

સોશિયલ મીડિયા અને સામાજિક સંબંધોની નવી રચના

Jasavant B. Ganava

Abstract

આધુનિક યુગમાં Facebook, Instagram, WhatsApp અને X જેવી સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ્સે માનવ સંબંધોની રચનામાં મહત્વપૂર્ણ પરિવર્તન લાવ્યું છે. અગાઉ સામાજિક સંબંધો મુખ્યત્વે પરિવાર, પાડોશ અને કાર્યસ્થળ જેવી ભૌતિક જગ્યા સુધી મર્યાદિત હતા, પરંતુ આજે ડિજિટલ માધ્યમો દ્વારા લોકો વૈશ્વિક સ્તરે જોડાઈ શકે છે. સોશિયલ મીડિયા સંબંધોને વધુ ઝડપી, સરળ અને વ્યાપક બનાવે છે. વ્યક્તિઓ પોતાના વિચારો, લાગણીઓ અને અનુભવો તાત્કાલિક રીતે શેર કરી શકે છે. આથી મિત્રતા, ઓળખ અને જૂથ સંબંધો નવી રચનાઓ વિકસે છે. ખાસ કરીને યુવાનોમાં ઓનલાઈન મિત્રતા, વર્ચ્યુઅલ સમુદાયો અને ડિજિટલ ઓળખનો વિકાસ જોવા મળે છે. પરંતુ આ પરિવર્તન માત્ર સકારાત્મક જ નથી. વર્ચ્યુઅલ સંબંધોમાં ઘણી વાર ઊંડાણ અને સ્થાયિત્વનો અભાવ રહે છે. “લાઈક” અને “ફોલો” જેવી પ્રતિક્રિયાઓ સંબંધોની ગુણવત્તા કરતાં માત્ર સંખ્યાત્મક સ્વીકાર પર ભાર મૂકે છે. આથી એકાંત, તુલના અને માનસિક તણાવ જેવી સમસ્યાઓ પણ ઊભી થાય છે. સોશિયલ મીડિયા દ્વારા સમાજમાં નવી પ્રકારની સામાજિક ગતિશીલતા (Social Dynamics) સર્જાઈ છે. સામાજિક આંદોલનો, જનજાગૃતિ અભિયાન અને સામૂહિક ચર્ચાઓ હવે ઓનલાઈન વધુ અસરકારક રીતે યોજાઈ શકે છે. પરિણામે, સામાજિક સંબંધો હવે ભૌતિક સીમાઓથી મુક્ત થઈને ડિજિટલ નેટવર્ક પર આધારિત બન્યા છે. આ લેખમાં સોશિયલ મીડિયા દ્વારા સામાજિક સંબંધોની રચનામાં આવેલા ફેરફારો, તેના સકારાત્મક અને નકારાત્મક પ્રભાવ અને ભવિષ્યના સંદર્ભમાં તેના મહત્વ પર ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

Keywords: સોશિયલ મીડિયા, વર્ચ્યુઅલ સમુદાય, ઓનલાઈન મિત્રતા, સામાજિક સંબંધો, માનસિક તણાવ.

Introduction:

આજના આધુનિક યુગમાં સોશિયલ મીડિયા આપણા દૈનિક જીવનનો અગત્યનો ભાગ બની ગયું છે. પહેલા લોકો એકબીજાને મળવા માટે ઘર, શાળા, બજાર, કાર્યસ્થળ અથવા સામાજિક કાર્યક્રમોમાં જતા હતા. પરંતુ હવે મોબાઇલ ફોન અને ઇન્ટરનેટ દ્વારા લોકો ઘરે બેઠા જ વિશ્વ સાથે જોડાઈ શકે છે. Facebook, Instagram, WhatsApp અને X જેવી પ્લેટફોર્મ્સે સંચારની પદ્ધતિમાં મોટો ફેરફાર લાવ્યો છે. સામાજિક સંબંધો એટલે માણસ અને માણસ વચ્ચેનો સંપર્ક, લાગણી, વિશ્વાસ અને સમજણ. સમાજમાં પરિવાર, મિત્રતા, પાડોશ અને કાર્યસ્થળ જેવા સંબંધો માણસના જીવનને આધાર આપે છે. સોશિયલ મીડિયા આ સંબંધોની રચનાને નવી દિશા આપે છે. હવે લોકો માત્ર સામસામે મળવાથી જ નહીં, પરંતુ ઓનલાઈન વાતચીત, ફોટા, વિડિઓ અને મેસેજ દ્વારા પણ સંબંધ જાળવી શકે છે. ખાસ કરીને યુવાનોમાં સોશિયલ મીડિયાનો પ્રભાવ વધુ જોવા મળે છે. યુવાનો પોતાના વિચારો, ભાવનાઓ અને પ્રતિભા સોશિયલ મીડિયા પર વ્યક્ત કરે છે. તેઓ નવા મિત્રો બનાવે છે, વિવિધ જૂથોમાં જોડાય છે અને પોતાના જેવા વિચારો ધરાવતા લોકો સાથે સંપર્ક સાધે છે. આથી સમાજમાં વર્ચ્યુઅલ સમુદાયો (Virtual Communities) ઊભા થયા છે. આ સમુદાયો ભૌતિક જગ્યા પર આધારિત નથી, પરંતુ રસ, વિચારધારા અને ઓળખ પર આધારિત હોય છે. સોશિયલ મીડિયા સંબંધોને વધુ ઝડપી અને સરળ બનાવે છે. એક ક્લિકમાં સંદેશ મોકલી શકાય છે,

