INNOVARE JOURNAL OF EDUCATION
Vol 14, Issue 2, 2026, 52-56
ISSN: 2347-5528
Research Article

चार वर्षीय पाठ्यक्रम आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियों में इंटरनेट एडिक्शन का अध्ययन

A Study of Internet Addiction among Students of the Four-Year ITEP and B.El. Ed. Programs

महेन्द्र कुमार एवं अम्रता वर्मा
शिक्षा संस्थान, बुन्देलखण्ड विश्वविद्यालय, झाँसी, उत्तर प्रदेश, भारत

Mahendra Kumar and Amrata Verma
Education Institute, Bundelkhand University, Jhansi, Uttar Pradesh, India

सारांश

प्रस्तुत शोध में एकीकृत शिक्षक शिक्षा कार्यक्रम (आईटीईपी) एवं प्रारभिक शिक्षा में स्नातक (बी.एल.एड.) पाठ्यक्रमों में अध्ययनरत विद्यार्थियों की इंटरनेट एडिक्शन के स्तर का तुलनात्मक अध्ययन किया गया। इस अध्ययन का उद्देश्य यह जानना था कि दोनों शिक्षक–प्रशिक्षण पाठ्यक्रमों के विद्यार्थियों में इंटरनेट के अत्यधिक उपयोग की प्रवृत्ति में कोई सार्थक अंतर विद्यमान है अथवा नहीं। शोध में वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। अध्ययन की जनसंख्या के रूप में झाँसी शहर के उन महाविद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों के विद्यार्थियों को सम्मिलित किया गया, जहाँ आईटीईपी एवं बी.एल.एड. पाठ्यक्रम संचालित हो रहे हैं। न्यादर्श के रूप में कुल 100 विद्यार्थियों का चयन साधारण यादृच्छिक विधि द्वारा किया गया, जिनमें 50 विद्यार्थी बी.एल.एड. एवं 50 विद्यार्थी आईटीईपी पाठ्यक्रम से संबंधित थे। शोध चर 'इंटरनेट एडिक्शन' से संबंधित आंकड़े गुलाटी, कुरीसंकल एवं बाकलीवाल द्वारा निर्मित मानकीकृत इंटरनेट एडिक्शन स्केल के माध्यम से एकत्रित किए गए। प्राप्त आंकड़ों के सांख्यिकीय विश्लेषण हेतु मध्यमान, मानक विचलन एवं टी–परीक्षण का प्रयोग किया गया। शोध निष्कर्षों के आधार पर यह पाया गया कि आईटीईपी एवं बी.एल.एड. पाठ्यक्रमों के विद्यार्थियों की इंटरनेट एडिक्शन के स्तर में सांख्यिकीय दृष्टि से कोई सार्थक अंतर नहीं है। दोनों समूहों के विद्यार्थियों में इंटरनेट उपयोग की प्रवृत्ति लगभग समान पाई गई।

शब्दकोश: इंटरनेट एडिक्शन, आईटीईपी, बी.एल.एड., विद्यार्थी

Abstract

The present study compared the levels of internet addiction among students pursuing the Integrated Teacher Education Programme (ITEP) and Bachelor of Elementary Education (B.El.Ed.) courses. The objective of this study was to determine whether there were significant differences in the tendency toward excessive internet use among students pursuing both teacher training courses. A descriptive survey method was used in this study. The study population included students from colleges and universities in Jhansi city offering ITEP and B.El.Ed. courses. A total of 100 students were selected as a sample using a simple random sampling method: 50 were pursuing B.El.Ed. and 50 were pursuing ITEP. Data on the research variable "Internet Addiction" were collected using a standardized test developed by Gulati, Kurisunkal, and Bakliwal. Mean, standard deviation, and *t*-test were used for statistical analysis of the data. Based on the research findings, there was no statistically significant difference in the level of internet addiction among students in ITEP and B.El.Ed. courses. The trend in internet use was found to be almost identical across students in both groups. Possible reasons for this could be the fact that both courses are conducted in urban environments, equal availability of internet, and the increasing reliance on the internet for academic and personal needs. This study could be useful in teacher training programs to help teachers understand students' digital behavior and provide guidance on balanced internet use.

