



CHETANA
International Journal of Education (CIJE)

Peer Reviewed/Refereed Journal
ISSN : 2455-8279 (E)/2231-3613 (P)

Impact Factor
SJIF 2024 - 8.029



Prof. A.P. Sharma
Founder Editor, CIJE
(25.12.1932 - 09.01.2019)

[Conference Special-NTMAE-24]

इंटरनेट आसक्ति का उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव:
बौद्धिक स्थिति एवं व्यक्तित्व के विशिष्ट संदर्भ में

शैलजा त्रिपाठी

शोधार्थी (शिक्षा)

डॉ उषा मदनावत

प्रोफेसर

शिक्षा विभाग, श्याम विश्वविद्यालय, दौसा

Email – shailjatripathi75@gmail.com, Mobile – 9828486049

First draft received: 14.05.2024, Reviewed: 19.05.2024, Final proof received: 18.06.2024, Accepted: 28.06.2024

सारांश

वर्तमान शोध का उद्देश्य विद्यार्थियों की बौद्धिक स्थिति एवं व्यक्तित्व पर इंटरनेट आसक्ति का प्रभाव का अध्ययन करना था। इस अध्ययन में जयपुर जिले के सांगानेर क्षेत्र के उच्च माध्यमिक विद्यालयों में पढ़ने वाले 500 विद्यार्थियों को नमूने के रूप में चुना गया था। अध्ययन में डॉ. किम्बल यंग (1998) के इंटरनेट एडिक्शन टेस्ट, एस.एस. जलोटा और एस.डी. कपूर (1959) के आईजिन्क की मॉडरले पर्सनैलिटी इन्वेंटरी (एमपीआई) एवं पी श्रीनिवासन के बुद्धिमता टेस्ट का उपयोग किया गया। प्राप्त परिणामों से यह स्पष्ट होता है कि इंटरनेट आसक्ति विद्यार्थियों की बौद्धिक क्षमता एवं व्यक्तित्व पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकती है, परन्तु इस प्रभाव की प्रमाणिकता को और अधिक गहन अध्ययन और विश्लेषण की आवश्यकता है। इस शोध का महत्व यह है कि यह विद्यार्थियों में इंटरनेट आसक्ति के प्रभावों को समझने में मदद करता है और शिक्षा और स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों को इसकी रोकथाम और प्रबंधन के लिए उचित उपाय सुझावित कर सकता है।

मुख्य शब्द : इंटरनेट आसक्ति, बौद्धिक स्थिति, व्यक्तित्व आदि.

प्रस्तावना

इंटरनेट के आविष्कार ने मानव समाज में एक तकनीकी क्रांति ला दी है, जिसके फलस्वरूप लोगों के जीवन में गहरे और आमूलचूल परिवर्तन हुए हैं। आधुनिक सूचना प्रौद्योगिकी और साइबर युग में, भारत के युवा और खासकर छात्र, इंटरनेट के प्रमुख उपभोक्ता बन चुके हैं। यह देश दुनिया का सबसे युवा राष्ट्र होने का गौरव भी प्राप्त करता है। इंटरनेट आज वैश्विक स्तर पर निजी, सार्वजनिक, शैक्षिक, वाणिज्यिक और सरकारी नेटवर्कों को जोड़ने वाला एक महत्वपूर्ण नेटवर्क है, जिससे सभी प्रकार की जानकारीयों व्यक्तियों और संगठनों को बहुत कम लागत पर और बिना किसी समय विलंब के उपलब्ध होती हैं। हालांकि, असीमित और अत्यधिक उपयोग के कारण, स्कूल और कॉलेज के छात्रों में इंटरनेट की लत की समस्या बढ़ी है, जो उन्हें कई अन्य समस्याओं की ओर धकेल रही है।

इंटरनेट व्यवसाय, शिक्षा, व्यक्तिगत उपयोग और अन्य क्षेत्रों में अनिवार्य उपकरण बन गया है। चाहे वह अच्छा हो या बुरा, इंटरनेट ने हमारे जीवन के हर पहलू में घुसपैठ कर ली है और आज का समाज ऐसे बिंदु पर पहुंच गया है जहां इंटरनेट के बिना जीवन यापन करना कठिन हो गया है। छात्र