વિડિઓ કોલ કરી શકાય છે અને માહિતી શેર કરી શકાય છે. આથી દૂર રહેતા પરિવારજનો અને મિત્રો સાથે સતત સંપર્કમાં રહેવું શક્ય બન્યું છે. પરંતુ આ સાથે કેટલીક સમસ્યાઓ પણ ઊભી થાય છે. ઘણી વખત ઓનલાઈન સંબંધોમાં ઊંડાણ ઓછું હોય છે. લોકો “લાઈક” અને “કોમેન્ટ” દ્વારા સ્વીકાર મેળવવા પ્રયત્ન કરે છે, જેનાથી તુલના અને માનસિક તણાવ પણ વધી શકે છે. આ રીતે સોશિયલ મીડિયા સામાજિક સંબંધોની રચનામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. તે સંબંધોને વિસ્તારે છે, નવી ઓળખ આપે છે અને સમાજમાં નવા પ્રકારની જોડાણ પ્રણાલી વિકસાવે છે. સાથે સાથે તે સંબંધોની ગુણવત્તા, વિશ્વાસ અને લાગણી પર પણ અસર કરે છે. તેથી સોશિયલ મીડિયા અને સામાજિક સંબંધોની નવી રચનાનો અભ્યાસ આજના સમયમાં ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ વિષય બની ગયો છે.

સોશિયલ મીડિયા દ્વારા સંબંધોની નવી રચના :

1. વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા (Virtual Friendship) :

વર્તમાન સમયમાં સોશિયલ મીડિયા દ્વારા બનાવાતી મિત્રતાને વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા કહેવામાં આવે છે. આ મિત્રતા ભૌતિક રીતે સામસામે મળ્યા વગર, ઇન્ટરનેટ અને મોબાઇલ એપ્લિકેશન દ્વારા વિકસે છે. આજના યુગમાં Facebook, Instagram અને WhatsApp જેવી પ્લેટફોર્મ્સ લોકો વચ્ચે નવી પ્રકારની જોડાણની તક આપે છે. વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા એ એવી મિત્રતા છે જેમાં બે અથવા વધુ લોકો એકબીજાને ઓનલાઈન ઓળખે છે, વાતચીત કરે છે અને સમય સાથે લાગણીશીલ જોડાણ વિકસાવે છે. આ મિત્રતા ઘણી વખત સામાન્ય રસ, વિચારધારા, શોખ, અભ્યાસ કે વ્યવસાયના આધાર પર બને છે. ઉદાહરણ તરીકે, કોઈ વિદ્યાર્થી એક ઓનલાઈન અભ્યાસ ગ્રુપમાં જોડાય છે અને ત્યાં અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે નિયમિત વાતચીત કરે છે. ધીમે ધીમે તેઓ વચ્ચે વિશ્વાસ અને સહકાર વધે છે. આ રીતે એક નવો સંબંધ વિકસે છે, જેને વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા કહી શકાય.

