International Journal of Information Movement *Vol. 8 Issue VIII* *(December, 2023)*
Website: www.ijim.in *ISSN: 2456-0553 (online)* **Pages** **43-59**

भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन व इसके प्रभाव: पंजाब व हरियाणा के संदर्भ में एक केस अध्ययन

डॉ. रीना रानी
Email-Id :reenamalik7002@gmail.com

सारांश
आमतौर पर भारतीय परिवारों में बहुत सारी संचार प्रौद्योगिकियां देखने को मिलती है जैसे कि टी वी, रेडियो आदि सभी का अपना- अपना उपयोग है। जरूरत के हिसाब से लोग प्रौद्योगिकियां का उपयोग करते हैं। लेकिन मोबाइल फोन का उपयोग लोग बिना किसी जरूरत के भी करते दिखाई देते है। मोबाइल फोन की लोकप्रियता का अंदाजा इससे लगाया जा सकता है कि कन्वर्जेस का सबसे प्रभावी माध्यम आज मिनी सुपर कम्प्यूटर के तौर पर सभी के हाथों में है(केवल जे. कुमार,2017)। ऐसे में मोबाइल फोन के प्रभावों के बारे में प्रश्न उठना स्वाभाविक है कि कैसे यह लोगों को सामाजिक और मनौवैज्ञानिक रूप से प्रभावित कर रहा है। मोबाइल फोन समाज पर संचार प्रौद्योगिकियां के सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभाव को जानने का एक अनुठा अवसर प्रदान करता है। प्रस्तुत अध्ययन का मुख्य उद्देश्य ही भारतीय परिवारों पर मोबाइल फोन के सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभाव का पता लगाना है। उद्देश्य को ध्यान में रखकर प्रस्तुत अध्ययन में पंजाब एवं हरियाणा के शहरी और ग्रामीण क्षेत्र से 4 परिवारों के कुल 25 लोगों का अवलोकन और 8 लोगों का अर्द्ध-संरचित साक्षात्कार किया। अध्ययन में पाया गया कि मोबाइल फोन भारतीय परिवारों पर सामाजिक व मनोवैज्ञानिक रुप से सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह के प्रभाव डाल रहा है और यह मोबाइल फोन के उपयोग पर निर्भर करता है।

संकेत शब्द- मोबाइल फोन, सोशल मीडिया, शहरी परिवार, ग्रामीण परिवार, सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभाव

1.0 भूमिका

मोबाइल फोन व्यक्ति के जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह विचारों, ज्ञान, भावनाओं और अवधारणाओं को संप्रेषित करने की दो तरफा प्रतिक्रिया है। बहुत सारे लोग सुबह उठने से लेकर संगीत सुनना, समाचार देखना, बस शेडयुल देखना, दोस्तों और परिवार के साथ संवाद करना जैसी कई महत्वपूर्ण गतिविधियों के लिए स्मार्टफोन पर निर्भर है (मारसैलो रूसो व अन्य 2018)। इसी बढ़ती निर्भरता ने भारत को मोबाइल इंटरनेट उपयोगकर्ता के साथ चीन के बाद दुनिया का सबसे बड़ा बाजार बना दिया है(ट्राई,2023)। मोबाइल फोन की कम लागत मोबाइल फोन की अत्यधिक पहुंच का कारण है। आज भारत में 120 करोड़ मोबाइल फोन उपभोक्ता है। जिनमें से 663.77 मिलियन शहरी लोग और 537.42 मिलियन ग्रामीण लोग है (ट्राई, 2023) । इसके विकास की गति इतनी तेज है कि हर साल मोबाइल फोन उपभोक्ताओं की संख्या में बढ़ोतरी होती रहती है। हरियाणा राज्य में 2.8 करोड़ मोबाइल उपभोक्ताओं में से 1.5 करोड़ शहरी और 1.2 करोड़ ग्रामीण है और पंजाब में 3.9 करोड़ में से 2.5 करोड़ शहरी और 1.3 करोड़ ग्रामीण मोबाइल फोन उपभोक्ता हैं(ट्राई, 2020)। मैकिंसी ग्लोबल की रिपोर्ट के अनुसार भारत में स्मार्टफोन की ब्रिकी बढ़ने का कारण इंटरनेट है भारत में हर स्मार्टफोन उपयोगकर्ता एक महिने में औसतन 8.3 जी बी डाटा की खपत करता है इसका कारण सोशल मीडिया है भारतीय स्मार्टफोन उपयोगकर्ता हर सप्ताह 17 घंटे सोशल मीडिया को देता है यह चीन और अमेरिका से भी ज्यादा है(दैनिक भास्कर, 27 अप्रैल 2019 मैकिंसी ग्लोबल की रिपोर्ट)। इरोज नाउ केपीएमजी की रिपोर्ट के अनुसार भारतीय अपना 30 प्रतिशत मोबाइल फोन टाइम और 70 प्रतिशत डेटा मनोरंजन पर खर्च करते हैं वर्ष 2022 तक इंटरनेट ट्रैफिक में 77 प्रतिशत हिस्सा वीडियो का होगा (दैनिक भास्कर, 12 सितंबर 2019) । (शंगलीयो सन स्टेस्टिका रिपोर्ट 29 अगस्त 2022) के अनुसार 56 प्रतिशत भारतीय दो साल के उपयोग के बाद अपने स्मार्टफोन बदल देते हैं और 10 प्रतिशत 6 महीने के अंदर नया फोन ले लेते हैं। इसका मुख्य कारण लोगों की बेहतर और नवीनतम फोन की चाहत है।

2.0 साहित्य समीक्षा

नई मीडिया प्रौद्योगिकियां अब परिवार और ग्रहस्थ जीवन का एक आंतरिक हिस्सा बन गई हैं। मोबाइल फोन सूचना और भाव को प्रदर्शित करने का माध्यम है **(वैंग टिंग 2016)** । भारतीय शहर और गांव दोनो ही मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। मोबाइल फोन ने दोनों को किसी ना किसी तरह से प्रभावित किया है। भौगोलिक रूप से अलग होने वाले परिवारों की विशेष रूप से प्रौद्योगिकी द्वारा मदद की जाती है। परिवारों में मोबाइल फोन का उपयोग माता–पिता और बच्चों में संपर्क बनाने के लिए किया जाता है। हालांकि नई संचार प्रौद्योगिकी के अवसरों और खतरों के बारे में पारिवारिक और सार्वजनिक चर्चा की आवश्यकता है। माता–पिता को अपने बच्चों को ऑनलाइन सुरक्षित रहने के तरीके सिखाने की जरूरत है **(ऐन**

वैथरॉल व अन्य , 2006) । **(बलवंत सिंह मेहता 2016)** ने भारत के बिहार राज्य में ग्रामीण लोगों पर किए अध्ययन में पाया कि ग्रामीण मोबाइल फोन से रिश्तेदारों और प्रवासी पारिवारिक सदस्यों के संपर्क में थे। वे कृषि और गैर कृषि कार्यों के साथ साथ रोजगार शिक्षा व्यवसाय बैंकिग के बारे में जानकारी प्राप्त कर रहे हैं। **(जूडी वाजकमैन व अन्य 2008),** मोबाइल फोन का प्रमुख उपयोग लोग काम से ज्यादा परिवार और मित्रों से संपर्क करने के लिए करते हैं। खाली समय में मोबाइल का उपयोग सामाजिक संबंधों को मजबूत करने के लिए करते हैं। **(मुहम्मद नदीम डोगर व अन्य 2022),** ने लोगों द्वारा खाली समय में मोबाइल फोन के उपयोग का पता लगाने के लिए किए अध्ययन में पाया कि खाली समय में मोबाइल फोन का उपयोग लोगों के व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन को प्रभावित कर रहा है। मोबाइल फोन सामाजिक जरूरतों को पूरा करने का एक उपकरण बन गया है। लोग अपने अनुभवों और घटनाओं को फोटो और वीडियो के जरिए अपने मोबाइल फोन में कैद कर लेते हैं और खाली समय में उन्हें देखकर वर्तमान को अतीत से जोड़ रहे हैं। अधिकतर लोग खाली समय में मोबाइल फोन का उपयोग संवाद करने के लिए कर रहे हैं जिससे सामाजिकरण में वृद्धि हो रही है। **(जोनथन डोनर व अन्य 2008),** भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन एक शक्तिशाली उपकरण है जो भौगोलिक रूप से बिखरे हुए परिवार को जोड़ने का काम कर रहा है, बच्चों को स्वायत्ता प्रदान कर रहा है। भारतीय परिवार दैनिक जीवन में अपने व्यवसाय से संबधित और एक-दुसरे से जुड़े रहने के लिए मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। मोबाइल फोन युवाओं के रोमांटिक रिश्तों को कायम रखने में सहायक है। युवा पीढी मोबाइल फोन से अधिक प्रभावित है। युवा पीढी पर मोबाइल फोन का नकारात्मक प्रभाव सबसे अधिक देखा गया है **(महबूबोर रहमान 2017)** । **(प्रियंका मतनहेलिया 2010),** ने भारत में युवा वयस्कों द्वारा मोबाइल फोन का उपयोग: एक केस स्टडी विषय पर अध्ययन किया। शोधकर्ता का मुख्य उद्देश्य भारत के 2 शहर मुंबई और कानपुर के 18 से 25 वर्ष की आयु के वयस्कों के मोबाइल फोन के उपयोग के बारे में जानना था। अध्ययन में पाया गया कि दोनों शहरों में युवाओं में मोबाइल फोन के उपयोग में विभिन्नता है। मुंबई में ज्यादातर युवा सेल फोन का उपयोग सुरक्षा, इमरजेंसी, टेक्स्ट मैसेज, न्यूज, मनोरंजन, स्टेटस सिम्बल, गोपनीयता बनाए रखने व समाजीकरण के लिए करते हैं। माता–पिता द्वारा उनके लिए सेल फोन के उपयोग को लेकर नियम बनाए हुए हैं। उनका माता–पिता से इसके उपयोग को लेकर झगड़ा होता है, जबकि कानपुर में ज्यादातर युवा मोबाइल फोन का उपयोग कॉलिंग, ग्रुप मैसेजिंग, सोशल मीडिया और टीवी के रूप में करते हैं। उनके माता–पिता उन पर मोबाइल फोन को लेकर निगरानी रखते हैं। मोबाइल फोन के उपयोग को लेकर पुरुषों और महिलाओं में विभिन्नता पाई गई। **(वैलेंटीना रोटांडी, व अन्य 2017),** ने स्मार्टफोन सामाजिक अंतक्रियाओं की गुणवत्ता और व्यक्तिपरक विकास में क्या भूमिका निभाता है को जानने के लिए अध्ययन किया। स्मार्टफोन ने हमारे दुसरों के साथ बातचीत करने के तरीकों को बदला है। इन परिवर्तनों ने कई मायनो में जीवन को आसान बना दिया है लेकिन ये परिवर्तन बिना किसी लागत के नहीं आये हैं। स्मार्टफोन ने आमने -सामने की बातचीत की गुणवत्ता पर प्रतिकुल प्रभाव डाला है। स्मार्टफोन दोस्तों के साथ बिताए समय की गुणवत्ता को नकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। रिश्तों के लिए स्मार्टफोन नकारात्मक भूमिका निभाते हैं। **(सियोभान मैकग्रथ, 2012)** के अध्ययन के अनुसार नई मीडिया प्रौद्योगिकियां घर के अंदर व्यक्तियों के बीच सामाजिक संपर्क पर नकारात्मक प्रभाव डाल रही हैं। यह घर में निजीकरण को बढावा दे रही है जिससे सामाजिक अलगाव बढ़ रहा हैं।