इंटरनेट के प्रमुख उपयोगकर्ता हैं और इसके अत्यधिक उपयोग से उनकी मानसिकता पर प्रभाव पड़ रहा है। वर्तमान अध्ययन के अनुसार, इंटरनेट का अत्यधिक उपयोग कॉलेज के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य और उनके सामाजिक समायोजन को कम कर रहा है।

वर्तमान समय में, लोग इंटरनेट के माध्यम से अपनी जिज्ञासा को शांत कर रहे हैं, व्यवसाय संचालित कर रहे हैं, शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं, और अनेक सेवाओं का लाभ उठा रहे हैं। इस प्रकार, इंटरनेट सहायक हाथ की तरह बन गया है और लोग इसका उपयोग खुशी-खुशी कर रहे हैं। हालांकि, इसके व्यापक उपयोग और भविष्य में इसके संभावित प्रभावों को देखते हुए, यह स्पष्ट है कि यह कई समस्याएं उत्पन्न कर सकता है। इसके परिणामस्वरूप, मनोविज्ञान और दर्शन के क्षेत्रों में नई विचारधाराएं और सिद्धांत विकसित होने की संभावना है।

इंटरनेट की लत क्या है?

यह एक व्यापक शब्द है जो इंटरनेट पर अत्यधिक समय व्यतीत करने की अनिवार्यता को दर्शाता है। इस शब्द का पहली बार प्रयोग 1996 में गोल्डबर्ग ने किया था। यह एक मानसिक स्थिति है जहाँ इंटरनेट के

अत्यधिक उपयोग से व्यक्ति को हानि पहुंचती है और यह बाध्यकारी व्यवहार के रूप में जानी जाती है। यदि कोई लगातार ऑनलाइन रहता है, तो उसे इंटरनेट की लत वाला कहा जा सकता है।

इंटरनेट का उपयोग आज हर क्षेत्र में फैल चुका है। छात्र, विशेषकर, इसके प्रमुख उपयोगकर्ता हैं, जो शैक्षिक और अनुसंधान जरूरतों के लिए इस पर निर्भर हैं। डिजिटल उपकरणों की व्यापकता के कारण, सोशल मीडिया सेवाएं जैसे कि फेसबुक, ट्विटर, इंस्टाग्राम, व्हाट्सएप, और यूट्यूब ने छात्रों के जीवन में गहरी पैठ बना ली है। इसके चलते छात्र घंटों इंटरनेट पर समय बिताते हैं और इसके आदी हो गए हैं।

इंटरनेट की लत एक ऐसी लत है जिससे व्यक्ति बिना नहीं रह सकता, और इसके बिना जीवन में खालीपन महसूस होता है। इसके कारण व्यक्ति असली दुनिया को भूलकर काल्पनिक दुनिया में अधिक समय बिताता है, जिससे ऊर्जा की कमी और बेचैनी महसूस होती है। यह व्यक्ति को समाज से अलग-थलग कर देता है, जिससे सामाजिक विकास में बाधा आती है।

सूचना प्रौद्योगिकी के युग में, इंटरनेट ने एक महत्वपूर्ण नवाचार के रूप में उभरकर हर पहलू में आधुनिक जीवन को पुनर्परिभाषित किया है। यह सूचना प्रसार और संचार के लिए एक महत्वपूर्ण स्रोत के रूप में अपनी भूमिका निभा रहा है। इंटरनेट प्रौद्योगिकी दुनिया भर के छात्रों को ज्ञान प्राप्त करने, साझा करने और संवाद करने की सहज सुविधा प्रदान करती है, जिससे भौगोलिक और सांस्कृतिक विभाजन को पाटने में मदद मिलती है। हालांकि, विशेषकर युवाओं के बीच इंटरनेट का व्यापक उपयोग, ऐसे द्विपक्षीय प्रभावों को सामने लाया है जिनकी गहराई से जांच की आवश्यकता है।

