिजिटल तकनीक ने परिवारों के मध्य संचार को अत्यंत सरल एवं त्वरित बनाया है। वीडियो कॉल, सोशल मीडिया तथा मैसेजिंग प्लेटफॉर्म ने दूर रहने वाले परिवारों को भी निरंतर संपर्क में बनाए रखा है।

द्वितीय, परिवारों में प्रत्यक्ष संवाद की अपेक्षा डिजिटल संवाद में वृद्धि हुई है। इससे पारंपरिक पारिवारिक सहभागिता, सामूहिक भोजन तथा आमने-सामने बातचीत की प्रवृत्ति में कमी आई है।

तृतीय, बच्चों एवं किशोरों में अत्यधिक स्क्रीन टाइम उनके मानसिक, सामाजिक एवं व्यवहारगत विकास को प्रभावित कर रहा है। डिजिटल शिक्षा लाभकारी है, किंतु अनियंत्रित मनोरंजन एवं गेमिंग हानिकारक सिद्ध हो रहे हैं।

चतुर्थ, सोशल मीडिया ने दाम्पत्य संबंधों को सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों रूपों में प्रभावित किया है। जहाँ डिजिटल संचार दूरी कम करता है, वहीं अत्यधिक सोशल मीडिया उपयोग अविश्वास एवं तनाव को जन्म दे सकता है।

पंचम, डिजिटल विभाजन के कारण बुजुर्गों एवं युवा पीढ़ी के बीच तकनीकी दूरी उत्पन्न हो रही है। डिजिटल साक्षरता इस समस्या के समाधान का प्रमुख माध्यम हो सकती है।

षष्ठ, डिजिटल तकनीक का प्रभाव समान रूप से नकारात्मक नहीं है। संतुलित एवं उद्देश्यपूर्ण उपयोग पारिवारिक संबंधों को सुदृढ़ करने में सहायक सिद्ध होता है।

3.3 चर्चा — डिजिटल युग ने परिवार संस्था की संरचना, कार्य एवं संबंधों को पुनर्परिभाषित किया है। पूर्ववर्ती समाज में परिवार प्रत्यक्ष संवाद, सामूहिक जीवन एवं सांस्कृतिक परंपराओं पर आधारित था, जबकि वर्तमान समय में डिजिटल संचार पारिवारिक जीवन का अभिन्न अंग बन चुका है। मार्शल मैकलुहान की वैश्विक गाँव की अवधारणा वर्तमान डिजिटल समाज में पूर्णतः प्रासंगिक दिखाई देती है। इंटरनेट एवं डिजिटल संचार ने भौगोलिक दूरी समाप्त कर दी है, परंतु भावनात्मक दूरी की नई चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं। शैरी टर्कल द्वारा प्रतिपादित Alone Together की अवधारणा भी आधुनिक परिवारों की वास्तविकता को प्रतिबिंबित करती है, जहाँ परिवार के सदस्य साथ रहते हुए भी अपने-अपने डिजिटल संसार में व्यस्त रहते हैं। कोविड-19 महामारी ने यह सिद्ध किया कि डिजिटल तकनीक सामाजिक जीवन के लिए अत्यंत

उपयोगी साधन है। ऑनलाइन शिक्षा, वर्क फ्रॉम होम तथा वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग ने परिवारों को संकट की घड़ी में सहयोग प्रदान किया। दूसरी ओर, अत्यधिक स्क्रीन टाइम एवं मानसिक तनाव जैसी समस्याएँ भी इसी अवधि में अधिक स्पष्ट रूप से सामने आईं। भारतीय संदर्भ में संयुक्त परिवारों की परंपरा अभी भी सामाजिक सुरक्षा का महत्वपूर्ण आधार है। यदि डिजिटल तकनीक का उपयोग पारिवारिक सहयोग, शिक्षा एवं संवाद के लिए संतुलित रूप से किया जाए, तो यह परिवार संस्था को सुदृढ़ बना सकती है। किंतु यदि तकनीक प्रत्यक्ष संवाद का विकल्प बन जाए, तो इससे भावनात्मक संबंधों की गुणवत्ता प्रभावित हो सकती है। डिजिटल अनुशासन, डिजिटल साक्षरता तथा डिजिटल नैतिकता भविष्य के स्वस्थ पारिवारिक जीवन के लिए अत्यंत आवश्यक तत्व हैं।