(जैनी एस रैडस्की व अन्य , 2016) मोबाइल तकनीकी ने बच्चों के पालन-पोषण को आसान बनाया है और तनाव से बचा दिया है। मोबाइल फोन घर में शांति बनाए रखने वाले एक उपकरण के रूप में अपनी सेवा दे रहा हैं। कभी- कभी मोबाइल फोन उनकी भावनात्मक प्रतिक्रिया को प्रभावित करता है। **(कोस्टाडिन कुशलेव व अन्य , 2019)** स्मार्टफोन हमें दुसरों से जोड़ने के लिए डिजाइन किए गऐ हैं लेकिन वर्तमान परिवेश में यह हमें लोगों से अलग कर रहा है। स्मार्टफोन से सामाजिक संबंधो में विकृतियां पैदा हुई है।

(मैक डैनियल व अन्य , 2018) पारिवारिक समय के दौरान स्मार्टफोन का उपयोग आपके बच्चों के व्यवहार को प्रभावित कर सकता है। माता- पिता अपने स्मार्टफोन का उपयोग कर रहे होते हैं तब वे अपने बच्चों पर ज्यादा ध्यान नहीं दे पाते और उनसे कम बातें करते हैं इस समय उनकी संतान माता-पिता का ध्यान पाने की कोशिश करती हुई शत्रुतापूर्ण व्यवहार करती है। **(जेनी रैडस्की व अन्य ,2018)** ने माता-पिता के लिए स्क्रीन की समय सीमा कैसे निर्धारित करें विषय का अध्ययन किया। माता-पिता न केवल स्मार्टफोन से जानकारी प्राप्त करते हैं बल्कि बच्चों के साथ संवाद भी करते हैं। स्मार्टफोन का उपयोग तनाव के स्त्रोत के साथ-साथ तनाव से राहत पाने के लिए भी करते हैं। यह इस बात पर निर्भर करता हैं कि मोबाइल फोन का उपयोग कैसे किया जा रहा है। बच्चे अपने माता- पिता को देखते हैं और उनकी नकल करते हैं। जब माता -पिता अपने मोबाइल फोन में व्यस्त होते हैं तब वे अपने बच्चों पर ज्यादा ध्यान नहीं दे पाते और उनसे कम बातें करते हैं जिससे बच्चे का व्यवहार चिड़चिड़ा हो जाता है। टेक्सटिंग करना समान्यता मोबाइल फोन के उपयोग का हिस्सा है **(कैरिने ब्राउडी, 2017)** ।

(होली सोफी व अन्य , 2018) ने ऑस्ट्रेलिया में पारिवारिक संबंधों के लिए स्मार्टफोन की भूमिका विषय पर अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि माता-पिता स्मार्टफोन का उपयोग पूरे दिन अपने बच्चों के साथ संपर्क में रहने के लिए करते हैं। जिससे माता-पिता और बच्चें दोनों में निकटता और सुरक्षा की भावना रहती है और उनके रिश्तें मजबूत होते हैं। माता-पिता द्वारा बच्चों के स्मार्टफोन उपयोग में हस्तक्षेप करने से उनके रिश्तें में गंभीर समस्या पैदा होती है। परिवार के सदस्यों को एक दिन के लिए पारिवारिक जीवन में अपने मोबाइल फोन का उपयोग नहीं करने के लिए कहा गया। बच्चों और माता-पिता दोनों ने एक दिन बिना मोबाइल फोन के बिताया। फिर उनका साक्षात्कार लिया गया। अध्ययन में पाया गया कि माता-पिता और बच्चों दोनों ने बिना स्मार्टफोन के समय इक्ट्ठा और आनंदपूर्वक बिताया। **(दर्दनो व अन्य ,2020)** ने 0 –3 साल के बच्चों द्वारा घर में टचस्क्रीन उपकरणों के उपयोग का अध्ययन किया और पाया कि टच स्क्रीन बच्चों पर पूरी तरह से हावी है। **(डायस व अन्य ,2021)** पश्चिमी देशों में घर मे अधिकांश बच्चे डिजिटल वातावरण में रह रहे हैं विशेष रूप से यूरोपिय बच्चे **(स्टीफन चौड्रोन व अन्य ,2015) । (डेविड सबर्रा ,2019)** ने स्मार्टफोन और करीबी रिश्ते: विषय पर अध्ययन किया। मोबाइल फोन अक्सर रिश्तों में हस्तक्षेप करता है। मोबाइल फोन के प्रति खिंचाव से तत्काल बातचीत कम हो जाती हैं और रिश्तों में संघर्ष की स्थिति पैदा हो जाती है। इसके साथ ही स्मार्टफोन मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है जिनमे नींद, तनाव, अवसाद संबंधी विकार शामिल है **(व्हिटनी ली ,2017)**। **(सारा थोमी व अन्य , 2011)** ज्यादा समय तक मोबाइल फोन उपयोग करने से मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है इसके लक्षण तनाव, अनिंद्रा, अवसाद, चिंता है। **(जुलिया ब्रैलोवसकिया व अन्य , 2022)** द्वारा किए गए प्रयोगात्मक अध्ययन के अनुसार स्मार्टफोन के उपयोग को प्रतिदिन मात्र 1 घंटे कम करने से भी इसके नकारात्मक प्रभावों में कमी आ जाती है।

3.0 शोध कार्यप्रणाली

3.1 उद्देश्य :–

इस शोध पत्र के मुख्य उद्देश्य हैं:-

- भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन के उपयोग को जानना।
- मोबाइल फोन का सामाजिक संबंधों पर पड़ रहे प्रभावों का अध्ययन करना।
- पारिवारिक सदस्यों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ रहे सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का अध्ययन करना।

4.0 सैम्पल का चयनः

रेंडम सैम्पलिंग तकनीक की लॉटरी विधि का प्रयोग करते हुए परिवारों पर अध्ययन के लिए हरियाणा और पंजाब की प्रशासकीय ईकाई पुलिस रेंज को आधार बनाया गया है। हरियाणा की अंबाला पुलिस रेंज से कुरुक्षेत्र जिले का चयन किया गया है। कुरुक्षेत्र जिले में थानेसर ब्लाक से थानेसर व पिहोवा तहसील के जनसंख्या अनुसार सबसे बड़े गांव गुमथला गढू का अध्ययन के लिए चयन किया गया है। उसी तरह से पंजाब में भी प्रशासकीय ईकाई पुलिस रेंज को आधार मानते हुए पटियाला रेंज से पटियाला जिले का चयन किया गया है। पटियाला जिले में से पातड़ा तहसील व सबसे बड़े गांव शुतराना को अध्ययन में शामिल किया गया है। पटियाला के एक ब्लॉक एवं गांव से परिवारों का रेंडम सैम्पल तकनीक के जरिए चयन किया गया। परिवारों के चयन में संयुक्त व एकल दोनों परिवारों को शामिल किया गया है। चारो जगहों से 1–1 परिवार का अवलोकन के लिए चयन किया गया। परिवार के सभी सदस्यों का अवलोकन किया गया है। अध्ययन में शामिल चार परिवारों का प्रोफाइल कुछ इस तरह से रहा।

तालिका: 1 चार परिवार

परिवार	पता	परिवार का आकार	परिवार की बनावट	पुरूषों की संख्या	महिलाओं की संख्या	आयु वर्ग	साक्षात्कारदाता	परिवार में मोबाइल फोन की संख्या
1	पटियाला	संयुक्त परिवार	1 बुजुर्ग महिला, पति-पत्नी, 1भाई और 1 बच्चा	3	2	1–50	पति और पत्नी	4

2	कुरुक्षेत्र	एकल परिवार	पति-पत्नी और 1 बच्चा	1	2	2-27	पति और पत्नी	2
3	शुतराना	संयुक्त परिवार	1 बुजुर्ग महिला, पति-पत्नी और 2 युवा लड़के	3	2	14–95	पति और पत्नी	2
4	गुमथला गढ़ू	संयुक्त परिवार	1 बुजुर्ग पुरूष, 2 बुजुर्ग महिलाएं 3माता- 3पिता और 2 किशोर लड़के और एक युवा लड़की	5	7	13-80	पति और पत्नी	6

परिवार 1:-

परिवार 1 पंजाब की पुलिस रेंज पटियाला से संबंधित है। यह एक शहरी संयुक्त परिवार है। परिवार में कुल 5 सदस्य है जिसमें 2 पुरूष , 2 महिलाएं और 1 बच्चा है। परिवार में 50 वर्षीय सुनीता देवी और उनके दो बेटे सुमित और नवनीत हैं (आयु क्रमंश 32, 30)। सुमित कुमार विवाहित है इनकी पत्नी का नाम बबीता देवी 28 वर्षीय है जो एक हाउसवाइफ है इनका 1 साल का बच्चा कुशांक है। सुनीता देवी दसवीं, सुमित कुमार बी टैक, नवनीत सिंह बारहवीं और बबीता देवी बी एस सी पास है। सुमित कुमार पंजाब में पटवारी के पद पर कार्यरत है और नवनीत सिंह एक बिजनेस मैन है। इस परिवार में कुल 4 मोबाइल फोन है। सभी मोबाइल फोन एंड्रोयड हैं।

परिवार 2:-

परिवार 2 हरियाणा की पुलिस रेंज अंबाला के कुरुक्षेत्र जिला का है। यह एक शहरी एकल परिवार है।परिवार में कुल 3 सदस्य है। जिसमें 1 पुरूष , 1 महिला और 1 बच्चा है। परिवार में 27 वर्षीय दवेंदर सिंह उनकी 23 वर्षीय पत्नी रेखा रानी और 2 साल की बेटी अक्षरा है। दवेंदर सिंह बीए पास है और पेंटर का काम करता है इनकी पत्नी रेखा रानी दसवीं पास है और सिलाई का काम करती है। परिवार में कुल 2 मोबाइल फोन है। दोनों मोबाइल फोन एंड्रोयड हैं।

परिवार 3:-

परिवार 3 पंजाब के जिला पटियाला का जनसंख्या के हिसाब से सबसे बड़े गांव शुतराना का है। यह एक ग्रामीण संयुक्त परिवार है। परिवार में कुल 5 सदस्य है जिसमें 1 पुरूष , 2 महिलाएं और 2 किशोर है। परिवार में 95 वर्षीय सनहरी देवी और उनका 45 वर्षीय बेटा टेकराज सिंह व उनकी 42 वर्षीय पत्नी सरोजबाला और दो बेटे ज्ञानदास और दिपिंद्र सिंह (आयु क्रमंश 17, 14) है। सनहरी देवी अनपढ़, टेकराज सिंह दसवीं और सरोजबाला देवी बारहवीं पास है व ज्ञानदास और दिपिंद्र सिंह स्कूली शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं। टेकराज सिंह पंजाब के मुनक में हैड कांस्टेबल है और इनकी पत्नी सरोजबाला देवी एक हाउसवाइफ है। परिवार में कुल 2 मोबाइल फोन है। दोनों मोबाइल फोन एंड्रोयड हैं।ज्ञानदास और दिपिंद्र सिंह स्कूल से घर आने पर अपनी मां सरोजबाला देवी का मोबाइल फोन उपयोग करते हैं।