इंटरनेट की व्यापक स्वीकृति ने इसे छात्रों के दैनिक जीवन में एकीकृत कर दिया है, जहां फेसबुक, व्हाट्सएप, इंस्टाग्राम, स्नैपचैट, और ट्विटर जैसे मंच सामान्य हो गए हैं। ये उपकरण न केवल संचार और अकादमिक प्रयासों के लिए ऑनलाइन पाठ्यक्रमों के माध्यम से सुविधाजनक हैं बल्कि मनोरंजन और सामाजिक इंटरैक्शन के लिए भी माध्यम प्रदान करते हैं। इसके अनेक लाभों के बावजूद, इंटरनेट पर निर्भरता ने मानसिक और व्यवहारिक चुनौतियों की एक श्रृंखला को उजागर किया है। अत्यधिक इंटरनेट उपयोग छात्रों की रचनात्मकता, आलोचनात्मक सोच और नैतिक मूल्यों को कम कर सकता है, जिससे इंटरनेट की लत जैसी घटनाएं उत्पन्न होती हैं—यह एक बढ़ती हुई चिंता है जो मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है, अनिद्रा और मनोवैज्ञानिक विकारों को जन्म देती है।

हाल के अध्ययनों और रिपोर्टों ने किशोरों में महत्वपूर्ण मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के साथ इंटरनेट के अत्यधिक उपयोग के सहसंबंधों को उजागर किया है। उदाहरण के लिए, लिन एवं अन्य (2014) के अध्ययन से पता चलता है कि किशोरों में उच्च इंटरनेट उपयोग का स्तर चिंता और अवसाद के उच्च स्तरों के साथ मजबूती से संबद्ध है। इसके अलावा, यंग (2017) द्वारा किए गए शोध से पुष्टि होती है कि इंटरनेट की लत सामाजिक इंटरैक्शन, अकादमिक प्रदर्शन, और भावनात्मक स्थिरता को प्रतिकूल रूप से प्रभावित कर सकती है।

यह सब विशेष रूप से जयपुर के क्षेत्रों में, जहां युवा आबादी उल्लेखनीय रूप से अधिक है, सख्त शोध और हस्तक्षेप रणनीतियों की आवश्यकता के लिए महत्वपूर्ण संवाद को प्रज्वलित करता है। जयपुर की समृद्ध ऐतिहासिक टेपेस्ट्री और सांस्कृतिक विरासत के साथ इसका शहरी विस्तार इस अध्ययन के लिए एक अनूठी पृष्ठभूमि प्रदान करता है। शहर की जनसांख्यिकीय विविधता और तकनीकी प्रवेश इसे छात्रों की मानसिक भलाई और अकादमिक प्रदर्शन पर इंटरनेट की लत के प्रभावों की जांच के लिए एक आदर्श स्थान बनाती है।

यह अनुसंधान जयपुर के सांगानेर क्षेत्र के छात्रों में इंटरनेट की लत की गंभीरता और उसके बौद्धिक क्षमताओं पर होने वाले परिणामी प्रभावों की गहराई में जाने का लक्ष्य रखता है। इंटरनेट की लत के योगदान कारकों की पहचान करके, यह अध्ययन उन नकारात्मक प्रभावों को कम करने और

छात्रों में स्वस्थ डिजिटल आदतों को बढ़ावा देने के लिए लक्षित हस्तक्षेपों को सूचित और विकसित करने की मांग करता है। इस अन्वेषण के माध्यम से, अनुसंधान युवाओं पर इंटरनेट की लत के प्रभावों की व्यापक समझ में योगदान देगा, इस समकालीन चुनौती को संबोधित करने के लिए नीति-निर्माण और शैक्षिक रणनीतियों को मार्गदर्शन करेगा।

शोध समस्या

प्रस्तुत शोध की समस्या इस प्रकार है।

"इंटरनेट आसक्ति का विद्यार्थियों के बौद्धिक स्थिति एवं व्यक्तित्व पर प्रभाव"

उद्देश्य

प्रस्तुत शोध की समस्या के सम्बन्ध में निम्नलिखित उद्देश्य निर्धारित किये गये हैं।