***Keywords*:** internet addiction, ITEP, B.El.Ed., Students

प्रस्तावना

शिक्षा को किसी भी राष्ट्र की प्रगति, सामाजिक स्थिरता और नैतिक उन्नयन का मूल आधार माना जाता है। यह मानव के सर्वांगीण विकास की अनिवार्य आवश्यकता है, जो व्यक्ति को न केवल ज्ञानवान बनाती है, बल्कि उसे सामाजिक रूप से उत्तरदायी नागरिक के रूप में भी विकसित करती है। जिस प्रकार किसी संरचना की मजबूती उसकी नींव की गहराई पर निर्भर करती है, उसी प्रकार किसी देश की भौतिक, बौद्धिक एवं नैतिक

© 2026 The Authors. Published by Innovare Academic Sciences Pvt Ltd. This is an open access article under the CC BY license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
DOI: https://dx.doi.org/10.22159/ijoe.2026v14i2.58738. Journal homepage: https://journals.innovareacademics.in/index.php/ijoe.
आभार: लेखक ने झाँसी शहर में /जनपद के महाविद्यालयो/विश्वविद्यालय में आईटीईपी और बी.एल.एड. में अध्ययनरत विद्यार्थियो को अनुसंधान में सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया है। **लेखक का योगदान:** यह कार्य पूरी तरह से लेखकों के सह प्रयासों का परिणाम है। **हितों का टकराव:** लेखक यह घोषणा करते हैं कि उनका कोई हितों का टकराव नहीं है। **वित्तीय स्रोत:** स्वयं वित्त पोषण।
इस लेख के संबंध में पत्राचार महेन्द्र कुमार, शिक्षा संस्थान, बुन्देलखण्डविश्वविद्यालय.,झाँसी, उत्तर प्रदेश, भारत। **ईमेल:** mahendra.arya.mau@gmail.com

उन्नति उसकी शिक्षा व्यवस्था की गुणवत्ता पर निर्भर करती है। मानव सभ्यता के आरम्भ से ही मनुष्य के व्यवहार, आदतों और मानसिक प्रक्रियाओं का अध्ययन अनुसंधान का प्रमुख विषय रहा है। बीसवीं शताब्दी में मनोविज्ञान एवं समाजशास्त्र के क्षेत्र में हुए अध्ययनों ने मानव मस्तिष्क और व्यवहार को समझने की नई दिशा प्रदान की, जिसके परिणामस्वरूप आधुनिक युग में व्यवहार और तकनीक के पारस्परिक संबंधों पर विशेष ध्यान दिया जाने लगा है।

इक्कीसवीं शताब्दी में सूचना एवं संचार तकनीक, विशेषकर इंटरनेट, ने जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को प्रभावित किया है। आज इंटरनेट शिक्षा, संचार, मनोरंजन, व्यापार और सामाजिक संपर्क का एक अनिवार्य साधन बन चुका है। विभिन्न अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि विद्यार्थियों में इंटरनेट उपयोग की दर अत्यंत तेजी से बढ़ी है।

जब नशे की लत बाला व्यवहार इस मामले में इंटरनेट का उपयोग समय के साथ जारी रहता है तो मस्तिष्क में ये आनंद और पुरस्कार केंद्र सहनशीलता का निर्माण कर सकते हैं। एक बार सहनशीलता विकसित हो जाने के बाद, व्यक्ति को उसी प्रारंभिक आनंद की भावना का अनुभव करने के लिए व्यवहार में अधिक से अधिक संलग्न होना चाहिए। हालाँकि इंटरनेट के सकारात्मक पक्ष अत्यंत महत्वपूर्ण हैं, परंतु इसके अत्यधिक और अनियंत्रित उपयोग से 'इंटरनेट एडिक्शन' या प्रॉब्लमेटिक इंटरनेट यूज जैसी समस्याएँ उत्पन्न हो रही हैं। शोधकर्ताओं के अनुसार, अत्यधिक इंटरनेट उपयोग से विद्यार्थियों में ध्यान की कमी, शैक्षणिक प्रदर्शन में गिरावट, सामाजिक अलगाव, नींद की समस्या तथा चिड़चिड़ापन जैसे लक्षण देखने को मिलते हैं। यंग (1998) द्वारा किए गए अध्ययन में यह संकेत मिला कि इंटरनेट की लत व्यक्ति के शैक्षणिक, सामाजिक और पारिवारिक जीवन को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकती है (पृ.पृ. 7–8) । इसी प्रकार अन्य अध्ययनों में यह भी पाया गया है कि किशोर और युवा वर्ग तनाव, अकेलेपन या भावनात्मक असंतुलन से बचने के लिए इंटरनेट का अधिक उपयोग करने लगता है, जो धीरे–धीरे लत का रूप ले सकता है (जिन एवं जियांग, 2025; मारिन एवं अन्य.. 2021; शिफराव एवं अन्य., 2025)।