परिवार 4:-

परिवार 4 हरियाणा की पुलिस रेंज अंबाला के कुरुक्षेत्र जिला की पिहोवा तहसील का सबसे बड़ा गांव है। यह एक ग्रमीण संयुक्त परिवार है। परिवार में कुल 12 सदस्य है। जिसमें 3 पुरूष , 5 महिलाएं और 2 किशोर और 1 युवा लड़की है। परिवार में 80 वर्षीय हरभजन कौर, 70वर्षीय करनैल सिंह उनकी 68 वर्षीय पत्नी दविंद्र कौर और उनके 3 बेटे गुरूवंत सिंह, रमनजीत सिंह और गुरूलाल सिंह (आयु क्रमंश 50, 45, 38)है। गुरूवंत सिंह की 50 वर्षीय पत्नी बलविंद्र कौर एक हाउसवाइफ है। रमनजीत सिंह की 43वर्षीय पत्नी जसबीर कौर और गुरूलाल सिंह की 35 वर्षीय पत्नी परमजीत कौर भी एक हाउसवाइफ है। परिवार में 20 वर्षीय हरप्रीत कौर कॉलेज विद्यार्थी और 15वर्षीय हरगुण सिंह और 13वर्षीय दिलजान सिंह स्कूली शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं।हरभजन कौर अनपढ़, करनैल सिंह दसवीं, दविंद्र कौर पाचवीं, गुरूवंत सिंहदसवीं, रमनजीत सिंह आठवीं, गुरूलाल सिंह बीए, बलविंद्र कौर दसवीं, जसबीर कौर दसवीं और परमजीत कौर बीए पास है। परिवार में कुल 6 मोबाइल फोन है। सभी मोबाइल फोन एंड्रोयड हैं।

4.1 सहभागी अवलोकन के लिए चर निर्माण प्रक्रिया :

अध्ययन के दूसरे भाग में प्रतिभागी अवलोकन के लिए चरों के सेट का निर्धारण करने के बाद अध्ययन क्षेत्र में अवलोकन के लिए जाया गया। शोधार्थी ने अपने सोशल नेटवर्क के आधार पर इन्ही चारों परिवारों के एक- एक व्यक्ति से मोबाइल फोन के माध्यम से सम्पर्क किया। शोधार्थी ने अपने अध्ययन के उद्देश्यों के बारे में अवगत करवाया और उनके द्वारा पूछे गए सवालों का संतुष्टिजनक जवाब दिया। परिवार की सहमति होने पर शोधार्थी निश्चत जगह और निर्धारित समय पर अवलोकन के लिए पहुंची। प्रस्तुत अध्ययन में प्रतिभागी अवलोकन के दौरान शोधार्थी की भूमिका ओवर्ट प्रतिभागी (अवलोकित समूह को पता था कि उनका अवलोकन किया जा रहा है) के रूप में थी। सभी 4 परिवारों का कुल 16 दिन जनवरी, फरवरी और मार्च माह के वर्किंग और नॉन वर्किंग दोनों दिनों में प्रतिभागी अवलोकन किया गया। इसमें एकल और संयुक्त दोनों परिवारों को शामिल किया गया है। प्रतिभागी अवलोकन में परिवार के सभी सदस्यों को शामिल किया गया। शोधार्थी ने प्रत्येक परिवार के बीच 4 दिन (2 वर्किंग और 2 नॉन वर्किंग) रहते हुए की फोटोग्राफ, नोट पैड और व्यक्तिगत अवलोकन अर्थात आंखों की सहायता से परिवार में कितने सदस्य व कितनी-कितनी आयु के हैं। पारिवारिक सदस्य किस प्रकार के मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं। किस आयु वर्ग के लोग मोबाइल फोन का ज्यादा उपयोग कर रहे हैं। क्या परिवार के लोग मोबाइल फोन के उपयोग के दौरान एक दूसरे को नजरअंदाज करते हैं। पारिवारिक सदस्य कितना समय इक्ट्ठा व बिना मोबाइल फोन के साथ बिताते हैं।पारिवारिक सदस्य खाली समय में मोबाइल फोन का उपयोग कुछ उत्पादक कार्य के लिए करते हैं या नहीं।क्या परिवार के लोग घर में सामूहिक और स्वतंत्र रूप से मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। पारिवारिक सदस्य खाने के समय कॉल व मैसेज का जवाब देते हैं या नहीं। क्या मोबाइल फोन अब जरूरत से आगे लत तक पहुंच गया है का प्रत्यक्ष अवलोकन किया गया है। प्रतिभागी अवलोकन के लिए जिन चरों का निर्माण किया गया है उन्हें निम्न तालिका में दर्शाया गया है।

तालिका:2 प्रतिभागी अवलोकन के लिए मुख्य चर एवं सैद्धांतिक आयाम

क्रमांक	सैद्धांतिक आयाम	चर	वर्णनात्मक कोड
1	समाजीकरण (Socialization)	बातचीत, अनुभवों और गतिविधियों को सांझा करना।	मोबाइल फोन व सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से बातचीत, अनुभवों और गतिविधियों को सांझा करना।
2	उपकरण (Tool)	रिश्तें, कामकाज, समस्याएं सुलझाने का माध्यम	मोबाइल फोन रिश्तों को संभालने का उपकरण, मोबाइल फोन कामकाजी उपकरण के रूप में
3	स्वरूप (Type)	उपलब्धता, संख्या	परिवार में मोबाइल फोन की संख्या, मोबाइल फोन का प्रकार।
4	कनेक्टिविटी (Connectivity)	परिवार, दोस्तों व रिश्तेदारों को मैसेज व कॉल के साथ-साथ ओडियो वीडियो कॉल करना	अपने प्रियजनों से हर समय जुड़े रहने की आवश्यकता
5	मनोरंजन (Entertainment)	गेम, गीत, फिल्म, वीडियो, सेल्फी, वेब सीरिज देखना, सोशल मीडिया को स्क्रोल करना	पूरे दिन की चिंता को कम करने के लिए खाली समय में गेम खेलना, आनंद के लिए वीडियो, फिल्में और गाने देखना। यादों को कैद करने के लिए सेल्फी/तस्वीरें लेना।
6	खोज (Search/Discover)	नई जानकारी, नए तथ्य, मोबाइल व इंटरनेट को ज्ञान प्राप्त करने के माध्यम के रूप में देखना	दुनिया भर में समाचारों और नवीनतम घटनाओं के बारे में नई जानकारी प्राप्त करना। इंटरनेट के जरिए कुछ नया करना सीखना।
7	लत (Addiction)	आदतन, निर्भरता (Habitual,Dependency), उसमे खोए रहना, बार-बार उसे देखना, कुछ न कुछ ढूंढने की कोशिश करते रहना	मोबाइल फोन को हमेशा साथ रखना। मोबाइल फोन के बिना अकेलापन महसूस करना।

8	रिकॉलिंग (Recalling)	पुरानी फोटो , वीडियो व पुराने संदेश को देखना, अपनी फोटो व वीडियो गैलरी देखते रहना	खूबसुरत पलों को याद करने के लिए सहजे गए चित्र और वीडियो देखना। प्रियजनों के पिछले संदेशों को पढ़ना।
9	निजता (Privacy)	पासवर्ड	मोबाइल फोन को व्यक्तिगत सम्पति मानते हुए अपने मोबाइल फोन के पासवर्ड को सांझा ना करना।
10	नियम (Regulation)	खाना, सोना	खाना खाते समय मोबाइल फोन का उपयोग करना। देर रात तक व नींद के बीच में मोबाइल फोन का उपयोग करना।
11	शिष्टाचार (Etiquette)	बुजुर्गों का सम्मान	घर में मोबाइल फोन के उपयोग की व्यस्तता में बुजुर्गों को नजरअंदाज करना।
12	दिखावा (Flaunt)	महंगे व अलग-अलग ब्रांड के मोबाइल फोन रखना	उच्च कीमत के मोबाइल फोन का उपयोग करना।
13	उपवास (Digtial Ditox)	इलेक्ट्रोनिक उपवास	मोबाइल फोन के उपयोग बिना पूरा दिन व्यतीत करना।

4.2 प्रतिभागी अवलोकन की कोडिंग एवं समय सारणी:

प्रतिभागी अवलोकन के लिए चारों परिवारों को अलग-अलग कोड दिए गए है। शोधार्थी ने सबसे पहले पंजाब के पटियाला शहर के परिवार का जनवरी और फरवरी माह में सोमवार, मंगलवार, शनिवार और रविवार के दिन अवलोकन किया। अवलोकन के दिन रविवार को वापस लौटने से आधे घंटे पहले पति और पत्नी का साक्षात्कार किया गया। इसके बाद क्रमंश: हरियाणा के कुरुक्षेत्र शहर , पटियाला के शुतराना गांव और अंत में कुरुक्षेत्र शहर के गुमथला गढ़ू के परिवार का अवलोकन किया गया। इसी क्रम को ध्यान में रखते हुए चारों परिवारों को अलग-अलग कोड दिए गए है।

तालिका :3 परिवारों के अवलोकन का कुल समय 16 दिन और 128 घंटे

क्रमांक	**क्षेत्र का नाम**	**अवलोकन का दिन, दिनांक, महीना और समय**								**परिवार के अवलोकन का कुल समय**	**साक्षात्कार का समय**
1	पटियाला	सोमवार 31 जनवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	मंगलवार 1 फरवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	शनिवार 5 फरवरी 2022	शाम 4-8 बजे तक	रविवार 6 फरवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, दोपहर 12 से 2 बजे तक, शाम 4-8 बजे तक	32 घंटे	शाम 8-8:30 बजे तक
’2	शुतराना	बुधवार 9	सुबह 6-	वीरवार 10	सुबह 6-	शनिवार 12	शाम 4-8	रविवार 13 मार्च	सुबह 6-10	32 घंटे	शाम 8-

		फरवरी 2022	10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	फरवरी 2022	10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	मार्च 2022	बजे तक	2022	बजे तक, दोपहर 12 से 2 बजे तक, शाम 4-8 बजे तक		8:30 बजे तक
3	कुरुक्षेत्र	सोमवार 14 फरवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	मंगलवार 15 फरवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	शनिवार 19 फरवरी 2022	शाम 4-8 बजे तक	रविवार 20फरवरी 2022	सुबह 6-10 बजे तक, दोपहर 12 से 2 बजे तक, शाम 4-8 बजे तक	32 घंटे	शाम 8-8:30 बजे तक
4	गुमथला गढ़ू	बुधवार 16 मार्च 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	वीरवार 17 मार्च 2022	सुबह 6-10 बजे तक, शाम 5-10 बजे तक	शनिवार 19 मार्च 2022	शाम 4-8 बजे तक	रविवार 20 मार्च 2022	सुबह 6-10 बजे तक, दोपहर 12 से 2 बजे तक, शाम 4-8 बजे तक	32 घंटे	शाम 8-8:30 बजे तक
कुल	4 क्षेत्र	2 सोमवार और 2 बुधवार	36 घंटे	2 मंगलवार और 2 वीरवार	36 घंटे	4 शनिवार	16 घंटे	4 रविवार	40 घंटे	128 घंटे	2 घंटे