વર્ચ્યુઅલ મિત્રતાનો મુખ્ય આધાર સંવાદ છે. મેસેજ, ઇમોજી, ફોટા, વિડિઓ કોલ અને વોઇસ નોટ દ્વારા લોકો એકબીજા સાથે સતત સંપર્કમાં રહે છે. આ મિત્રતા ઘણીવાર ભૌગોલિક અંતર દૂર કરી દે છે. જુદા જુદા શહેર, રાજ્ય અથવા દેશના લોકો પણ નજીક આવી શકે છે. ખાસ કરીને યુવાનો માટે આ એક મહત્વપૂર્ણ માધ્યમ બની ગયું છે, જ્યાં તેઓ પોતાની લાગણીઓ સરળતાથી વ્યક્ત કરી શકે છે. પરંતુ વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા અને પરંપરાગત મિત્રતા વચ્ચે થોડો ફરક છે. પરંપરાગત મિત્રતામાં વ્યક્તિઓ સામસામે મળે છે, સાથે સમય પસાર કરે છે અને એકબીજાની શારીરિક હાજરી અનુભવે છે. જ્યારે વર્ચ્યુઅલ મિત્રતામાં આ શારીરિક હાજરીનો અભાવ હોય છે. તેથી કેટલીક વખત વિશ્વાસ અને સચ્ચાઈ અંગે પ્રશ્નો ઊભા થાય છે. કોઈ વ્યક્તિ પોતાની સાચી ઓળખ છુપાવી શકે છે અથવા ખોટી માહિતી આપી શકે છે. આ ઉપરાંત, વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા ઘણીવાર ઝડપથી બને છે અને ક્યારેક ઝડપથી તૂટી પણ જાય છે. “લાઈક” અને “ફોલો” પર આધારિત સંબંધો લાંબા ગાળે મજબૂત રહે તે જરૂરી નથી. છતાં પણ, ઘણા કિસ્સાઓમાં ઓનલાઈન મિત્રતા ખૂબ ગાઢ અને અર્થપૂર્ણ બની શકે છે. કેટલાક લોકો પોતાના દુઃખ-સુખ ઓનલાઈન મિત્ર સાથે વધારે ખુલ્લેઆમ શેર કરે છે, કારણ કે તેમને લાગણીશીલ સુરક્ષા અનુભવાય છે.

વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા માનસિક રીતે સકારાત્મક અને નકારાત્મક બંને અસર કરી શકે છે. એક તરફ તે એકાંત ઘટાડે છે, આત્મવિશ્વાસ વધારે છે અને નવી માહિતી-અનુભવો આપે છે. બીજી તરફ, જો સંબંધ તૂટે અથવા અપેક્ષા પૂરી ન થાય તો નિરાશા અને માનસિક તણાવ પણ થઈ શકે છે. તેથી વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા બનાવતી વખતે સાવચેતી, સમજદારી અને મર્યાદાનો ધ્યાન રાખવો જરૂરી છે. આ વિષય પર સમાજશાસ્ત્રી Jan van Dijk લખે છે કે આધુનિક સમાજમાં નેટવર્ક આધારિત સંબંધો વધતા જઈ રહ્યા છે, જ્યાં ડિજિટલ માધ્યમો વ્યક્તિગત જોડાણનું મુખ્ય સાધન બની રહ્યા છે આ નેટવર્ક સમાજમાં સંબંધો હવે ભૌતિક નજીકતાથી વધારે સંચાર અને માહિતી પર

આધારિત બન્યા છે.¹ આ રીતે વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા આધુનિક સમાજની એક મહત્વપૂર્ણ વાસ્તવિકતા છે. તે નવી તકો આપે છે, પરંતુ સાથે જવાબદારી અને જાગૃતિ પણ માંગે છે. ડિજિટલ યુગમાં મિત્રતાનું સ્વરૂપ બદલાઈ રહ્યું છે, અને વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા તેની સ્પષ્ટ અભિવ્યક્તિ છે.

2. ઓળખ (Identity) ની નવી રચના:

આધુનિક ડિજિટલ યુગમાં “ઓળખ” એટલે કે વ્યક્તિ પોતાની જાતને કેવી રીતે જુએ છે અને સમાજ તેને કેવી રીતે ઓળખે છે. તેમાં મોટો ફેરફાર આવ્યો છે. પહેલાં વ્યક્તિની ઓળખ મુખ્યત્વે પરિવાર, જાતિ, ધર્મ, વ્યવસાય અને સ્થાનિક સમાજ પર આધારિત હતી. લોકો પોતાના ગામ, કુટુંબ અથવા કાર્યસ્થળ દ્વારા ઓળખાતા હતા. પરંતુ હવે સોશિયલ મીડિયા અને ઇન્ટરનેટના કારણે ઓળખનું સ્વરૂપ વધુ વ્યાપક અને બદલાતું બન્યું છે. આજે Instagram, Facebook અને X જેવી પ્લેટફોર્મ્સ પર વ્યક્તિ પોતાની પ્રોફાઇલ બનાવે છે. તે પોતાનો ફોટો, વિચારો, પસંદગી, કામ અને જીવનની ઘટનાઓ શેર કરે છે. આ બધું મળીને તેની “ડિજિટલ ઓળખ” બનાવે છે. એટલે કે હવે ઓળખ ફક્ત ભૌતિક દુનિયામાં જ નહીં પણ ઓનલાઇન દુનિયામાં પણ રચાય છે. ઓળખની નવી રચનામાં એક મહત્વપૂર્ણ બાબત “સ્વ-પ્રસ્તુતિ” (Self-presentation) છે. વ્યક્તિ સોશિયલ મીડિયા પર પોતાની એવી છબી રજૂ કરે છે જે તે બતાવવા માંગે છે. ઘણી વખત લોકો પોતાની સિદ્ધિઓ, આનંદ અને સકારાત્મક પાસાઓ વધારે બતાવે છે. આથી તેમની ઓળખ એક પસંદ કરેલી છબી પર આધારિત બની જાય છે.