चार वर्षीय पाठ्यक्रम आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थी भविष्य के शिक्षक हैं, जिनसे संतुलित व्यक्तित्व, स्वस्थ मानसिक स्थिति और आदर्श व्यवहार की अपेक्षा की जाती है। दोनों पाठ्यक्रमों की शैक्षणिक प्रकृति, प्रशिक्षण पद्धति और कार्यभार में अंतर होने के कारण विद्यार्थियों की इंटरनेट उपयोग की आदतें और उसकी तीव्रता भी भिन्न हो सकती है। अतः इन दोनों पाठ्यक्रमों के विद्यार्थियों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन करना आवश्यक प्रतीत होता है, जिससे उनके व्यवहारिक अंतर, जोखिम कारक और रोकथाम के उपायों को समझा जा सके। यह अध्ययन शिक्षक–प्रशिक्षण कार्यक्रमों को अधिक प्रभावी और संतुलित बनाने में महत्वपूर्ण योगदान देगा।

अध्ययन की आवश्यकता

आईटीईपी एवं बी.एल.एड. में अध्ययनरत विद्यार्थियों की आयु प्रायः किशोरावस्था के अंतिम चरण से युवावस्था के प्रारम्भ तक होती है। यह वह संवेदनशील अवस्था है जिसमें शारीरिक ऊर्जा, मानसिक जिज्ञासा और नई–नई संभावनाओं को जानने की तीव्र इच्छा विद्यमान रहती है। इसी जिज्ञासा की पूर्ति के लिए विद्यार्थी प्रायः मोबाइल, टैबलेट और लैपटॉप के माध्यम से इंटरनेट का अधिक उपयोग करने लगते हैं। प्रारम्भ में यह उपयोग शैक्षणिक एवं सूचनात्मक होता है, किंतु धीरे–धीरे यह आदत का रूप ले सकता है और आगे चलकर इंटरनेट एडिक्शन जैसी गंभीर समस्या उत्पन्न कर सकता है। इंटरनेट एडिक्शन के कारण विद्यार्थियों में तनाव, चिड़चिड़ापन, ध्यान की कमी, नींद की समस्या तथा सामाजिक दूरी जैसे लक्षण देखे जा सकते हैं। कई बार विद्यार्थी इन समस्याओं को स्वयं समझ नहीं पाते और संकोचवश किसी से साझा भी नहीं करते, जिससे स्थिति और अधिक जटिल हो जाती है। यह अवस्था उनके शैक्षणिक प्रदर्शन, मानसिक स्वास्थ्य और व्यक्तित्व विकास को प्रतिकूल रूप से प्रभावित कर सकती है। चूँकि बी.एल.एड. और आईटीईपी के विद्यार्थी भावी शिक्षक हैं, इसलिए उनका संतुलित मानसिक एवं सामाजिक विकास अत्यंत आवश्यक है। वर्तमान समय में इंटरनेट एक अनिवार्य और सर्वव्यापी साधन बन चुका है, अतः इसे पूर्णतः त्यागना संभव नहीं है। आवश्यकता इस बात की है कि इसके उपयोग की सीमा, उद्देश्य और प्रभाव को समझा जाए। विभिन्न अध्ययनों से यह संकेत मिलता है कि अत्यधिक इंटरनेट उपयोग का संबंध चिंता, अवसाद, अनिद्रा तथा अन्य व्यसनों से भी हो सकता है। साथ ही यह भी पाया गया है कि इंटरनेट पर अधिक समय बिताने वाले विद्यार्थियों में लत की संभावना अपेक्षाकृत अधिक होती है।