4.3 साक्षात्कार के लिए पारिवारिक सदस्यों का चयन :

प्रतिभागी अवलोकन के चयनित प्रत्येक 4 परिवारों में से प्रतिभागी अवलोकन के अंतिम दिन अर्थात रविवार की शाम को चारों परिवारों से कुल 8 लोगों का अर्ध–संरचित साक्षात्कार किया गया। प्रत्येक परिवार से माता और पिता दोनों का साक्षात्कार किया गया है। इसका कारण यह था कि माता-पिता ही परिवार के सभी सदस्यों के मोबाइल फोन उपयोग के व्यवहार को अच्छे से बता पा रहे थे। अर्ध–संरचित साक्षात्कार में 9 प्रश्न पूछे गये।

4.4 अर्ध–संरचित साक्षात्कार के प्रश्न :

1. परिवार के लोगों द्वारा घरों में किन किन संचार माध्यम एवं नई टैक्नोलॉजी का प्रयोग कर रहे हैं।
2. मोबाइल फोन आपके जीवन में क्या महत्व रखता है स्पष्ट करें।

3. परिवार में मोबाइल फोन के उपयोग का आपसी संवाद व सामाजिक सम्पर्क पर कैसा प्रभाव पड़ा है।
4. मोबाइल फोन ने परिवारों की निजता को कैसे प्रभावित किया है।
5. मोबाइल फोन के अधिक प्रयोग के कारण किस तरह की समस्याओं का सामना परिवार कर रहे हैं।
6. मोबाइल फोन के अधिक प्रयोग से परिवार के लोग किस तरह की मनोवैज्ञानिक समस्याओं का सामना कर रहे हैं।
7. मोबाइल फोन के परिवार के सदस्यों पर के व्यवहार व आदतों पर किस तरह के नकारात्मक प्रभाव पड़ रहे हैं।
8. परिवार के सदस्य सप्ताह में कब, कितना व क्या करने के लिए मोबाइल का प्रयोग कर रहे हैं।
9. मोबाइल फोन के कारण पारिवारिक सदस्य रिश्तों, शिष्टाचार एवं जीवन शैली में किस तरह के बदलाव महसूस कर रहे हैं।

तालिका:4 गुणात्मक अध्ययन के अनुसार परिवारों द्वारा मोबाइल फोन का प्रयोग:

क्रमांक	सैद्धांतिक आयाम	पुरुष	महिला	किशोर लड़के	किशोर लड़कियां	बच्चे
1	समाजीकरण (Socialization)	✓	✓	✓	✓	×
2	उपकरण (Tool)	✓	✓	✓	✓	×
3	स्वरूप (Type)	✓	✓	✓	✓	×
4	कनेक्टिविटी (Connectivity)	✓	✓	✓	✓	×
5	मनोरंजन (Entertainment)	✓	✓	✓	✓	✓
6	खोज (Discover)	✓	✓	✓	✓	×
7	लत (Addiction)	✓	✓	✓	✓	✓
8	रिकॉलिंग (Recalling)	✓	✓	✓	✓	×
9	निजता (Privacy)	✓	✓	✓	✓	×
10	नियम (Regulation)	×	×	×	×	×
11	अहमियत (Importance)	✓	✓	✓	✓	×
12	दिखावा (Flaunt)	×	×	✓	×	×
13	उपवास (Digtial Ditox)	×	×	×	×	×

5.0 परिणाम, विश्लेषण व व्याख्या:-

5.1 समाजीकरण (Socialization)

शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि सभी परिवारों में विभिन्न मीडिया प्रौद्योगिकी हैं जैसे कि मोबाइल फोन, टी वी और लैपटाप (परिवार 1)। मोबाइल फोन, टी वी (परिवार 2)। मोबाइल फोन, टी वी (परिवार 3)। मोबाइल फोन, टी वी और लैपटाप (परिवार 4)। साक्षात्कारदाताओं ने बताया कि सभी प्रौद्योगिकी का अपना-अपना उपयोग है। वे समय व जरूरत के हिसाब से सभी का उपयोग करते हैं। लेकिन इन सभी में मोबाइल फोन ऐसी प्रौद्योगिकी है जिसका इस्तेमाल बिना जरूरत के भी परिवार के लोग करते हैं। मोबाइल फोन के बाद दूसरी लोकप्रिय प्रौद्योगिकी टी वी है। घर के काम से खाली होने और रात के समय महिलाएं टी वी देखने में अपना समय व्यतीत करती है लेकिन पुरूष खाली समय में मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं (साक्षात्कारदाता बबीता देवी परिवार 1, परमजीत कौर परिवार 4 और रेखा रानी परिवार 2)। भारतीय परिवार व उसके सदस्य सबसे अधिक मोबाइल फोन का ही उपयोग कर रहे हैं। शोधकर्ता द्वारा साक्षात्कार के दौरान पूछे

जाने पर कि मोबाइल फोन का परिवार के सामाजिक सम्पर्क पर क्या प्रभाव पड़ा है? बबीता देवी का कहना था कि मोबाइल फोन उपयोग करते समय हम एक-दूसरे को नजरअंदाज कर देते है जिसका आपसी रिश्तों पर नकारात्मक असर पड़ रहा है (परिवार 1) । मोबाइल फोन पर आवश्यकता से अधिक बातचीत करने से रिश्ते टूट रहे हैं (परिवार 2 और परिवार 3) । टेकराज सिंह मोबाइल फोन को रिश्तों के लिए नकारात्मक उपकरण मानते हैं क्योंकि इसने एक दूसरे के घर आने जाने की हमारी पुरानी परम्परा को खत्म कर दिया है (परिवार 3) । साक्षात्कारदाताओं के अनुसार मोबाइल फोन आपसी सम्पर्क पर सकारात्मक प्रभाव डाल रहा है। मोबाइल फोन रिश्तेदारों और दोस्तों का हाल- चाल जानने का एक प्रभावी साधन है (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4) । गुरूलाल सिंह मोबाइल फोन को एक सामाजिक जरूरत मानते हैं (परिवार 4)। मोबाइल फोन घरों में सबसे अधिक प्रयोग किया जाने वाला उपकरण है। घर के अंदर एक कमरे से दूसरे कमरे में बातचीत मोबाइल फोन से होने लगी है पारिवारिक सदस्य एक दूसरे को अलग अलग कमरे में बैठे होने पर मोबाइल फोन से ही संपर्क करते हैं(परिवार 1, परिवार 2 और परिवार 4) । शाम को ऑफिस के काम से घर आने पर अपने परिवार से पहले मोबाइल फोन को सम्भालते हैं (परिवार 1, परिवार 2 और परिवार 3) । भारतीय परिवारों पर मोबाइल फोन का सामाजिक प्रभाव सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह का है। एक तरफ यह समाजीकरण को बढ़ा रहा है तो दूसरी तरफ रिश्तों को तोड़ भी रहा है।

(जैनी एस रैडस्की व अन्य, 2016) ने भी अपने अध्ययन में पाया है कि फोन ने पारिवारिक संचार और पारिवारिक संबंधों की गुणवत्ता को बढ़ाया है। (रिच लिंग व अन्य, 2005 और अहिल्या तिवारी, 2014 और गीयोर्गिया बारबोनी व अन्य, 2018)का अध्ययन भी कहता है कि मोबाइल फोन से सामाजिक संबंधों में वृद्धि हुई है। (यूसुफ जिया ओजकन व अन्य, 2003) लोग मोबाइल फोन का उपयोग सामाजिकता को बनाने के लिए करते हैं। (मारिआनो चोलिज, 2010) मोबाइल फोन पारस्परिक संबंधों को स्थापित व उनका रखरखाव करता है। (प्रियंका मतनहेलिया, 2010) के अध्ययन के अनुसार भारतीय युवा सेल फोन का उपयोग सुरक्षा, इमरजेंसी, परिवार और दोस्तों के साथ सम्पर्क व संचार के लिए करते हैं। (लॉरा सिल्वर व अन्य, 2019)के अध्ययन के अनुसार मोबाइल फोन का समाज पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। लेकिन (ब्रैंडन टी मैक डैनियल 2018) मोबाइल भौतिक रूप से मौजुद लोगों के बीच संचार व बातचीत को बाधित करता है। पाारिवारिक सामंजस्य के लिए जरूरी संतुष्टि व आपसी समर्थन को घटाता है। पाारिवारिक जीवन और पाारिवारिक प्रक्रियाओ के ताने बाने को नुकसान पहुंचाता है। लोग व्यक्तिगत रूप से संवाद करने के कौशल और क्षमताओं को भूल जाएगें। (हेनस गेसर 2005) मोबाइल फोन का स्थानीय निकटता के आधार पर सामाजिक सम्पर्क और एकीकरण पर नकारात्मक असर पड़ता है।

5.2 उपकरण (Tool)

शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन व साक्षात्कार में पाया कि भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन के उपयोग को लेकर लिंग विभिन्नता है।

5.2.1 गृहणियां के लिए मोबाइल फोन घरेलू और रिश्तों को सम्भालने का एक उपकरण

भारतीय गृहणियां मोबाइल फोन का अधिकतर उपयोग बातचीत के लिए करती हैं (साक्षात्कारदाता रेखा रानी परिवार 2, सरोज बाला परिवार 3 और परमजीत कौर परिवार 4)। वे अपने मायके वालो से और अपनी नंनदों से मोबाइल फोन के जरिए अधिक बातचीत करती हैं। पति व बच्चों के घर से बाहर होने पर उन्हें आवश्यक व अनावश्यक कार्यों के लिए कॉल करती हैं (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। भारतीय महिलाएं कई बार मोबाइल फोन पर बातचीत करते समय भावुक भी हो जाती हैं(साक्षात्कारदाता रेखा रानी परिवार 2, सरोज बाला परिवार 3 और परमजीत कौर परिवार 4)। यू टयूब पर सिलाई कढ़ाई से संबंधित वीडियो देखती हैं। नई रैसपी बनाना सीखती है और इस नए रैसपी के बनाने के समय बीच-बीच में मोबाइल फोन पर वीडियो देखती है (साक्षात्कारदाता रेखा रानी परिवार 2 और परमजीत कौर परिवार 4)। बबीता देवी के अनुसार मोबाइल फोन उनके लिए एक मनोरंजन का साधन है वे मोबाइल फोन का सबसे अधिक उपयोग मनोरंजन के लिए करती हैं (परिवार 1)। 75 प्रतिशत भारतीय महिलाओं के लिए मोबाइल फोन रिश्तों को बनाए रखने का और 50 प्रतिशत के लिए सीखने का उपकरण है। भारतीय परिवारों में महिलाओं के लिए मोबाइल फोन अपने रिश्तेदारों से अच्छे संबंध रखने व मनोरंजन का साधन बन रहा है। विवाहित महिलाएं शादी के बाद मोबाइल फोन से ही अपने माता-पिता व अन्य सदस्यों से जुड़ा महसूस करती है। घर का किचन व रिलेशन दोनों पर मोबाइल फोन के जरिए चर्चा होती है। बच्चों के स्कूल व पति के ऑफिस जाने पर महिलाएं बोरियत से बचने के लिए मोबाइल फोन का अनावश्यक उपयोग करती हैं(परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3, परिवार 4) ।