1. इंटरनेट आसक्ति का विद्यार्थियों के बौद्धिक स्थिति पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन।
2. इंटरनेट आसक्ति का विद्यार्थियों के व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन।

परिकल्पना

शोध के उद्देश्य से निम्नलिखित शून्य परिकल्पनाएँ तैयार की गई हैं-

1. उच्च इंटरनेट आसक्ति एवं निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के बौद्धिक स्थिति के बीच कोई अन्तर नहीं होगा।
2. उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के व्यक्तित्व के बीच कोई अन्तर नहीं होगा।

चर

स्वतंत्र प्रभावित करने वाली वस्तुएँ

- इंटरनेट की लत

आश्रित चर

- बौद्धिक स्थिति
- व्यक्तित्व

नमूना

वर्तमान अध्ययन सांगानेर (जयपुर) के उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों पर आयोजित किया गया है।

वर्तमान अध्ययन के लिए नमूने कोटा नमूनाकरण तकनीक के माध्यम से एकत्र किए गए थे। अध्ययन के कुल नमूना में 500 विद्यार्थी शामिल थे।

शोध में उपयोग प्रशिक्षण

डॉ. किम्बल यंग (1998) द्वारा इंटरनेट एडिक्शन टेस्ट: इस परीक्षण में 20 आइटम हैं, जो वयस्कों और छात्रों के बीच इंटरनेट की लत की गंभीरता को मापते हैं। यह लिकर्ट 5 पाइंट रेटिंग है, इस पैमाने में 20 आइटम होते हैं और प्रतिभागियों को नंबर एक से पांच तक किसी एक विकल्प का चयन करके उनका जवाब देने के लिए कहा जाता है। न्यूनतम स्कोर 20 है जबकि अधिकतम 400 है। उच्च स्कोर इंटरनेट की लत का एक उच्च स्तर है। समय परीक्षण की सीमा 5 से 10 मिनट है लेकिन आम तौर पर इसे 10 मिनट में पूरा किया जाता है।

एस.एस. जलोटा और एस.डी. कपूर (1959) द्वारा आईजिन्क की मॉडरले पर्सनैलिटी इन्वेंटरी (एमपीआई): माउडरले व्यक्तित्व सूची (एमपीआई) एक संक्षिप्त लेकिन मानक सूची है, जिसे आसानी से प्रशासित और स्कोर किया जा सकता है। इस का हिन्दी रूपान्तरण एस. एस. जलोटा और एस.

डी. कपूर ने किया है। यह सामान्य और असामान्य व्यक्तियों और किशोरों के लिए उपयुक्त है।

पी श्रीनिवासन द्वारा बुद्धिमता टेस्ट: उक्त परीक्षण में 60 प्रश्न हैं, प्रत्येक प्रश्न के चार वैकल्पिक उत्तर हैं। इन चार वैकल्पिक उत्तरों में से एक उत्तर सही है जबकि अन्य तीन गलत हैं। सही उत्तर के लिए एक अंक और गलत उत्तर के लिए शून्य अंक आवंटित करने हैं। सभी अंकों का योग करें और इन अंकों को मानसिक आयु में परिवर्तित करें। फिर IQ की गणना करें और बुद्धि परीक्षण की व्याख्या करें। परीक्षण में स्कोर करने के लिए कुंजी का उपयोग करें।

सांख्यिकीय पद्धति

वर्तमान अध्ययन के उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए डेटा का विश्लेषण करने के लिए टी-टेस्ट का उपयोग किया गया।

परिणाम और विश्लेषण

वर्तमान शोध का उद्देश्य इंटरनेट आसक्ति का विद्यार्थियों के बौद्धिक स्थिति एवं व्यक्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना था, जिसके परिणाम की चर्चा नीचे की गई है।

तालिका 1- उच्च इंटरनेट आसक्ति और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के मध्य बौद्धिक स्थिति पर टी परीक्षण