ખાસ કરીને યુવાનોમાં આ અસર વધારે જોવા મળે છે. તેઓ લાઈક, કોમેન્ટ અને ફોલોઅર્સ દ્વારા પોતાની ઓળખને માપે છે. જો વધુ પ્રતિસાદ મળે તો આત્મવિશ્વાસ વધે છે, અને ઓછો પ્રતિસાદ મળે તો નિરાશા અનુભવાય છે. આથી ઓળખ હવે અન્ય લોકોની પ્રતિક્રિયા પર પણ નિર્ભર બનતી જાય છે. ઓળખની નવી રચનામાં એક સકારાત્મક પાસું પણ છે. હવે વ્યક્તિને પોતાની પ્રતિભા અને વિચાર વિશ્વ સામે રજૂ કરવાની તક મળે છે. એક સામાન્ય વિદ્યાર્થી પણ પોતાના વિચારો લખીને અથવા વિડિઓ બનાવીને હજારો લોકો સુધી પહોંચી શકે છે. આથી ઓળખ વધુ ખુલ્લી અને વૈશ્વિક બની ગઈ છે. પરંતુ તેની સાથે કેટલીક ચિંતાઓ પણ છે. ઓનલાઇન દુનિયામાં ખોટી માહિતી અથવા ખોટી છબી રજૂ કરવાની શક્યતા રહે છે. કોઈ વ્યક્તિ પોતાની સાચી ઓળખ છુપાવી શકે છે અથવા અલગ રીતે રજૂ કરી શકે છે. આથી વિશ્વાસ અને સચ્ચાઈનો પ્રશ્ન ઉભો થાય છે. આ રીતે, ડિજિટલ યુગમાં ઓળખની નવી રચના થઈ રહી છે. હવે ઓળખ સ્થિર અને એકરૂપ નથી, પરંતુ સતત બદલાતી અને વિકસતી પ્રક્રિયા બની ગઈ છે. સોશિયલ મીડિયા વ્યક્તિને નવી ઓળખ બનાવવાની તક આપે છે, પરંતુ સાથે જ જવાબદારી અને જાગૃતિ પણ જરૂરી બનાવે છે. ડિજિટલ સમાજમાં ઓળખ વ્યક્તિ અને સમાજ વચ્ચેની ક્રિયાપ્રતિક્રિયાનો જીવંત પરિણામ બની ગઈ છે.

3. નેટવર્ક સમાજ:

નેટવર્ક સમાજ એ એવો સમાજ છે જેમાં લોકો, સંસ્થાઓ અને માહિતી એકબીજા સાથે મુખ્યત્વે ડિજિટલ નેટવર્ક દ્વારા જોડાયેલા હોય છે. પહેલાં સમાજનો આધાર ગામ, શહેર, કાર્યસ્થળ અને ભૌતિક સંસ્થાઓ પર હતો, પરંતુ હવે ઇન્ટરનેટ અને ટેકનોલોજી દ્વારા સંબંધો અને કાર્યપ્રણાલી બદલાઈ ગઈ છે. આજે Facebook, WhatsApp અને Instagram જેવી એપ્લિકેશનો લોકોને સતત જોડાયેલા રાખે છે. નેટવર્ક સમાજમાં માહિતી સૌથી મહત્વપૂર્ણ શક્તિ બની જાય છે. જે વ્યક્તિ કે સંસ્થા પાસે વધુ માહિતી અને ઝડપી સંચારની સુવિધા હોય છે, તે વધુ પ્રભાવશાળી બને છે. આ પ્રકારના સમાજમાં ભૌતિક અંતરનું મહત્વ ઘટે છે, કારણ કે એક દેશનો માણસ બીજા દેશના વ્યક્તિ સાથે તરત વાતચીત કરી શકે છે. શિક્ષણ, વેપાર, રાજકારણ અને મનોરંજન બધું જ હવે ઓનલાઇન નેટવર્ક પર આધારિત બનતું જાય છે.