5.2.2 पुरुषों के लिए मोबाइल फोन एक कामकाजी उपकरण

भारतीय पुरुष केवल जिम्मेवारी आने पर ही कोई कॉल करते हैं (सुमित सिंह परिवार 1, टेकराज सिंह परिवार 3 और गुरूलाल सिंह परिवार 4) इसके अलावा अपने ज्यादा करीबी दोस्तों के साथ प्रतिदिन बिना किसी निर्धारित समय के घंटो

तक ओडियो और वीडियो कॉल से बातचीत करते हैं (सुमित सिंह परिवार 1 और दवेंदर सिंह परिवार 2)। परिवार 1 में सभी पुरूष खेतीबाड़ी और पशुपालन के काम में सलंग्न है इसलिए वे यू ट्यूब और फेसबुक पेज पर फसल के बारे में जानकारी प्राप्त करते हैं। भैंसो का व्यापारी होने के कारण गुरूवंत सिंह भैंसों के खान-पान से संबंधित वीडियो और राजनीति में अधिक रूचि होने के कारण राजनीतिक समाचार अपने मोबाइल फोन में अक्सर देखते रहते हैं। करनैल सिंह जो घर में बुजर्ग हैं अपने दिन को टीवी और मोबाइल फोन के जरिए ही व्यतीत करते हैं। मोबाइल फोन और टीवी ने उन्हें इस आयु में अकेलेपन से बचाकर रखा हुआ है (परिवार 1) । नवनीत सिंह अधिकांशत अपने बिजनेस से संबंधी वीडियो अपने मोबाइल फोन पर देखते रहते हैं और सुमित कुमार मोबाइल फोन का उपयोग टी वी के रूप में अर्थात मनपसंद फिल्में देखने के लिए करते हैं (सुमित सिंह परिवार 1)। भारतीय परिवारों में पुरूष अपनी जरूरत के अनुसार मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। वे अपने कार्य व व्यवस्था को आगे बढ़ाने के उपकरण के रूप में मोबाइल फोन को देखते हैं। प्रियंका मतनहेलिया (2010) ने भारत में मोबाइल फोन के उपयोग को लेकर पुरुषों और महिलाओं में विभिन्नता पाई । व्हिटनी ली (2017) महिलाएं अपने रिश्तों को कायम रखने के लिए जबकि पुरुष वाद्य यंत्र के रूप में मोबाइल फोन का अधिक उपयोग करते हैं। महिलाएं मोबाइल फोन पर गहरी बातचीत करती हैं जबकि पुरूष उपयोगी और छोटे संदेश भेजते हैं। पुरूष मोबाइल फोन को ऐसी प्रौद्योगिकी के रूप में देखते हैं जो स्वतंत्रता को बढ़ावा देती है न कि सामाजिक वातावरण को जोड़ने के रूप में जबकि महिलाएं संबंध निर्माण के लिए इस प्रौद्योगिकी का उपयोग करती है।

5.2.3 किशोर और मोबाइल फोन गेमिंग

शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि भारतीय किशोर अपने मोबाइल फोन से वीडियो गेम खेलने मे मस्त हैं। परमजीत कौर ने बताया कि उनका 13 साल का लड़का दिलजान सिंह और 15 वर्षीय हरगुण सिंह अपना बहुत अधिक समय वीडियो गेम खेलने में बिताते हैं (साक्षात्कारदाता परमजीत कौर परिवार 4)। शोधकर्ता जब हरियाणा के गूमथला गढु गांव के चयनित घर में जाती है तब देखती है कि 13 वर्षीय दिलजान सिंह अपने बेडरूम में लेटे हुए मोबाइल फोन में वीडियो गेम खेलने में खोया हुआ है। अवलोकन में शामिल दोनों ही किशोर लड़के वीडियो गेमिंग की लत का शिकार है। जब अवलोकनकर्ता ड्राइंग रूम से बेड रूम में जाती है तब देखती है कि दोनों ही किशोर लड़के बेड पर अपने दादा जी के साथ लेटे हुए हैं और दोनों ही मोबाइल फोन पर वीडियो गेम खेल रहे होते हैं (परिवार 4)। पंजाब के गावं शुतराना में टेकराज सिंह के दोनो बेटो ज्ञानदास और दिपिंद्र सिंह (आयु क्रमंश 17, 14) को भी वीडियो गेमिंग का शोंक है। वे पढ़ाई के अलावा मनोरंजन के लिए भी मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं(परिवार 3)। (जोवैन मसचेरोनी, 2014) घर पर मोबाइल फोन का उपयोग बच्चे अपने बेडरूम में करते हैं।

5.2.4 छोटे बच्चें और कार्टून

अवलोकनकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि भारतीय परिवारों में 1 से 2 साल के छोटे बच्चें अपने माता-पिता के मोबाइल फोन में यू ट्यूब पर कार्टून और कविताएं देखते व सुनते है। वे मोबाइल फोन ना देने पर रोना शुरू कर देते हैं। मोबाइल फोन के अत्यधिक प्रयोग के कारण बच्चें के व्यवहार में चिड़चिड़ापन आ गया है। माता-पिता इस बारे में बहुत चिंतित है (परिवार 1 और परिवार 2)। रेखा रानी ने अपनी 2 वर्षीय बेटी अक्षरा को प्ले स्कूल में भेजना शुरू कर दिया है क्योंकि वह सारा दिन मोबाइल फोन लेने की जिद करती थी (परिवार 2)। भारतीय माता-पिता अपने बच्चों को मोबाइल फोन खिलौने के विकल्प के तौर पर दे रहे हैं। बच्चों को एंगेज करने के लिए पहले माता-पिता ही उन्हें मोबाइल फोन देते हैं। जब बच्चों को इसकी लत लग जाती है तब स्वयं इससे परेशान होते हैं। भारतीय गृहणियों व माताओं के लिए मोबाइल फोन बच्चों को रोने से चुप कराने का माध्यम बन गया है। (दर्दनो व अन्य , 2020) जापान में लगभग 2 साल तक के बच्चे अपने माता पिता के मोबाइल फोन का उपयोग वीडियो देखने और गेम खेलने के लिए करते हैं। (सटमटीयोस पॉपडॉकिस, 2022) के अध्ययन के अनुसार घर में प्रत्येक छोटे बच्चे की मोबाइल फोन तक पहुंच है और वे जल्दी ही इसका उपयोग करना शुरू कर देते हैं। घर में टचस्क्रीन और मल्टी यूज डिवाइस बहुत ज्यादा लोकप्रियता प्राप्त कर रहे हैं।

6.0 मोबाइल फोन के बारे में राय

शोधकर्ता द्वारा साक्षात्कार के दौरान पूछे जाने पर कि आपकी अपने मोबाइल फोन के बारे में क्या राय है? बबीता देवी मोबाइल फोन को अपने घर का छठा सदस्य मानती है। मोबाइल फोन से दूर होने का मतलब अपने परिवार के किसी सदस्य की कमी के महसूस होने जैसा ही है (परिवार 1) । टेकराज सिंह के अनुसार मोबाइल फोन एक गहना है जिसका लोग दिखावे के लिए उपयोग करते हैं। इसके लाभ कम और हानियां अधिक है। एक पुलिस कर्मचारी होने के कारण वे प्रति दिन ऐसी वारदात देखते हैं जिसका कारण सिर्फ और सिर्फ मोबाइल फोन है। वे मोबाइल फोन को अभिशाप मानते हैं क्योंकि यह समाज में अपराध को बढ़ा रहा है (परिवार 3) । वहीं रेखा रानी, टेकराज सिंह , सरोजबाला और गुरूलाल सिंह का मानना है कि मोबाइल फोन के मोबाइल फोन के उपयोग करने का ढ़ग ही इसके फायदे और नुक्सान है। हम स्वयं इसके

फायदे और नुक्सान के लिए जिम्मेवार है। मोबाइल फोन का सकारात्मक उपयोग लाभ और नकारात्मक उपयोग हानि देने वाला है (परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4) । मोबाइल फोन का सकारात्मक तरीके से उपयोग लाभकारी सिद्ध होता है।

6.1 स्वरूप (Type)

शोधकर्ता द्वारा अवलोकित किए गए प्रत्येक परिवार में मोबाइल फोन है जिसकी संख्या 2 से 6 तक है। प्रत्येक भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन का उपयोग किया जाता है। शोधकर्ता ने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि प्रत्येक परिवार में एंड्रोयड फोन का ही उपयोग किया जाता है। हालांकि एंड्रोयड फोन में 2 सिम कार्ड के सलोट होते हैं लेकिन फिर भी सभी के पास एक-एक ही सिम कार्ड है।शोधकर्ता द्वारा इस संबंध में प्रश्न पूछे जाने पर समस्त पारिवारिक सदस्यों का कहना था कि डाटा दरों में आई तेजी के कारण वे सिर्फ एक-एक सिम कार्ड का ही खर्च उठा पाते हैं अर्थात मोबाइल फोन भारतीयों की जेब को ढीला कर रहा है। इसके साथ ही भारतीय लोगों की मोबाइल फोन का उपयोग करने की पसंदीदा जगह बेडरूम और ड्राइंग रूम है। अवलोकनकर्ता ने अपने अवलोकन घर के अंदर भारतीय परिवारों को बेडरूम, ड्राइंग रूम और किचन में मोबाइल फोन उपयोग करते पाया है। घर में मोबाइल फोन का सबसे अधिक उपयोग किया जाता है (मिजुको इटो व अन्य, 2005)।

6.2 कनेक्टिविटी (Connectivity)

भारतीय पारिवारिक सदस्य मोबाइल फोन का उपयोग एक दूसरे से जुड़े रहने के लिए कर रहे हैं। वे सोशल मीडिया के माध्यम व्हाटस एप और फेसबुक से अपने परिवार के लोगों, दोस्तों और रिश्तेदारों से जुड़े हुए हैं (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। गुरूलाल सिंह का कहना था कि वे फेसबुक के जरिए अपने गांवों के अनेकों लोगों के सम्पर्क में हैं। सामाजिक प्राणी होने के कारण व्यक्ति अपने आस-पास व दोस्तों और रिश्तेदारों के बारे में हर संभव जानकारी प्राप्त करने के लिए उत्सुक रहता है उसकी इस उत्सुकता को मोबाइल फोन दूर कर रहा है। मोबाइल फोन से तुरंत पारिवारिक सदस्यों व दोस्तों व रिश्तेदारों से सम्पर्क किया जा सकता है। मोबाइल फोन अपने प्रियजनों से हर समय जुड़े रहने की आवश्यकता को पूरा करने का पारिवारिक यंत्र बन गया है और परिवार के नए सदस्य के रूप में अपनी पहचान बना गया है।