मापदंड	उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थी	निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थी	टी-टेस्ट परिणाम
नमूनों की संख्या (n)	250	250	-
माध्य (Mean)	39.28	40.28	-
मानक विचलन (SD)	5.38	5.39	-
टी-मान (t-Value)	-	-	2.32
महत्वता स्तर (α)	-	-	महत्वपूर्ण नहीं है

उपरोक्त तालिका 1 में दिया गया डेटा उच्च इंटरनेट आसक्ति और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के मध्य बौद्धिक स्थिति पर टी परीक्षण पर आधारित तुलना करता है, जिसका विश्लेषण टी-टेस्ट के माध्यम से किया गया है।

दोनों समूहों में 250-250 विद्यार्थी शामिल हैं, जो कि एक पर्याप्त बड़ा नमूना आकार है, विश्वसनीय और स्थिर आँकड़े प्रदान करने के लिए।

उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का माध्य 39.28 है, जबकि निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का माध्य 40.28 है। यह दर्शाता है कि निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों की बौद्धिक स्थिति औसतन उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों की तुलना में थोड़ी बेहतर है। दोनों समूहों का मानक विचलन क्रमशः 5.38 और 5.39 है, जो दर्शाता है कि डेटा का फैलाव दोनों समूहों में लगभग समान है। टी-मान 2.32 है। यह मान दर्शाता है कि दोनों समूहों के माध्यों के बीच के अंतर को मानक त्रुटि से विभाजित करने पर प्राप्त मूल्य 2.32 है। यह इंगित करता है कि दोनों समूहों के बीच एक निश्चित अंतर है, हालांकि, 'महत्वपूर्ण नहीं है' के रूप में उल्लेखित महत्वता स्तर (α) बताता है कि यह अंतर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं है। यह अर्थ देता है कि जबकि उच्च और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के माध्यों के बीच एक वास्तविक अंतर पाया जाता है, यह अंतर स्थापित महत्वता के थ्रेशोल्ड को पार करने के लिए पर्याप्त बड़ा नहीं है। सांख्यिकीय महत्व की यह कमी इंगित करती है कि परिणाम

यादृच्छिक विविधता के कारण हो सकते हैं, और इसलिए, इसे सिद्धांत या अन्य शोध प्रयोजनों के लिए मजबूत सबूत के रूप में नहीं माना जा सकता। इससे यह संकेत मिलता है कि उच्च इंटरनेट आसक्ति और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के बौद्धिक स्तर में भिन्नता हो सकती है, लेकिन इस अध्ययन के आधार पर इसे सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं माना जा सकता। भविष्य के अध्ययनों में अधिक सटीक मापन विधियों, बड़े नमूना आकारों का उपयोग, या विभिन्न परिस्थितियों और पृष्ठभूमियों की जांच करके, इस विषय पर अधिक गहराई से जांच की जा सकती है। ऐसा करने से इंटरनेट आसक्ति और विद्यार्थियों की बौद्धिक क्षमता के बीच संबंधों की बेहतर समझ विकसित हो सकती है, जिससे शिक्षा और छात्र विकास के क्षेत्र में अधिक सूचित निर्णय लेने में मदद मिल सकती है।

तालिका 2- उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के मध्य व्यक्तित्व पर टी परीक्षण

मापदंड	उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थी	निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थी	टी-टेस्ट परिणाम
नमूनों की संख्या (n)	250	250	-
माध्य (Mean)	32.39	31.99	-
मानक विचलन (SD)	5.45	5.01	-
टी-मान (t-Value)	-	-	2.01
महत्वता स्तर (α)	-	-	महत्वपूर्ण नहीं है

उपरोक्त तालिका 2 में दिया गया डेटा उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के मध्य व्यक्तित्व पर टी परीक्षण पर आधारित तुलना करता है, जिसका विश्लेषण टी-टेस्ट के माध्यम से किया गया है।