¹Van Dijk, J. (2006). *The network society: Social aspects of new media* (2nd ed.). Sage Publications.p.145

નેટવર્ક સમાજમાં સંબંધો અને કાર્યપ્રણાલી વધુ લવચીક અને ઝડપી બને છે. લોકો હવે ફક્ત પરંપરાગત જૂથો પર આધારિત નથી રહેતા, પરંતુ પોતાના રસ અને જરૂરિયાત મુજબ વિવિધ ઓનલાઈન સમુદાયો સાથે જોડાય છે. કામ કરવાની રીત પણ બદલાઈ છે, ઓનલાઈન મીટિંગ, ડિજિટલ પેમેન્ટ અને રિમોટ વર્ક સામાન્ય બની ગયા છે. આથી સમય અને જગ્યા બંનેની મર્યાદા ઓછી થઈ ગઈ છે. પરંતુ તેની સાથે કેટલીક પડકારો પણ છે, જેમ કે માહિતીનો અતિરેક, ગોપનીયતાનો પ્રશ્ન અને ટેકનોલોજી પર વધતી નિર્ભરતા. જો ઇન્ટરનેટ ન હોય તો ઘણી પ્રવૃત્તિઓ અટકી શકે છે. આ રીતે નેટવર્ક સમાજ એક એવો આધુનિક સમાજ છે જેમાં સંબંધો, સંચાર અને શક્તિનો આધાર ડિજિટલ જોડાણ પર ટકેલો છે, અને માનવ જીવનનું મોટું ભાગ હવે નેટવર્ક દ્વારા સંચાલિત થાય છે.

4. સકારાત્મક પ્રભાવ (Positive Impact):

સોશિયલ મીડિયા અને નેટવર્ક સમાજના વિકાસથી આધુનિક જીવનમાં અનેક સકારાત્મક પરિવર્તનો આવ્યા છે. સૌથી મોટો લાભ સંચારની ઝડપ અને સરળતા છે. આજે WhatsApp, Facebook અને Instagram જેવી એપ્લિકેશનો દ્વારા લોકો તરત જ એકબીજા સાથે જોડાઈ શકે છે. પહેલાં કોઈ સમાચાર કે સંદેશ પહોંચાડવા માટે દિવસો કે અઠવાડિયા લાગી જતા, જ્યારે હવે એક મેસેજ સેકન્ડોમાં વિશ્વના કોઈપણ ખૂણે પહોંચી જાય છે. આથી પરિવારજનો, મિત્રો અને ઓળખીતાઓ વચ્ચેનો સંપર્ક વધુ મજબૂત બન્યો છે. દૂર રહેતા લોકો પણ રોજ વાતચીત કરી શકે છે, વિડિયો કોલ કરી શકે છે અને એકબીજાના જીવન સાથે જોડાયેલા રહી શકે છે. સોશિયલ મીડિયા શિક્ષણ ક્ષેત્રમાં પણ મહત્વપૂર્ણ સકારાત્મક પ્રભાવ પેદા કરે છે. વિદ્યાર્થીઓ ઓનલાઈન લેક્ચર, વેબિનાર અને શૈક્ષણિક સામગ્રી સરળતાથી મેળવી શકે છે. વિવિધ વિષયો અંગેની માહિતી હવે પુસ્તકો સુધી મર્યાદિત નથી રહી, પરંતુ ડિજિટલ પ્લેટફોર્મ પર ઉપલબ્ધ છે. કોઈ વિદ્યાર્થી પોતાના શંકા માટે ઓનલાઈન ગ્રુપમાં પ્રશ્ન પુછી શકે છે અને તરત જવાબ મેળવી શકે છે. આથી શીખવાની પ્રક્રિયા વધુ ખુલ્લી અને વ્યાપક બની ગઈ છે. શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચેનો સંવાદ પણ વધુ સક્રિય બન્યો છે.

વ્યવસાય અને રોજગાર ક્ષેત્રમાં પણ સોશિયલ મીડિયાનો સકારાત્મક ફાયદો થયો છે. નાના ઉદ્યોગકારો અને યુવાનો પોતાના ઉત્પાદનો અને સેવાઓનું પ્રચાર ઓનલાઈન કરી શકે છે. તેમને મોટા ખર્ચ વગર વિશાળ ગ્રાહક વર્ગ સુધી પહોંચવાની તક મળે છે. આથી સ્વરોજગાર અને સ્ટાર્ટઅપ સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન મળ્યું છે. લોકો ઘરેથી કામ કરવાની તક મેળવી શકે છે, જેને “વર્ક ફ્રોમ હોમ” તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આથી સમય અને મુસાફરીનો ખર્ચ બચી શકે છે. સામાજિક જાગૃતિ અને સામૂહિક આંદોલનોમાં પણ સોશિયલ મીડિયા મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. કોઈ સામાજિક સમસ્યા, અન્યાય કે આપત્તિ વિશે માહિતી ઝડપથી ફેલાઈ શકે છે. લોકો એકબીજાને મદદ માટે આગળ આવી શકે છે. રક્તદાન, પર્યાવરણ બચાવો, શિક્ષણ માટે દાન જેવા અભિયાન સોશિયલ મીડિયા દ્વારા વધુ અસરકારક બને છે. આથી સમાજમાં સહકાર અને એકતા વધે છે. સોશિયલ મીડિયા વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં પણ મદદરૂપ બને છે. લોકો પોતાની પ્રતિભા — જેમ કે ગીત, નૃત્ય, લેખન કે ફોટોગ્રાફી — વિશ્વ સામે રજૂ કરી શકે છે. ઘણા યુવાનો પોતાની કળા દ્વારા ઓળખ અને સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે. આથી આત્મવિશ્વાસ વધે છે અને નવી તકો ઊભી થાય છે. વ્યક્તિ પોતાના વિચારો ખુલ્લેઆમ વ્યક્ત કરી શકે છે, જે લોકશાહી મૂલ્યોને મજબૂત બનાવે છે.