अतः आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन आवश्यक हो जाता है, ताकि दोनों पाठ्यक्रमों के विद्यार्थियों में इंटरनेट उपयोग के स्तर, प्रवृत्तियों और जोखिम कारकों की पहचान की जा सके। यह अध्ययन शिक्षकों, अभिभावकों और शैक्षिक संस्थानों को विद्यार्थियों के लिए उपयुक्त मार्गदर्शन, परामर्श और नियंत्रणात्मक उपाय विकसित करने में सहायक सिद्ध होगा। साथ ही यह शोध इंटरनेट के सकारात्मक और संतुलित उपयोग की दिशा में सार्थक योगदान देगा।

उद्देश्य

1. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन करना।
2. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्रों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन करना।
3. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. की छात्राओं में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन करना।

परिकल्पना

1. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियो का इंटरनेट एडिक्शन में सार्थक अंतर नहीं है।
2. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्रों का इंटरनेट एडिक्शन में सार्थक अंतर नहीं है।
3. आईटीईपी एवं बी.एल.एड. की छात्राओं का इंटरनेट एडिक्शन में सार्थक अंतर नहीं है।

अनुसंधान प्रविधि

शोध विधि

झाँसी शहर में संचालित चार वर्षीय एकीकृत शिक्षक शिक्षा कार्यक्रम (आईटीईपी) और बैचलर ऑफ एलीमेंट्री एजुकेशन (बी.एल.एड.) में नामांकित छात्रों के बीच इंटरनेट की लत के स्तर की जांच और तुलना करने के लिए अपनाई गई व्यवस्थित शोध प्रक्रिया की रूपरेखा प्रस्तुत करता है। इसमें शोध प्रारूप, जनसंख्या, नमूना, चर, उपकरण और प्रयुक्त सांख्यिकीय तकनीकों का विस्तार से वर्णन किया गया है।

प्रारूप

प्रस्तुत शोध में वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। यह विधि इस अध्ययन के लिए उपयुक्त मानी गई क्योंकि यह एक निश्चित समय पर व्यक्तियों के एक नमूने से उनके दृष्टिकोण, व्यवहार या विशेषताओं का वर्णन और तुलना करने के लिए व्यवस्थित रूप से आंकड़े एकत्र करने की अनुमति देती है (कोठारी, 2004)। इस प्रारूप ने शोधकर्ताओं को दो भिन्न छात्र समूहों में इंटरनेट की लत के प्रचलन को सटीक रूप से मापने और तुलना करने में सक्षम बनाया।

नमूना और नमूना चयन विधि

नमूना चयन के लिए द्वि–स्तरीय दृष्टिकोण अपनाया गया। पहले स्तर पर, झाँसी शहर/जनपद के महाविद्यालयो/विश्वविद्यालय में आईटीईपी और बी.एल.एड. दोनों कार्यक्रम संचालित करने वाले संस्थानों का उद्देश्यपूर्ण चयन किया गया। दूसरे स्तर पर, इन संस्थानों से सरल यादृच्छिक नमूनाकरण विधि का उपयोग करके कुल 100 छात्रों का चयन किया गया। इस पद्धति ने यह सुनिश्चित किया कि जनसंख्या के प्रत्येक छात्र को चुने जाने का समान और स्वतंत्र अवसर मिले, जिससे नमूने की प्रतिनिधिकता बढ़ती है (बेस्ट एवं कान, 2016)। नमूने को दो समान समूहों में विभाजित किया गया। लिंग–आधारित तुलनात्मक विश्लेषण के लिए, इनमें से प्रत्येक समूह को आगे 25 छात्र और 25 छात्राओं में उप–विभाजित किया गया।

- समूह (अ) आईटीईपी कार्यक्रम के 50 छात्र।
- समूह (ब) बी.एल.एड. कार्यक्रम के 50 छात्र।

अध्ययन के चर

प्रस्तुत शोध में प्रमुख रूप से दो प्रकार के चरों पर ध्यान केंद्रित किया गयाः

- इंटरनेट एडिक्शन
- शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम का प्रकार (आईटीईपी और बी.एल.एड.) तथा लिंग (छात्र और छात्राएँ)