6.3 मनोरंजन (Entertainment)

बबीता देवी और सुमित कुमार मोबाइल फोन को एक मनोरंजक वस्तु मानते हैं वे वीडियो सांग व फिल्म देखने के लिए मोबाइल फोन का सबसे अधिक उपयोग करते हैं (परिवार 1)। परिवार 4 में गुरूवंत सिंह फेसबुक पर स्क्रॉल करते हुए वीडियो देखते रहते हैं। महिलाएं घर के काम के बीच-बीच में थकान को दूर करने के लिए मोबाइल फोन को मनोरंजन के लिए उपयोग करती हैं उनका मानना है कि मोबाइल फोन काम के बोझ को कम कर देता है (परिवार 1, परिवार 2 और परिवार 3)। सरोजबाला का कहना था कि वे काम के बीच में मोबाइल फोन का उपयोग नहीं करती है क्योंकि यह काम करने की क्षमता को कम करता है काम से ध्यान भटकाता है। 75 प्रतिशत महिलाओं के अनुसार मोबाइल फोन एक एनर्जी ड्रिंक के रूप में काम करता है।

6.4 खोज (Discover/Search)

हरप्रीत कौर पढ़ाई से सम्बंधित सामग्री प्राप्त करने के लिए मोबाइल फोन में गूगल क्रोम का उपयोग करती है। उनके अनुसार मोबाइल फोन ने ज्ञान में वृद्धि की है। पढ़ाई के बीच में मानसिक तौर पर खुद को आरामदायक महसूस करने के लिए मोबाइल फोन का उपयोग करने लग जाती है। लेकिन कब यह ब्रेक समय 10 मिनट से 1 घंटा हो जाता है कुछ पता नहीं लगता। मोबाइल फोन उत्पादक समय को कम कर रहा है (हरप्रीत कौर, परिवार 1) । इसके विपरित ज्ञानदास और दिपिंद्र सिंह के लिए मोबाइल फोन सिर्फ पढ़ाई करने करने का एक उपकरण है (परिवार 3)। भारतीय परिवारों में विद्यार्थी मोबाइल फोन को ज्ञान तंत्र मानते हैं। पढ़ाई से संबंधी कार्यों के लिए ही मोबाइल फोन का अधिक उपयोग करते हैं। जब अवलोकनकर्ता रविवार के दिन परिवार 4 में अवलोकन के लिए जाती है तब 20 वर्षीय हरप्रीत कौर अपने बैड रूम में अपने मोबाइल फोन से पढ़ाई कर रही होती है और उसकी 35 वर्षीय चाची परमजीत कौर साथ में बैठी अपने मोबाइल फोन पर व्हाटस एप से चैटिंग कर रही होती है। परिवार 3 में ज्ञानदास अपनी माता के मोबाइल फोन से ऑनलाइन पेपर दे रहा होता है। भारत जैसे देश में हर व्यक्ति को शिक्षा, शिक्षक व क्लास रूम उपलब्ध कराना किसी चुनौती से कम नहीं है। मोबाइल फोन एक ऐसा माध्यम है जिसका कोविड 19 के दौरान एक शैक्षणिक मंच के रूप में प्रयोग किया गया। कोविड के समय में स्कूल, कॉलेज व विश्वविद्यालय वर्चुअली काम कर सके इसका एक मुख्य कारण हर घर में मोबाइल फोन की उपलब्धता है। 2 अभिभावकों ने कहा कि कोविड में स्कूल, कॉलेज का अर्थ मोबाइल फोन रहा है (परिवार 3 और परिवार 4)। भारतीय महिलाएं नयी रैसपी बनाने (परिवार 1, परिवार 2 और परिवार 4)। और पुरुष अपने कामकाज व रूचि के अनुसार मोबाइल फोन से जानकारी प्राप्त कर खुद को सक्षम बना रहे हैं (परिवार 1 और परिवार 4)।

6.5 लत (Addiction)

मोबाइल फोन का अत्यधिक व अनावश्यक उपयोग मोबाइल फोन की लत का कारण है। सुमित सिंह और दवेंदर सिंह का कहना था कि वे कई बार अनावश्यक ही मोबाइल फोन का उपयोग करने लग जाते हैं दिन में पता नहीं कितनी बार अपने मोबाइल फोन को बिना किसी नोटीफिकेशन के चेक करते हैं। यहां तक कि सुबह उठते ही उनका सबसे पहला काम अपने मोबाइल फोन को चेक करना है इसलिए वे रात को सोते समय भी अपना मोबाइल फोन अपने साथ ही रखते हैं (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। भारतीय परिवार कई बार सिर्फ टाइम देखकर मोबाइल फोन को एक साइड रख देते हैं वे दिन में कम से कम 50 बार अपने मोबाइल फोन को अनलॉक करते हैं (परिवार 1, परिवार 2, और परिवार 4)। टेकराज सिंह का कहना था कि एक सरकारी कर्मचारी होने के नाते उनके पास दिन में बहुत सारी कॉल आती हैं ना चाहते हुए भी उनको सभी कॉलस का जवाब देना पड़ता है (परिवार 3)। महिलाएं खाना बनाते समय ओडियो व वीडियो कॉल पर बातचीत करती रहती हैं(परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। मोबाइल फोन की लत के कारण भारतीयों को सामाजिक और मनोवैज्ञानिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। सामाजिक तौर पर मोबाइल फोन परिवार में अलगााव ला रहा है और मनोवैज्ञानिक तौर पर अनेक मानसिक बीमारियां जैसे यादाशत में कमी, अनिंद्रा चिंता संबंधी समस्याओं का कारण बन रहा है।

6.6 रिकॉलिंग (Recalling)

भारतीय परिवार रिकॉलिंग के लिए मोबाइल फोन का बहुत अधिक उपयोग करते हैं। शोधकर्ता द्वारा भारतीय परिवारों से रिकॉलिंग के संबंध में प्रश्न किए जाने पर सभी परिवारों का कहना था कि वे खाली समय में और किसी विशेष पारिवारिक अवसर पर अपने मोबाइल फोन की गैलरी छान लेते हैं। ऐसा करना उन्हें आनंद देता है क्योंकि इससे पुरानी यादें ताजा हो जाती है (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। बबीता देवी, रेखा रानी, कॉलेज विद्यार्थी हरप्रीत कौर और 15 वर्षीय हरगुण सिंह को सेल्फी लेने के बहुत शोकिन है(परिवार 1,परिवार 2 और परिवार 4)। बबीता देवी और रेखा रानी अपने बच्चों के साथ सेल्फी लेकर व्हाटस एप पर शेयर करती हैं (परिवार 1 और परिवार 2)। भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन खूबसुरत पलों को याद करने का एक माध्यम है। अपने प्रियजनों के साथ मोबाइल फोन के माध्यम से व्हाटस एप से फैमली ग्रुप में लगभग सभी पारिवारिक सदस्य जुड़े हुए है। फैमली ग्रुप रिश्तेदारों के बारे में जानकारी देने में सहायक बन रहा है। मोबाइल फोन कैमरे ने भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन की लोकप्रियता को बढ़ा दिया है। सामूहिक पारिवरिक कार्यकर्मों में लोगों को अक्सर कहते सुना है हमारी इक्ट्ठों की फोटो लेना। आज का युवा नया मोबाइल फोन खरीदते समय सबसे पहले मोबाइल फोन के कैमरी की क्वालिटी और स्टोरेज को ध्यान में रखता है।

6.7 निजता (Privacy)

लगभग सभी भारतीय लोग अपने मोबाइल फोन को पासवर्ड में रखते हैं। बबीता देवी का कहना था कि ऐसा करने का कारण यह है कि मोबाइल फोन में इस सुविधा का होना है (परिवार 1) । कुछेक सदस्यों को छोड़कर सभी को एक दूसरे के मोबाइल फोन पासवर्ड पता होते हैं। आवश्यकता पड़ने पर वे एक दूसरे के मोबाइल फोन उपयोग कर लेते हैं। भारतीय परिवार में मोबाइल फोन सांझे उपकरण है। गुरूलाल सिंह और टेकराज सिंह का कहना था कि उन्होंने मोबाइल फोन के दुष्प्रभावों को देखते हुए ही अपने स्कूल जाने वाले किशोर लड़को को खुद का मोबाइल फोन नहीं दिलवाया है। उनका मानना है कि स्कूल शिक्षा पूरी करने के बाद ही बच्चों को सही गलत की समझ आती है। इसके बाद ही वे मोबाइल फोन के उपयोग सही तरीके से कर सकते हैं। जरूरत पड़ने पर जैसे स्कूल से संबंधित काम व थोड़े समय के मनोरंजन के लिए ही वे अपने बच्चों को अपना खुद का मोबाइल फोन उपयोग करने के लिए दे देते हैं। किशोरों को अपने माता-पिता के मोबाइल फोन पासवर्ड पता होते हैं (परिवार 2 और परिवार 3)। टेकराज सिंह और उनकी पत्नी सरोजबाला देवी का कहना था कि वे अपने बच्चों पर मोबाइल फोन उपयोग को लेकर निगरानी रखते हैं (परिवार 3)। भारतीय परिवार मोबाइल फोन पर अकेले में जाकर बातचीत करना ज्यादा पसंद करते है(परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। (प्रियंका मतनहेलिया, 2010) के अध्ययन के अनुसार भारतीय युवा सेल फोन को निजी संपति मानते हैं।

6.8 नियम (Regulation)

बबीता देवी का कहना था कि उनके घर के सभी सदस्य पारिवारिक समय के दौरान मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं (परिवार 1) । 2 परिवारों के साक्षात्कारदाताओं का कहना था कि वे और उनके परिवार के लोग पारिवारिक समय में मोबाइल फोन का उपयोग नही करते हैं। शोधकर्ता के पूछने पर कि क्या ऐसा कोई नियम परिवार ने बना रखा है उनका कहना था कि वे परिवार की महत्वता को समझते हैं एक दूसरे की भावनाओं की कदर करते हैं इसलिए वे स्वंय अपनी मर्जी से ही पारिवारिक समय के दौरान मोबाइल फोन का उपयोग नही करते हैं (गुरूलाल सिंह परिवार 4 और दवेंदर सिंह परिवार 2) । टेकराज सिंह के अनुसार वे पारिवारिक समय व भोजन के दौरान केवल अति आवश्यक कॉल का ही जवाब देते है (परिवार