વૈશ્વિક જોડાણ પણ એક મોટો સકારાત્મક પ્રભાવ છે. જુદા જુદા દેશ અને સંસ્કૃતિના લોકો એકબીજા સાથે સંપર્કમાં આવે છે. તેઓ નવી ભાષા, પરંપરા અને વિચારધારા વિશે જાણે છે. આથી સાંસ્કૃતિક સમજણ અને સહિષ્ણુતા વધે છે. વિશ્વ હવે “ગ્લોબલ વિલેજ” જેવી લાગણી આપે છે, જ્યાં દરેક વ્યક્તિ એકબીજા સાથે જોડાયેલી છે. માનસિક રીતે પણ કેટલાક સકારાત્મક પાસાં જોવા મળે છે. એકાંત અનુભવનાર વ્યક્તિ ઓનલાઈન મિત્રો બનાવી શકે છે અને પોતાની લાગણીઓ શેર કરી શકે છે. સહાય અને પ્રોત્સાહન મળવાથી તણાવ ઓછો થઈ શકે છે. સમાન રસ ધરાવતા લોકો સાથે જોડાઈને વ્યક્તિને આત્મસંતોષ મળે છે.

આ રીતે સોશિયલ મીડિયા અને નેટવર્ક સમાજ અનેક રીતે સકારાત્મક પ્રભાવ પેદા કરે છે. સંચાર, શિક્ષણ, વ્યવસાય, સામાજિક જાગૃતિ અને વ્યક્તિત્વ વિકાસ દરેક ક્ષેત્રમાં તેનો મહત્વપૂર્ણ ફાળો છે. જો તેનો ઉપયોગ સમજદારી અને મર્યાદા સાથે કરવામાં આવે, તો તે વ્યક્તિ અને સમાજ બંને માટે પ્રગતિ અને વિકાસનું શક્તિશાળી સાધન બની શકે છે.

5. નકારાત્મક પ્રભાવ (Negative Impact):

સોશિયલ મીડિયા અને નેટવર્ક સમાજ જેટલા લાભદાયી છે, તેટલા જ કેટલાક નકારાત્મક પ્રભાવ પણ ઉભા કરે છે. આજના સમયમાં Facebook, Instagram અને WhatsApp જેવી એપ્લિકેશનો લોકોના દૈનિક જીવનનો ભાગ બની ગઈ છે, પરંતુ તેનો અતિરેક ઉપયોગ વ્યક્તિગત અને સામાજિક જીવન પર ખરાબ અસર કરી શકે છે. સૌથી પહેલા માનસિક આરોગ્ય પર તેનો પ્રભાવ જોવા મળે છે. લોકો સતત “લાઈક”, “કોમેન્ટ” અને “ફોલોઅર્સ”ની સંખ્યા પર ધ્યાન આપે છે. જો પ્રતિસાદ ઓછો મળે તો તેઓ નિરાશા અને આત્મસંદેહ અનુભવે છે. ખાસ કરીને યુવાનોમાં તુલનાની ભાવના વધે છે, કારણ કે તેઓ બીજા લોકોનું સુખી અને સફળ જીવન જોઈને પોતાનું જીવન ઓછું લાગવા લાગે છે. આથી ચિંતા (Anxiety), ડિપ્રેશન અને આત્મવિશ્વાસમાં ઘટાડો થાય છે. બીજો મહત્વપૂર્ણ નકારાત્મક પ્રભાવ સંબંધોની ગુણવત્તા પર પડે છે. સોશિયલ મીડિયા દ્વારા જોડાણ સરળ બન્યું છે, પરંતુ સંબંધોમાં ઊંડાણ ઘટતું જાય છે. લોકો સામસામે વાતચીત કરતાં ઓનલાઈન મેસેજ પર વધારે નિર્ભર રહે છે. પરિવાર સાથે સમય પસાર કરવા બદલે લોકો મોબાઈલમાં વ્યસ્ત રહે છે. આથી ઘરેલું સંબંધોમાં અંતર વધી શકે છે. ઘણી વખત વર્ચ્યુઅલ મિત્રતા તાત્કાલિક અને નબળી હોય છે, જે ઝડપથી તૂટી જાય છે. વિશ્વાસ અને પ્રામાણિકતા અંગે પ્રશ્નો ઊભા થાય છે, કારણ કે ઓનલાઈન દુનિયામાં ખોટી ઓળખ રજૂ કરવી સરળ છે.