परिसीमन

प्रस्तुत शोध उत्तर प्रदेश में झाँसी शहर के महाविद्यालयों, विश्वविद्यालय तक सीमित रहा जहाँ आईटीईपी और बी.एल.एड. पाठ्यक्रम संचालित हो रहा है। अध्ययन में मात्र 100 विद्यार्थियों तक सीमित रहा।

शोध उपकरण

छात्रों में इंटरनेट की लत के स्तर को मापने के लिए डमनदीप कौर गुलाटी, जोस जे. कुरीसुनकल और ममता बक्लीवाल 2021 द्वारा मानकीकृत इंटरनेट एडिक्शन स्केल उपकरण का उपयोग किया गया।

अंकन प्रक्रिया

इंटरनेट एडिक्शन स्केल का अंकन छात्रों द्वारा प्रत्येक कथन पर अंकित किए गए स्कोर को जोड़कर किया जाता है। इस अनुसूची के लिए अधिकतम संभावित स्कोर 100 है तथा न्यूनतम 0 है। किसी छात्र द्वारा सभी 20 कथनों के लिए प्राप्त अंकों का कुल योग उस विशेष छात्र का इंटरनेट एडिक्शन स्कोर होता है (गुलाटी एवं अन्य, 2021)। इंटरनेट एडिक्शन स्केल के अंकन की प्रक्रिया निम्नलिखित तालिका में दी गई है:

तालिका 1
इंटरनेट एडिक्शन स्केल हेतु अंकन कुंजी

अंकन	अंक
लागू नहीं होता (Does not apply)	0
कभी–कभार (Rarely)	1
कभी–कभी (Occasionally)	2
अक्सर (Frequently)	3
प्रायः (Often)	4
हमेशा (Always)	5

टिप्पणी. उच्च स्कोर यह दर्शाते हैं कि छात्रों में इंटरनेट की लत का स्तर उच्च है तथा निम्न स्कोर यह दर्शाते हैं कि छात्रों में इंटरनेट की लत का स्तर निम्न है।

तालिका 2
शोध में प्राप्त स्कोर के आधार पर इंटरनेट एडिक्शन प्रसार एवं उनकी व्याख्या

प्रसार	व्याख्या
29 एवं उससे कम	सामान्य (Normal)
30–55	मध्यम (Moderate)
56 एवं उससे अधिक	अधिक गंभीर (Severe)

तालिका 3
कथनों का वितरण

घटक	कथन संख्या	कथनों की कुल संख्या
पूर्व–ग्रस्तता (Preoccupation)	1, 2, 3, 5, 9	5
मनोदशा प्रबंधन (Mood management)	6, 7, 8, 10, 17	5
बाह्य परिणाम (External consequences)	4, 11, 12, 14, 15	5
आत्म–नियंत्रण (Self-control)	13, 16, 18, 19, 20	5
सकल योग		20

आंकड़ा संग्रह

आंकड़ा संग्रह से पूर्व, चयनित संस्थानों के संबंधित प्रमुखों से औपचारिक अनुमति प्राप्त की गई। इसके पश्चात, शोधकर्ता ने व्यक्तिगत रूप से कक्षाओं का दौरा किया और विद्यार्थियों से घुल–मिलकर उनका विश्वास जीतने के बाद अध्ययन के उद्देश्य की व्याख्या की। फिर चयनित 100 छात्रों के नमूने पर इंटरनेट एडिक्शन स्केल (आईएएस) लागू किया गया। स्पष्ट निर्देश दिए गए और छात्रों को उनके उत्तरों की गोपनीयता का आश्वासन दिया गया। सभी भरे गए पैमाने तुरंत एकत्र कर लिए गए, जिससे 100 प्रतिशत प्रतिक्रिया दर प्राप्त हुई।