3)। अंत: 75 प्रतिशत भारतीय परिवार पारिवारिक समय को मोबाइल फोन से रहित रखते हैं।

किसी भी भारतीय परिवार में मोबाइल फोन के उपयोग से संबंधी कोई नियम नहीं है जैसे कि पारिवारिक समय या खाने के समय व देर रात तक मोबाइल फोन उपयोग ना करना। बबीता देवी के अनुसार उन्होनें अपने घर में मोबाइल फोन के नकारात्मक प्रभावों को देखते हुए मोबाइल फोन के उपयोग से संबंधी नियम बनाए थे लेकिन परिवार के किसी भी सदस्य ने इन नियमों का पालन नहीं किया। उनके पति सुमित कुमार को देर रात तक मोबाइल फोन में मूवी देखने की आदत है उनके सोने का समय रात 2 बजे के बाद शुरू होता है (परिवार 1)। भारतीय परिवारों में मोबाइल फोन के उपयोग के संबंध में कोई नियम नहीं बनाए जाते है। सभी लोग अपने फोन का स्वतंत्र रूप से उपयोग करते हैं। (अल्पना वैदया व अन्य 2016) के अध्ययन के अनुसार युवा वर्ग सुबह के मुकाबले रात को मोबाइल फोन का अधिक उपयोग करता है। (प्रियंका मतनहेलिया, 2010) के अध्ययन के अनुसार भारत में मोबाइल फोन के उपयोग को लेकर कोई नियम नहीं हैं।

6.9 अहमियत (Importance)

शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि मोबाइल फोन ने घर के युवाओं और बुजुर्गों के बीच आमने-सामने की बातचीत पर प्रभाव डाला है। वे एक साथ नजर आते हैं लेकिन सिर्फ शारीरिक तौर पर (परिवार 1 और परिवार 4)। साक्षात्कारदाताओं का भी इस बारे में यही कहना है (परिवार 1 और परिवार 4)। मोबाइल फोन भारतीय परिवारों में सामाजिक अलगाव ला रहा है। बुजुर्गों की भावनाओं व अगली पीढ़ी के प्रति अपेक्षाओं को कम कर रहा है। मोबाइल फोन पारिवारिक समय को कम कर रहा है।शोधकर्ता ने अवलोकित परिवारों में बुजुर्गों और युवाओं को एक साथ बैठे देखा तो हैं लेकिन वे आपसी बातचीत की बजाय या तो मोबाइल फोन से बातचीत कर रहे हैं या फिर किसी अन्य उद्देश्य से मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। आमतौर पर कहा जाता है कि घर के बड़े बुजुर्गों के पास बैठने व उनके साथ बातचीत करने के अपने फायदे हैं वे आपको जिंदगी के अनुभवों के बारे में बताते हैं आपके ज्ञान को बढ़ाते है लेकिन वर्तमान समय में युवा वर्ग अपने मोबाइल फोन से ही यह सब प्राप्त कर रहे हैं। इंटरनेट के आने के बाद से ही मोबाइल फोन ने पूरी दुनिया को अपने अंदर समा लिया है।शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन में पाया कि पारिवारिक सदस्य एक दूसरे के साथ कम समय बिता रहे हैं। इसके साथ ही (सियोभान मैकग्राथ 2012 और टर्टियनन व अन्य 2007) के अध्ययन के परिणाम इसका समर्थन करते हैं इसके परिणामस्वरूप पारिवारिक मूल्यों का ह्रास हो रहा है। (सियोभान मैकग्राथ 2012 और अल्लादि वेंकटेश व अन्य 1985) ने अपने अध्ययन में पाया कि नई मीडिया प्रौद्योगिकी घर में सामाजिक अलगाव ला रही है। इन प्रौद्योगिकियों का घर में आपसी सम्पर्क पर नकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है। (अल्लादि वेंकटेश व अन्य 1997) के अध्ययन के अनुसार नई मीडिया प्रौद्योगिकी घर में पारिवारिक जीवन को व्यवस्थित करने के तरीको को बदलने की क्षमता रखती है। (गुस्तावो एस मेस्क 2006) घर में इंटरनेट का उपयोग पारिवारिक समय सीमा को सीमित कर रहा है।

6.10 दिखावा (Flaunt)

शोधकर्ता ने अपने प्रत्यक्ष अवलोकन व साक्षात्कार से पाया कि अवलोकित सभी भारतीय परिवारों में एंड्रोयड फोन है। किसी भी परिवार में साधारण मोबाइल फोन का उपयोग नहीं किया जा रहा है। यहां तक की अनपढ़ भारतीय भी एंड्रोयड फोन रखते हैं। भारतीय परिवारों में वीवो एंड्रोयड फोन के उपयोगकर्ता अधिक है। शोधकर्ता द्वारा साक्षात्कार के दौरान पूछे जाने पर कि क्या मोबाइल फोन एक दिखावी वस्तु है? टेकराज सिंह का कहना था कि जिस प्रकार आभुषण को लोग दिखावे के लिए पहनते हैं उसी प्रकार महंगे मोबाइल फोन का उपयोग लोग दिखावे के लिए करते हैं। आज के समय में मोबाइल फोन एक गहना बन गया है जिसको रखना सभी लोग पसंद करते हैं (परिवार 3)। भारतीय परिवारों में लोग 5000 से 15000 के मूल्य के मोबाइल फोन का उपयोग कर रहे हैं। भारतीय युवाओं के लिए मोबाइल फोन का ब्रांड मायने रखता है। वे अच्छे ब्रांड के मोबाइल फोन और हैडफोन खरीदने की इच्छा रखते हैं। प्रस्तुत अध्ययन के प्रतिभागी प्री पेड सिम कार्ड का उपयोग करते पाये गए हैं।

6.11 उपवास (Digtial Ditox)

शोधकर्ता ने अपने आठों साक्षात्कारों में पाया कि किसी भी परिवार में लोग एक या आधा दिन का कोई मोबाइल फोन उपवास नहीं रखते हैं। उनको लगता है कि कोई जरूरी जानकारी मोबाइल फोन से दूर रहने पर छूट सकती है (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4)। भारतीय परिवारों को जरूरी जानकारी के छूट जाने का डर उन्हें मोबाइल फोन का आदी बना रहा है। इसके साथ ही प्रत्येक परिवार में सदस्य सप्ताह के अंत में मोबाइल फोन का उपयोग अन्य दिनों से ज्यादा करते हैं (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3 और परिवार 4) दवेंदर सिंह के अनुसार सप्ताह के अंत में उनका मोबाइल फोन उपयोग करने का समय 2 से 3 घंटों तक बढ़ जाता है (दवेंदर सिंह परिवार 2)। भारतीय पुरूष सप्ताह में मोबाइल फोन का सबसे अधिक उपयोग शनिवार और रविवार को करते हैं। इससे स्पष्ट होता है कि खाली समय में लोग कुछ उत्पादक कार्य करने की बजाय मोबाइल फोन देखने में अपना समय बर्बाद करते हैं या फिर सप्ताह भर काम करने की थकान को दूर करने के

लिए मनोरंजक वस्तु के रूप में मोबाइल फोन का उपयोग करते हैं लेकिन सप्ताह के अंत में भारतीय गृहणियों के मोबाइल फोन का उपयोग अन्य दिनों से कम करती हैं। इसका कारण उनकी घरेलू कामों में व्यस्तता है। जबकि वर्किंग दिनों में घर में महिलाएं सारा दिन अपना मोबाइल फोन साथ रखती हैं(परिवार 1, परिवार 2 और परिवार 4) भारतीय परिवारों में स्क्रीन के हानिकारक प्रभावों के ऊपर कोई चर्चा नहीं होती है हालांकि स्क्रीन समय के लगातार बढ़ने से डिजिटल डिटोक्स की आवश्यकता है।

6.12 मनोवैज्ञानिकता (Psychology)

शोधकर्ता द्वारा साक्षात्कार के दौरान पूछे जाने पर कि पारिवारिक सदस्यों के मनोविज्ञान को मोबाइल फोन ने कैसे प्रभावित किया है?

साक्षात्कारदाताओं का कहना था कि मोबाइल फोन ने उन पर और उनके परिवार के मनोविज्ञान पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह के प्रभाव डाले हैं। इनके अनुसार मोबाइल फोन चिंता का कारण है क्योंकि मोबाइल फोन बच्चों की यादाशत को कमजोर कर रहा है इसके साथ ही देर रात तक मोबाइल फोन का उपयोग करने से नींद ना आने जैसी समस्याएं आ रही है (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 4) । भारतीय परिवार सोने से कम से कम 10 मिनट पहले तक मोबाइल फोन का उपयोग करते रहते हैं(परिवार 1, परिवार 2, परिवार 3, परिवार 4) । वहीं इसके सकारात्मक प्रभाव यह है कि मोबाइल फोन ज्ञान में वृद्धि कर रहा है (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 4) । किसी भी चीज से अनभिज्ञ होने पर उसके बारे में मोबाइल फोन से तुरंत जानकारी प्राप्त कर लेते हैं (परिवार 1, परिवार 2, परिवार 4)। बच्चों के स्कूल होम वर्क में आई कठिनाई को मोबाइल फोन से तुरंत दूर किया जाता है(परिवार 3, परिवार 4) । उत्तरदाता सुमित कुमार का कहना था कि उन्हें मोबाइल फोन का उपयोग करना अच्छा लगता है वे अक्सर मोबाइल फोन पर रात के समय फिल्में देखते हैं जिस दौरान वो बीच-बीच में उत्तेजित हो जाते हैं (परिवार 1)। भारतीय परिवारों के मनोविज्ञान पर मोबाइल फोन सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह के प्रभाव डाल रहा है। मोबाइल फोन कुछ भी जांच करने व खोजने का माध्यम बन गया है। इससे लोगों का ज्ञान बढ़ रहा है और वे अधिक परिपक्व हो रहे हैं। मोबाइल फोन जानकारी देने व ज्ञान बढ़ाने के साथ-साथ भारतीयों में चिंता, अनिंद्रा व यादाशत में कमी जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याएं पैदा कर रहा है। अनचाहे कॉल से भारतीय लोगों को उदासीनता चिढ़ परेशानी और गुस्सा आता है। (जीअनघुई जांग व अन्य, 2022) मोबाइल फोन की लत और स्लीन डिसआर्डर के बीच सकारात्मक संबंध है। (सारा थोमी व अन्य, 2011 और जॉन डी एल्हाई व अन्य, 2017 और व्हिटनी ली,2017 और मुदासिर खजेर राथर व अन्य, 2019 और ओरेल पेरा, 2020)मोबाइल फोन के अत्यधिक उपयोग से चिंता, तनाव व अवसाद का सामना करना पड़ता हैं। (व्हिटनी ली,2017सारा थोमी, 2011और ओरेल पेरा, 2020) मोबाइल फोन के अत्यधिक उपयोग के कारण अनिंद्रा की समस्या होती है। (मार्टा चिअपेट्टा, 2017) टेक्नोस्ट्रेस के मानसिक लक्षण चिड़चिड़ापन, तनाव, व्यवहार में परिवर्तन और उदासीनता है। (मारिआनो चोलिज, 2010)मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग व्यवहारिक समस्याओं को जन्म दे सकता है। (निकोला लुइगी ब्रागज्जी व अन्य, 2015 और डेचर केल्टनर, 2003)नई प्रौद्योगिकियां व्यवहार पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है। मनोवैज्ञानिक विकृतियां पैदा करती हैं।

7.0 निष्कर्ष :