निष्कर्ष – वर्तमान अध्ययन से स्पष्ट होता है कि डिजिटल युग ने पारिवारिक संबंधों के स्वरूप में व्यापक परिवर्तन उत्पन्न किए हैं। डिजिटल तकनीक ने संचार, शिक्षा, स्वास्थ्य, वित्तीय प्रबंधन तथा सामाजिक संपर्क को सरल एवं सुलभ बनाया है। विशेष रूप से दूरस्थ परिवारों के मध्य संपर्क बनाए रखने तथा ज्ञान एवं सेवाओं तक पहुँच बढ़ाने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका रही है। इसके साथ ही अत्यधिक स्क्रीन टाइम, सोशल मीडिया की लत, डिजिटल व्यसन, प्रत्यक्ष संवाद में कमी, दाम्पत्य तनाव, बच्चों के समाजीकरण में परिवर्तन तथा बुजुर्गों के डिजिटल बहिष्करण जैसी समस्याएँ भी सामने आई हैं। अध्ययन से यह भी स्पष्ट होता है कि समस्या तकनीक में नहीं, बल्कि उसके असंतुलित एवं अनियंत्रित उपयोग में निहित है। अतः भविष्य के परिवारों के लिए आवश्यक है कि डिजिटल सुविधाओं का लाभ उठाते हुए पारिवारिक संवाद, साझा समय, नैतिक मूल्यों एवं भावनात्मक संबंधों को प्राथमिकता दी जाए। परिवार में डिजिटल अनुशासन, बच्चों के लिए स्क्रीन टाइम का नियमन, बुजुर्गों की डिजिटल साक्षरता तथा डिजिटल नैतिकता को प्रोत्साहित करके तकनीकी प्रगति एवं मानवीय संवेदनशीलता के मध्य संतुलन स्थापित किया जा सकता है।

सुझाव – डिजिटल युग में पारिवारिक संबंधों को सुदृढ़ बनाने तथा तकनीक के सकारात्मक उपयोग को बढ़ावा देने के लिए निम्नलिखित सुझाव प्रस्तुत किए जाते हैं—

1. डिजिटल अनुशासन अपनाया जाए, परिवार के सभी सदस्यों के लिए मोबाइल, इंटरनेट एवं सोशल मीडिया के उपयोग का निश्चित समय निर्धारित किया जाए।
2. परिवार में नो मोबाइल टाइम निर्धारित किया जाए, भोजन, पारिवारिक बैठकों, धार्मिक आयोजनों तथा अवकाश के समय मोबाइल उपयोग सीमित किया जाए।
3. प्रत्यक्ष संवाद को बढ़ावा दिया जाए, प्रत्येक दिन परिवार के सदस्य कम से कम 30–60 मिनट बिना किसी डिजिटल उपकरण के साथ बैठकर संवाद करें।
4. बच्चों के स्क्रीन टाइम का वैज्ञानिक नियमन किया जाए, बच्चों एवं किशोरों के लिए आयु के अनुसार स्क्रीन टाइम निर्धारित किया जाए तथा अभिभावक उसकी नियमित निगरानी करें।
5. डिजिटल पैरेंटिंग को प्रोत्साहित किया जाए, अभिभावक स्वयं डिजिटल व्यवहार का सकारात्मक उदाहरण प्रस्तुत करें तथा बच्चों को सुरक्षित इंटरनेट उपयोग की शिक्षा दें।
6. बुजुर्गों की डिजिटल साक्षरता बढ़ाई जाए, परिवार के युवा सदस्य वरिष्ठ नागरिकों को स्मार्टफोन, डिजिटल बैंकिंग, टेलीमेडिसिन एवं ऑनलाइन सेवाओं का प्रशिक्षण दें।
7. सोशल मीडिया के विवेकपूर्ण उपयोग को बढ़ावा दिया जाए, व्यक्तिगत जीवन की अनावश्यक जानकारी साझा करने से बचा जाए तथा डिजिटल गोपनीयता बनाए रखी जाए।