सांख्यिकी विधियाँ

प्रस्तुत शोध में परिकल्पनाओं के परीक्षण हेतु , मध्यमान, मानक विचलन एवं टी–परीक्षण का प्रयोग किया गया। इंटरनेट एडिक्शन स्केल से प्राप्त आंकड़ों को स्कोर करके एक स्प्रेडशीट में सारणीबद्ध किया गया। निर्धारित परिकल्पनाओं का परीक्षण करने और सार्थक निष्कर्ष निकालने के लिए निम्नलिखित वर्णनात्मक और अनुमानात्मक सांख्यिकीय तकनीकों का प्रयोग किया गया। वर्णनात्मक सांख्यिकी के मापन हेतु इंटरनेट की लत के अंकों के केंद्रीय प्रवृत्ति और प्रसार को समझने के लिए दोनों समूहों के लिए माध्य (M) और मानक विचलन (SD) की गणना की गई। अनुमानात्मक सांख्यिकी के माध्यम से इंटरनेट की लत के औसत अंकों में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर है या नहीं, यह निर्धारित करने के लिए एक स्वतंत्र नमूना टी–परीक्षण (t-test) लागू किया गया।

परिणाम

आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक परिणाम तालिका संख्या 4 में प्राप्त सांख्यिकीय विश्लेशण के आधार पर स्पष्ट होता है कि आईटीईपी एवं बी.एल.एड. वाले समूहों के मध्यमान तथा मानक विचलन के मानों में पर्याप्त अन्तर नहीं है क्रांतिक अनुपात मान 1.510 है यह मान 98 मुक्तांश पर .05सार्थकता के सारणी मान 1.980 से कम है जो कि .05सार्थकता स्तर पर असार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकृत हुई।

तालिका 4
आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियो की इंटरनेट एडिक्शन के साख्यिकीय का मान

संकाय के आधार पर न्यादर्श का विवरण	संख्या (n)	मध्यमान (M)	मानक विचलन (SD)	क्रांतिक अनुपात मान (t)	मुक्तांश (df)	सार्थकता स्तर (p)	परिणाम
आईटीईपी विद्यार्थी	50	39.70	8.89	1.510	98	1.980	असार्थक
बी.एल.एड. विद्यार्थी	50	36.58	11.61				

टिप्पणी. $N = 100$. $p = < .05$.

आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्रों में इंटरनेट एडिक्शन का तुलनात्मक अध्ययन तालिका 5 में प्राप्त सांख्यिकीय विश्लेशण के आधार पर स्पष्ट होता है कि आईटीईपी एवं बी.एल.एड. वाले समूहों के मध्यमान तथा मानक विचलन के मानों में पर्याप्त अन्तर नहीं है क्रांतिक अनुपात मान 0.880 है यह मान 48 मुक्तांश पर .05 सार्थकता के सारणी मान 2.009 से कम है जो कि .05 सार्थकता स्तर पर असार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकृत हुई।

तालिका 6 में आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्राओं की इंटरनेट एडिक्शन के सन्दर्भ में तुलनात्मक अध्ययन सांख्यिकीय मानों के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि आईटीईपी एवं बी.एल.एड. वाले समूहों के मध्यमान तथा मानक विचलन के मानों में पर्याप्त अन्तर नहीं है क्रांतिक अनुपात मान 1.590 है। मुक्तांश 48 पर .05 सार्थकता के सारणी मान 2.009 से कम है जो कि .05 सार्थकता पर असार्थक है। अतः शून्य परिकल्पना स्वीकृत हुई।

तालिका 5
आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्रों में इंटरनेट एडिक्शन का साख्यिकीय का मान

संकाय के आधार पर न्यादर्श का विवरण	संख्या (n)	मध्यमान (M)	मानक विचलन (SD)	क्रांतिक अनुपात मान (t)	मुक्तांश (df)	सार्थकता स्तर (p)	परिणाम
आईटीईपी विद्यार्थी	25	40.28	6.34	0.880	48	2.009	असार्थक
बी.एल.एड. विद्यार्थी	25	38.88	6.16				

टिप्पणी. $N = 50$. $p = < .05$.

तालिका 6
आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के छात्राओं में इंटरनेट एडिक्शन का साख्यिकीय का मान

संकाय के आधार पर न्यादर्श का विवरण	संख्या (n)	मध्यमान (M)	मानक विचलन (SD)	क्रांतिक अनुपात मान (t)	मुक्तांश (df)	सार्थकता स्तर (p)	परिणाम
आईटीईपी विद्यार्थी	25	38.92	8.25	1.590	48	2.009	असार्थक
बी.एल.एड. विद्यार्थी	25	34.88	9.67				

टिप्पणी. $N = 50$. $p = < .05$.