गांव और शहरी दोनों भारतीय परिवारों की मोबाइल फोन तक पहुचं है। भारतीय परिवारों में प्रतिभागियों को वॉइस कॉलिंग के अलावा टेक्सटिंग ,सर्च इंजन, सोशल मीडिया, फोटो क्लिक करते हुए देखा गया है। प्रतिभागियों ने नियमित रूप से व्हटस एप का उपयोग उनके निकटतम रिश्तों व दोस्तों के स्टेटस को चेक करने के लिए किया। भारतीय परिवारों को संक्षिप्त संचार के लिए टेक्सटिंग करते हुए पाया गया है। पंजाब और हरियाणा के परिवारों को मोबाइल फोन सामाजिक रूप से सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह से प्रभावित कर रहा है। सकारात्मक उपकरण के रूप में मोबाइल फोन ने पारिवारिक संचार को बढ़ा दिया है। संबंधों में निकटता और गुणवत्ता बढ़ी है। मोबाइल फोन सामाजिक संबंधों में वृद्धि कर रहा है। दूसरी ओर नकारात्मक उपकरण के रूप में मोबाइल फोन परिवार में झगड़े का कारण बन रहा है। मोबाइल फोन के कारण परिवार के लोग एक दूसरे को पर्याप्त समय नहीं देते हैं जिससे रिश्तों में खिंचाव आ जाता है। परिवार के लोग फेस टू फेस कम और मोबाइल फोन के माध्यम से अधिक बातचीत करते हैं। मोबाइल फोन ने लोगों को वास्तविक दुनिया से दुर कर ऑनलाइन समुदाय की अवधारणा को साबित किया है। वहीं मोबाइल फोन मनोविज्ञान को भी सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह से प्रभावित कर रहा है। भारतीय परिवार मोबाइल फोन का उपयोग खुद को सक्षम बनाने के लिए कर रहे हैं। मोबाइल फोन के कारण लोग अनिंद्रा, चिंता, भुल लगने जैसी मनोवैज्ञानिक बीमारिओं से ग्रस्ति हो गए है।

8.0 संदर्भ

पण कुमार केवल जे. (2017). भारत में जनसंचार. जयको प्रकाशन, मुम्बई

ii. Russo, M., Bergami, M., & Morandin, G. (2018). Surviving a day without smartphones. *MIT Sloan Management Review*, *59*(2), 7-9.

पपपण www.trai.gov.in
पअण दैनिक भास्कर (2019, अप्रैल 27). भारत में स्मार्टफोन की बिक्री 4 प्रतिशत बढ़ी, 3.1 करोड़ डिवाइस बिके, 29 प्रतिशत शेयर के साथ श्याओमी नंबर 1पेज नं 6 एजेंसी नई दिल्ली
अण दैनिक भास्कर (2019, सितंबर 12).भारतीय अपना 70 प्रतिशत मोबाइल डाटा मनोरंजन पर खर्च करते हैं पेज नं 6 एजेंसी नई कैलिफोर्निया
अपण Sun,S.(2022, August 29). Frequency of smartphone change in india 2022. https://www.statista.com/statistics/1179244/india-frequency-of-smartphone-upgrade/
vii. Ting, W. A. N. G. (2016). Social Culture of Mobile Phones: A Case Study of China and Japan. *Journal of East Asian Studies*, (14), 179-202.
viii. Weatherall, A., & Ramsay, A. (2006). *New communication technologies and family life*. Wellington: Families Commission.
ix. Mehta, B. S. (2016). Impact of mobile phone on livelihood of rural people. *Journal of Rural Development*, *35*(3), 483-505.
x. Wajcman, J., Bittman, M., & Brown, J. E. (2008). Families without borders: Mobile phones, connectedness and work-home divisions. *Sociology*, *42* (4), 635-652.
xi. Dogar, M. N., Arif, M., Kashif, S., & Khalid, R. (2022). Improving Quality of Social Life: A phenomenological Study of Mobile Phones as Leisure Partners. *Indian Journal of Economics and Business*, *21* (2).
xii. Donner, J., Rangaswamy, N., Steenson, M., & Wei, C. (2008). Express yourself "/' Stay together": Tensions surrounding mobile communication in the middle-class Indian family. *J. Katz (Ed.), Handbook of mobile communication studies*, 325-337.
xiii. Rahaman, M. (2017). The Effects of Mobile Phone Use on Human Behaviors: A Study of Developing Country Like Bangladesh. *International Journal of Information Technology and Computer Science*, *9* (11), 48-56.
xiv. Matanhelia, P. (2010). Mobile phone use by young adults in India: A case study. *Diss. University of Maryland*, *201* (0).
xv. Rotondi, V., Stanca, L., & Tomasuolo, M. (2017).Connecting alone: Smartphone use, quality of social interactions and well-being. *Journal of Economic Psychology*, *63*, 17-26.
xvi. Mcgrath,S. (2012). The Impact of new media technologies on social interaction in the household.
xvii. Radesky, J. S., Kistin, C., Eisenberg, S., Gross, J., Block, G., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). Parent perspectives on their mobile technology use: The excitement and exhaustion of parenting while connected. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, *37* (9), 694-701.
xviii. Kushlev, K., & Dunn, E. W. (2019). Smartphones distract parents from cultivating feelings of connection when spending time with their children. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36* (6), 1619-1639.
xix. Daniel,M.C., B. T., & Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child development*, *89* (1), 100-109
xx. Radesky, J., & Moreno, M. A. (2018).How to consider screen time limits… for parents. *JAMA pediatrics*, *172* (10), 996-996.
xxi. Brody, C., Tatomir, B., Sovannary, T., Pal, K., Mengsrun, S., Dionosio, J., ... & Yi, S. (2017). Mobile phone use among female entertainment workers in Cambodia: an observation study. *Mhealth*, *3*.
xxii. Sophie,H.&Christina,A. (2018).On the role of smartphones for family relationships.https://www.academia.edu/37743790/On_the_Role_of_Smartphones_for_Family_Relationships
xxiii. Dardanou, M., Unstad, T., Brito, R., Dias, P., Fotakopoulou, O., Sakata, Y., & O'Connor, J. (2020). Use of touchscreen technology by 0–3-year-old children: Parents' practices and perspectives in Norway, Portugal and Japan. *Journal of Early Childhood Literacy*, *20*(3), 551-573.
xxiv. Dias, P., & Brito, R. (2021). Criteria for selecting apps: Debating the perceptions of young children, parents and industry stakeholders. *Computers & Education*, *165*, 104134.

xxv. Chaudron, S., Beutel, M. E., Donoso Navarrete, V., Dreier, M., Fletcher-Watson, B., Heikkilä, A. S., ... & Wölfling, K. (2015). *Young children (0-8) and digital technology: A qualitative exploratory study across seven countries*. JRC; ISPRA, Italy.

xxvi. Sbarra, D. A., Briskin, J. L., & Slatcher, R. B. (2019). Smartphones and close relationships: The case for an evolutionary mismatch. *Perspectives on Psychological Science*, *14* (4), 596-618.

xxvii. Li, Whitney (2017).What makes people addicted to smartphone :reasons in psychology,cognition and technology. https://www.academia.edu.

xxviii. Thomée, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC public health*, *11* (1), 1-11.

xxix. Brailovskaia, J., Delveaux, J., John, J., Wicker, V., Noveski, A., Kim, S., ... & Margraf, J. (2022). Finding the "sweet spot" of smartphone use: Reduction or abstinence to increase well-being and healthy lifestyle?! An experimental intervention study. *Journal of Experimental Psychology: Applied*.

xxx. Ling, R., & Yttri, B. (2005). Control, emancipation and status: The mobile telephone in the teen's parental and peer group control relationships [Electronic Version] . Retrieved April 18, 2020.

गगगपप तिवारी, अ.(2014).समाज पर मोबाइल फोन का प्रभाव.पंड़ित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय.

xxxii. Barboni, G., Field, E., Pande, R., Rigol, N., Schaner, S., & Moore, C. T. (2018). A Tough Call: Understanding barriers to and impacts of women's mobile phone adoption in India.'Harvard Kennedy School: Evidence for Policy Design.

xxxiii. Özcan, Y. Z., & Koçak, A. (2003). Research note: A need or a status symbol? Use of cellular telephones in Turkey. *European Journal of Communication*, *18* (2), 241-254.

xxxiv. Choliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction*, *105* (2), 373-374.

xxxv. Silver, L., Smith, A., Johnson, C., Taylor, K., Jiang, J., Anderson, M., & Rainie, L. (2019). Mobile connectivity in emerging economies. *Pew Research Center*, *7*.

xxxvi. McDaniel, B. T., Galovan, A. M., Cravens, J. D., & Drouin, M. (2018). "Technoference" and implications for mothers' and fathers' couple and coparenting relationship quality. *Computers in human behavior*, *80*, 303-313.

xxxvii. Geser, H. (2005). Towards a sociological theory of the mobile phone.*New Media& Society*

xxxviii. Mascheroni, G., & Ólafsson, K. (2014). Net children go mobile: Risks and opportunities.

xxxix. Papadakis, S., Alexandraki, F., & Zaranis, N. (2022). Mobile device use among preschool-aged children in Greece. *Education and Information Technologies*, *27*(2), 2717-2750.

xl. Ito,M.,Okabe.D.& Matsuda.M. (2005). Personal Portable Pedestrrian: Mobile Phone in Japanese life . Mit Press, Cambridge.

xli. Turtiainen, P., Karvonen, S., & Rahkonen, O. (2007). All in the family? The structure and meaning of family life among young people. *Journal of youth studies*, *10* (4), 477-493.

xlii. Venkatesh, A., & Vitalari, N. (1985). Households and technology: the case of home computers-some conceptual and theoretical issues. *Marketing to the Changing Household*, 187-203.

xliii. Venkatesh, A., & Nicosia, F. (1997). New technologies for the home-development of a theoretical model of household adoption and use. *ACR North American Advances*.

xliv. Mesch, G. S. (2006). Family relations and the Internet: Exploring a family boundaries approach. *The Journal of Family Communication*, *6* (2), 119-138.

xlv. Zhang, J., Zhang, X., Zhang, K., Lu, X., Yuan, G., Yang, H., ... & Zhang, Z. (2022). An updated of meta-analysis on the relationship between mobile phone addiction and sleep disorder. *Journal of Affective Disorders*.

xlvi. Elhai J.D., Dvorak R.D., Levine J.C., Hall B.J. (2017). Problematic smartphone use: a conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. J Affect Disord. 2017;207:251–259. doi: 10.1016/j.jad.2016.08.030. [PubMed]

xlvii. Rather, S. A., & Khazer, M. (2019). Impact of Smartphones on Young Generation. *Library Philosophy and Practice*, 1-9.

xlviii. Pera, A. (2020). The psychology of addictive smartphone behavior in young adults: problematic use,

social anxiety, and depressive stress. *Frontiers in Psychiatry*, *11*, 981.

xlix. Chiappetta, M. (2017). The Technostress: definition, symptoms and risk prevention. *Senses and Sciences*, *4* (1).

l. Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2015). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management*, *7*, 155.

li. Keltner, D., Gruenfeld, D. H., & Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological review*, *110* (2), 265.