8. डिजिटल सुरक्षा के प्रति जागरूकता बढ़ाई जाए, परिवार के प्रत्येक सदस्य को साइबर अपराध, फिशिंग, फेक न्यूज़ एवं ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचाव की जानकारी दी जाए।
9. डिजिटल एवं वास्तविक जीवन के बीच संतुलन स्थापित किया जाए, ऑनलाइन गतिविधियों के साथ-साथ खेल, योग, पुस्तक-पठन, भ्रमण एवं सांस्कृतिक कार्यक्रमों में भागीदारी बढ़ाई जाए।
10. विद्यालयों में डिजिटल नैतिकता को पाठ्यक्रम में शामिल किया जाए, छात्रों को जिम्मेदार डिजिटल नागरिक बनने का प्रशिक्षण दिया जाए।
11. पारिवारिक परामर्श सेवाओं का विस्तार किया जाए, डिजिटल व्यसन, वैवाहिक तनाव एवं पारिवारिक विवादों के समाधान हेतु परामर्श केंद्र स्थापित किए जाएँ।
12. संयुक्त पारिवारिक गतिविधियों को प्रोत्साहित किया जाए, साप्ताहिक पारिवारिक बैठक, सामूहिक भोजन, सांस्कृतिक कार्यक्रम एवं धार्मिक गतिविधियाँ नियमित रूप से आयोजित की जाएँ।
13. डिजिटल डिटॉक्स दिवस मनाया जाए, सप्ताह में कम से कम एक दिन या कुछ घंटे परिवार डिजिटल उपकरणों से दूर रहकर सामूहिक गतिविधियों में भाग ले।
14. कार्य एवं परिवार के बीच संतुलन बनाया जाए, वर्क फ्रॉम होम अथवा ऑनलाइन कार्य के दौरान कार्य एवं पारिवारिक समय को स्पष्ट रूप से अलग रखा जाए।
15. मानसिक स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दिया जाए, डिजिटल व्यसन, अकेलापन, तनाव एवं अवसाद की स्थिति में समय पर मनोवैज्ञानिक परामर्श लिया जाए।
16. सरकारी स्तर पर डिजिटल साक्षरता अभियान चलाए जाएँ, विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों, महिलाओं एवं वरिष्ठ नागरिकों के लिए डिजिटल शिक्षा कार्यक्रम संचालित किए जाएँ।
17. अनुसंधान एवं नीति निर्माण को बढ़ावा दिया जाए, डिजिटल तकनीक एवं परिवार पर दीर्घकालिक शोध को प्रोत्साहित किया जाए ताकि प्रभावी नीतियाँ बनाई जा सकें।
18. कृत्रिम बुद्धिमत्ता के नैतिक उपयोग को सुनिश्चित किया जाए, परिवारों में कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित सेवाओं का उपयोग मानवीय मूल्यों एवं गोपनीयता के अनुरूप किया जाए।
19. सामाजिक एवं सांस्कृतिक मूल्यों का संरक्षण किया जाए, डिजिटल सुविधा के साथ-साथ भारतीय पारिवारिक परंपराओं, सामूहिकता एवं नैतिक मूल्यों को भी महत्व दिया जाए।
20. डिजिटल परिवार नीति विकसित की जाए, प्रत्येक परिवार अपने डिजिटल उपयोग के नियम, समय, गोपनीयता एवं बच्चों की ऑनलाइन सुरक्षा से संबंधित स्पष्ट दिशानिर्देश तैयार करे।

डिजिटल युग मानव सभ्यता के इतिहास में एक महत्वपूर्ण परिवर्तनकारी चरण है। इसने समाज, अर्थव्यवस्था, शिक्षा, प्रशासन एवं पारिवारिक जीवन को नई दिशा प्रदान की है। आधुनिक परिवार अब केवल भौतिक निकटता पर आधारित संस्था नहीं रह गया है, बल्कि डिजिटल संचार, ऑनलाइन सहयोग एवं आभासी सहभागिता भी उसकी संरचना का महत्वपूर्ण हिस्सा बन चुकी है। इस अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि डिजिटल तकनीक ने पारिवारिक संबंधों को एक ओर सशक्त बनाया है तो दूसरी ओर अनेक नई चुनौतियाँ भी उत्पन्न की हैं। जहाँ डिजिटल संचार ने दूरस्थ परिवारों को निकट लाया है, वहीं अत्यधिक स्क्रीन टाइम एवं सोशल मीडिया निर्भरता ने प्रत्यक्ष संवाद, भावनात्मक निकटता एवं पारिवारिक सामंजस्य को प्रभावित किया है। भारतीय परिवार व्यवस्था की विशेषता सदैव सामूहिकता, सहयोग, सहिष्णुता एवं