दोनों समूहों में 250-250 विद्यार्थी शामिल हैं। इससे पता चलता है कि विश्लेषण के लिए पर्याप्त बड़े नमूने हैं, जो स्थिर और विश्वसनीय आँकड़े प्रदान कर सकते हैं। उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का माध्य 32.39 है, जबकि निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का माध्य 31.99 है। यह इंगित करता है कि उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का प्रदर्शन औसतन निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों की तुलना में थोड़ा उच्च है। उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का मानक विचलन 5.45 है, जबकि निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों का 5.01 है। मानक विचलन डेटा के फैलाव को मापता है, जिससे पता चलता है कि उच्च इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के स्कोर में निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों की तुलना में थोड़ी अधिक विविधता है। टी-मान 2.01 है। यह मान दर्शाता है कि दोनों समूहों के माध्यों के बीच के अंतर को मानक त्रुटि से विभाजित करने पर प्राप्त मूल्य 2.01 है। यह संकेत देता है कि दोनों समूहों के बीच एक निश्चित अंतर है, हालांकि 'महत्वपूर्ण नहीं है' के रूप में वर्णित महत्वता स्तर (α) बताता है कि यह अंतर सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं है। इसका मतलब यह है कि टी मान 2.01 एक निश्चित अंतर को दर्शाता है, यह अंतर सांख्यिकीय महत्व की निर्धारित सीमा को पार नहीं करता, जिससे इसे यादृच्छिक विविधता के बजाय एक वास्तविक और सिस्टमेटिक अंतर के रूप में मान्यता नहीं मिल पाती।

महत्वता स्तर, आमतौर पर 0.05 (5% जोखिम) या 0.01 (1% जोखिम) पर सेट होता है, यह दर्शाता है कि किसी परिणाम को कितने विश्वास के साथ महत्वपूर्ण माना जा सकता है। हालांकि, इस स्थिति में, टी मान 2.01 होने के बावजूद, यह आवश्यक महत्वता स्तर को पार नहीं करता है,

जिसका अर्थ है कि हम उच्च और निम्न इंटरनेट आसक्ति वाले विद्यार्थियों के बीच पाए गए अंतर को सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण नहीं कह सकते।

निष्कर्ष

उपरोक्त परिणाम सुझाव देते हैं कि इंटरनेट आसक्ति विद्यार्थियों की बौद्धिक क्षमता एवं व्यक्तित्व पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकती है, परन्तु इस प्रभाव की प्रमाणिकता को और अधिक गहन अध्ययन और विश्लेषण की आवश्यकता है। इस शोध का महत्व यह है कि यह विद्यार्थियों में इंटरनेट आसक्ति के प्रभावों को समझने में मदद करता है और शिक्षा और स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों को इसकी रोकथाम और प्रबंधन के लिए उचित उपाय सुझावित कर सकता है। भविष्य के शोध में इस विषय की और अधिक गहराई से जांच की जानी चाहिए, विशेषकर विभिन्न सांस्कृतिक और शैक्षिक पृष्ठभूमियों में, ताकि इंटरनेट आसक्ति के बौद्धिक और व्यक्तित्व पर प्रभाव को और अधिक स्पष्टता से समझा जा सके।

संदर्भ

- Allport GW (1935): "A Hand book of Social Psychology." (p.798-844). Khanyie Dlamini: The role of social media in education."
- Azizah Zainudin, Marina Md. Din, Marini Othman-2013: "Impact due to Internet Addiction among Malaysian University students. "International Journal of Asian Social Science.
- Dr. Mayur v. Bhammar (2020) A Psychological Study of Social Media on Youth During Covid-19 Pandemic. Brainstorming on Mental Health-First Edition -2020
- Kotari, CR (1996): "Research Methodology" Lind Edition Vishwaprakashan Publishing Company.
- Maru Swati (2022)"A Study of an Effect of Internet Addiction, Stress & Depression on Mental Health of College Students."
- Neil Selwyn (2016): "Social media and education", Learning, media and technology 41(1), 1-5.
- Norm Friesen (2012): "The questionable promise of social media for education." Journal of computer assisted learning 28(3), 183-194.
- Subhashini KJ, Praveen G. – 2018: "An era of digital slavery: a study on internet addiction among professional college students of Hassan, Karnataka" International Journal of Community Medicine and Public Health