માહિતીનો અતિરેક (Information Overload) પણ એક મોટી સમસ્યા છે. દરરોજ અસંખ્ય પોસ્ટ, વિડિઓ અને સમાચાર જોવા મળે છે. તેમાં ઘણી માહિતી ખોટી અથવા ભ્રામક હોય છે. અફવા અને ફેક ન્યૂઝ ઝડપથી ફેલાઈ શકે છે, જે સમાજમાં ગેરસમજ અને તણાવ ઊભો કરે છે. રાજકીય અથવા ધાર્મિક મુદ્દાઓ પર ભડકાઉ માહિતી લોકો વચ્ચે વિવાદ પેદા કરી શકે છે. આથી સામાજિક એકતા પર નકારાત્મક અસર થાય છે. ગોપનીયતા (Privacy) પણ એક ગંભીર મુદ્દો છે. લોકો પોતાની વ્યક્તિગત માહિતી, ફોટા અને વિચારો સોશિયલ મીડિયા પર શેર કરે છે. પરંતુ આ માહિતીનો દુરુપયોગ થઈ શકે છે. સાયબર ક્રાઈમ, હેકિંગ અને ઓનલાઈન ઠગાઈ જેવા બનાવો વધી રહ્યા છે. ખાસ કરીને યુવતીઓ અને બાળકો માટે ઓનલાઈન સુરક્ષા મહત્વપૂર્ણ મુદ્દો બની ગયો છે. સોશિયલ મીડિયાનો વધુ ઉપયોગ સમય અને એકાગ્રતા પર પણ અસર કરે છે. લોકો કલાકો સુધી સ્ક્રીન સામે રહે છે, જેના કારણે અભ્યાસ અને કામ પર ધ્યાન ઓછું થાય છે. ઊંઘની સમસ્યા, આંખોની તકલીફ અને શારીરિક થાક પણ વધી શકે છે. આથી જીવનશૈલી અસંતુલિત બની જાય છે.

સમાજશાસ્ત્રી Sherry Turkle લખે છે કે ટેકનોલોજી દ્વારા આપણે એકબીજા સાથે જોડાયેલા દેખાઈએ છીએ, પરંતુ અંદરથી વધુ એકલા બનતા જઈએ છીએ તેઓ જણાવે છે કે લોકો ઓનલાઈન સંવાદને વાસ્તવિક સંબંધોથી વધુ મહત્વ આપવા લાગે છે, જે માનવીય લાગણીઓ અને નજીકતાને કમજોર બનાવે છે.² આ રીતે સોશિયલ મીડિયા અને નેટવર્ક સમાજના નકારાત્મક પ્રભાવ વ્યક્તિ અને સમાજ બંને માટે ચિંતાજનક છે. જો તેનો ઉપયોગ મર્યાદા અને સમજદારીથી ન કરવામાં આવે, તો તે માનસિક, સામાજિક અને નૈતિક સમસ્યાઓ ઊભી કરી શકે છે. તેથી જરૂરી છે કે લોકો ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ સંતુલિત રીતે કરે, ગોપનીયતા અને સચ્ચાઈનું ધ્યાન રાખે અને વાસ્તવિક જીવનના સંબંધોને પ્રાથમિકતા આપે.

6. યુવાનો અને સોશિયલ મીડિયા

આજના સમયમાં સોશિયલ મીડિયા યુવાનોના જીવનનો અગત્યનો ભાગ બની ગયું છે. મોબાઈલ અને ઇન્ટરનેટની સુવિધા વધતા યુવાનો હવે માત્ર Instagram, Facebook અને WhatsApp જ નહીં, પરંતુ YouTube, Telegram અને Snapchat જેવી અનેક

² Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

એપ્લિકેશનોનો ઉપયોગ કરે છે. આ પ્લેટફોર્મ્સ યુવાનોને માહિતી, મનોરંજન અને સંચારની નવી તક આપે છે. સોશિયલ મીડિયા દ્વારા યુવાનો પોતાના વિચારો, લાગણીઓ અને પ્રતિભા વિશ્વ સમક્ષ રજૂ કરી શકે છે. તેઓ વિડિઓ બનાવે છે, બ્લોગ લખે છે અને ઓનલાઈન ચર્ચાઓમાં ભાગ લે છે. આથી તેમની અભિવ્યક્તિ શક્તિ અને આત્મવિશ્વાસમાં વધારો થાય છે. ઘણા યુવાનો ઓનલાઈન શિક્ષણ અને કરિયર સંબંધિત માહિતી મેળવી શકે છે. વિવિધ સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાની તૈયારી માટે ગ્રુપ અને ચેનલો મદદરૂપ બને છે.