भावनात्मक संबंध रही है। यदि डिजिटल तकनीक का उपयोग इन मूल्यों को सुदृढ़ करने के लिए किया जाए तो यह परिवार संस्था को और अधिक मजबूत बना सकती है। इसके विपरीत यदि तकनीक मानवीय संवाद का स्थान ले ले, तो पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता प्रभावित होना स्वाभाविक है। अतः भविष्य की आवश्यकता यह है कि तकनीकी प्रगति एवं मानवीय संवेदनशीलता के बीच संतुलन स्थापित किया जाए। डिजिटल साक्षरता, डिजिटल अनुशासन, साइबर सुरक्षा, पारिवारिक संवाद तथा सांस्कृतिक मूल्यों के संरक्षण के माध्यम से ही स्वस्थ एवं सुदृढ़ परिवार का निर्माण संभव है। निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि डिजिटल युग में परिवार की सफलता तकनीक की उपलब्धता पर नहीं, बल्कि उसके संतुलित, जिम्मेदार एवं मानवीय उपयोग पर निर्भर करती है।

संदर्भ सूची—

1. Castells, M. (1996). *The Rise of the Network Society*. Blackwell Publishers.
2. Castells, M. (2010). *The Information Age: Economy, Society and Culture*. Wiley-Blackwell.
3. Coyne, S. M., et al. (2014). Does social media affect family relationships? *Journal of Family Psychology*, 28(5), 716–725.
4. Giddens, A. (2006). *Sociology* (5th ed.). Polity Press.
5. Government of India. (2015). *Digital India Programme*. Ministry of Electronics and Information Technology.
6. Kumar, K. (2018). *Indian Society and Social Change*. Rawat Publications.
7. McLuhan, M. (1964). *Understanding Media: The Extensions of Man*. McGraw-Hill.
8. Ministry of Electronics and Information Technology. (2023). *Annual Report*. Government of India.
9. National Statistical Office. (2023). *Household Social Consumption on Education and ICT*. Government of India.
10. National Family Health Survey (NFHS-5). (2021). *National Report*. International Institute for Population Sciences.
11. OECD. (2019). *How's Life in the Digital Age?* OECD Publishing.
12. Pew Research Center. (2015). *Technology Device Ownership: 2015*. Washington, DC.
13. Pew Research Center. (2023). *Teens, Social Media and Technology*. Washington, DC.
14. Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6.
15. Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237–246.
16. Rosen, L. D. (2012). *iDisorder*. Palgrave Macmillan.
17. Singh, Y. (2000). *Culture Change in India*. Rawat Publications.
18. Srinivas, M. N. (1966). *Social Change in Modern India*. University of California Press.
19. Turkle, S. (2011). *Alone Together*. Basic Books.
20. UNESCO. (2023). *Global Education Monitoring Report 2023*. UNESCO.
21. UNICEF. (2017). *The State of the World's Children: Children in a Digital World*. UNICEF.

22. UNICEF. (2021). *Digital Learning and Children*. UNICEF.
23. United Nations. (2022). *World Social Report*. United Nations.
24. Wellman, B., et al. (2003). The Social Affordances of the Internet. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 8(3).
25. World Health Organization. (2019). *Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5 Years of Age*. WHO.
26. World Health Organization. (2021). *Mental Health and Digital Technologies*. WHO.
27. Mehta, N., & Sharma, R. (2020). Digital Media and Indian Families. *Indian Journal of Social Research*, 61(2), 145–160.
28. Jain, P. (2022). Social Media and Family Interaction in Urban India. *Journal of Social Sciences*, 18(4), 85–101.
29. Verma, S. (2021). Impact of Smartphone Usage on Family Relationships. *International Journal of Humanities and Social Science Research*, 9(1), 52–61.
30. Mishra, A., & Gupta, R. (2023). Digital Literacy and Family Well-being in India. *Journal of Family Studies*, 29(2), 211–228.