પરંતુ સોશિયલ મીડિયા કેટલાક પડકારો પણ ઉભા કરે છે. યુવાનો ઘણી વખત વધુ સમય મોબાઇલ પર પસાર કરે છે, જેના કારણે અભ્યાસમાં ધ્યાન ઓછું થાય છે. લાઈક અને ફોલોઅર્સની સ્પર્ધા કારણે તુલનાની ભાવના વધે છે. કેટલાક યુવાનો ઓનલાઈન ટિપ્પણીઓથી માનસિક રીતે પ્રભાવિત થાય છે. આથી ચિંતા અને આત્મવિશ્વાસમાં ઘટાડો થઈ શકે છે. સમાજશાસ્ત્રી Manuel Castells જણાવે છે કે આધુનિક સમાજમાં માહિતી અને ટેકનોલોજીનું જાળું (network) સમાજની રચનાને બદલી રહ્યું છે. લોકો હવે પરંપરાગત સામાજિક માળખાથી વધુ ડિજિટલ નેટવર્ક દ્વારા જોડાયેલા છે.³ આ રીતે સોશિયલ મીડિયા યુવાનો માટે તકો અને પડકાર બંને લાવે છે. જો તેનો ઉપયોગ મર્યાદિત અને સમજદારીપૂર્વક કરવામાં આવે, તો તે શિક્ષણ, સંવાદ અને વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટે સકારાત્મક સાધન બની શકે છે.

નિષ્કર્ષ :

સોશિયલ મીડિયા અને નેટવર્ક સમાજ આધુનિક યુગની મહત્વપૂર્ણ વાસ્તવિકતા બની ગયા છે. ડિજિટલ ટેકનોલોજી દ્વારા માનવ જીવનના લગભગ દરેક ક્ષેત્રમાં પરિવર્તન આવ્યું છે. યુવાનો ખાસ કરીને આ બદલાવના કેન્દ્રમાં છે, કારણ કે તેઓ સોશિયલ મીડિયા સાથે સૌથી વધુ જોડાયેલા છે. આજના સમયમાં YouTube, Telegram અને Snapchat જેવી વિવિધ એપ્લિકેશનો સંચાર, અભ્યાસ અને મનોરંજનના મુખ્ય સાધન બની ગઈ છે. સોશિયલ મીડિયાના સકારાત્મક પ્રભાવમાં ઝડપી સંચાર, વૈશ્વિક જોડાણ, શિક્ષણની નવી તક અને વ્યક્તિત્વ વિકાસનો સમાવેશ થાય છે. યુવાનો પોતાની પ્રતિભા રજૂ કરી શકે છે, નવી માહિતી મેળવી શકે છે અને વિવિધ સમાજિક મુદ્દાઓ પર અવાજ ઉઠાવી શકે છે. આથી સમાજ વધુ જાગૃત અને જોડાયેલો બન્યો છે. પરંતુ તેની સાથે નકારાત્મક પ્રભાવ પણ નજરે પડે છે. વધુ ઉપયોગના કારણે માનસિક તણાવ, એકાંત, તુલનાની ભાવના અને ગોપનીયતાના પ્રશ્નો ઊભા થાય છે. વર્ચ્યુઅલ સંબંધો ઘણીવાર વાસ્તવિક સંબંધોથી દૂર લઈ જાય છે. તેથી સોશિયલ મીડિયાનો ઉપયોગ સંતુલિત અને જવાબદારીપૂર્વક કરવો જરૂરી છે. આ રીતે સોશિયલ મીડિયા neither સંપૂર્ણ સકારાત્મક છે કે સંપૂર્ણ નકારાત્મક. તે એક સાધન છે, જેનો પ્રભાવ તેનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવામાં આવે છે તેના પર આધાર રાખે છે. જો યુવાનો જાગૃતિ, મર્યાદા અને સમજદારી સાથે તેનો ઉપયોગ કરે, તો તે તેમના વિકાસ અને સમાજની પ્રગતિ માટે શક્તિશાળી માધ્યમ બની શકે છે.

References

- Castells, M. (1996). *The Rise of the Network Society*. Blackwell Publishers.
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford University Press.
- Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Polity Press.
- boyd, d. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Van Dijk, J. (2006). *The network society: Social aspects of new media*. Sage Publications.

³ Castells, M. (1996). *The rise of the network society*. Blackwell Publishers.