विश्लेषण

आईटीईपी और बी.एल.एड. विद्यार्थियों के बीच इंटरनेट एडिक्शन स्तरों की तुलना

वर्तमान अध्ययन के परिणामों ने संकेत दिया कि आईटीईपी विद्यार्थियों (माध्य = 39.70, मानक विचलन = 8.89) और बी.एल.एड. विद्यार्थियों (माध्य = 36.58, मानक विचलन = 11.61) के लिए माध्य इंटरनेट एडिक्शन स्कोर में महत्वपूर्ण अंतर नहीं था (क्रांतिक अनुपात मान = 1.510, मुक्तांश = 98, सार्थकता स्तर = .05)। यह निष्कर्ष बताता है कि दोनों कार्यक्रमों की पाठ्यचर्या संरचना, प्रशिक्षण पद्धति और शैक्षणिक मांगों में अंतर के बावजूद, दोनों समूहों के विद्यार्थी इंटरनेट उपयोग और एडिक्शन प्रवृत्तियों के समान पैटर्न प्रदर्शित करते हैं। इसी तरह, अजीम एवं अन्य (2024) ने 12–17 वर्ष की आयु के किशोरों के बीच इंटरनेट एडिक्शन की खोज की और अत्यधिक इंटरनेट उपयोग से जुड़े कई सामान्य व्यवहार पैटर्न की पहचान की, जिनमें पढ़ाई की उपेक्षा, सामाजिक अलगाव, क्रोध की समस्याएं और असामान्य नींद पैटर्न शामिल हैं। उनके गुणात्मक अध्ययन से पता चला कि ये व्यवहारिक अभिव्यक्तियाँ 570 बच्चों के उनके नमूने में सुसंगत थीं, यह सुझाव देते हुए कि इंटरनेट एडिक्शन किशोरों को उनके शैक्षिक संदर्भ या पृष्ठभूमि की परवाह किए बिना समान रूप से प्रभावित करता है। आईटीईपी और बी.एल.एड. विद्यार्थियों के बीच गैर–महत्वपूर्ण अंतर को कई कारकों के लिए जिम्मेदार ठहराया जा सकता है। पहला, दोनों कार्यक्रम शहरी वातावरण (झाँसी शहर) में संचालित होते हैं, जहाँ इंटरनेट पहुंच और डिजिटल बुनियादी ढाँचा तुलनीय है। सौंदर्या और पट्टार (2018) ने नोट किया कि शहरी क्षेत्रों में आसान पहुंच, तेजी से विकासशील और किसी भी ग्रामीण क्षेत्र की तुलना में तेज गति से तकनीकी विकास को अपनाना होता है जो शहरी–स्थित शैक्षणिक संस्थानों में विद्यार्थियों के बीच इंटरनेट उपयोग के लिए समान स्थितियाँ बना सकता है (पृ. 1753)।

लिंग–आधारित विश्लेषण

अध्ययन ने पुरुष और महिला विद्यार्थियों के बीच इंटरनेट एडिक्शन स्तरों की भी जांच की। पुरुष विद्यार्थियों में, आईटीईपी विद्यार्थियों (माध्य = 40.28, मानक विचलन = 6.34) और बी.एल.एड. विद्यार्थियों (माध्य = 38.88, मानक विचलन = 6.16) के बीच कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं दिखा (क्रांतिक अनुपात मान = 0.88, मुक्तांश = 48, सार्थकता स्तर = 0.05)। इसी तरह, महिला विद्यार्थियों में, आईटीईपी विद्यार्थियों (माध्य = 38.92, मानक विचलन = 8.25) और बी.एल.एड. विद्यार्थियों (माध्य = 34.88, मानक विचलन = 9.67) ने भी गैर–महत्वपूर्ण अंतर प्रदर्शित किया (क्रांतिक अनुपात मान = 1.59, मुक्तांश = 48, सार्थकता स्तर = 0.05)। ये लिंग–वार निष्कर्ष मौजूदा साहित्य के अनुरूप हैं। सौंदर्या और पट्टार (2018) ने बताया कि इंटरनेट एडिक्शन शहरी और ग्रामीण दोनों सेटिंग्स में महिला विद्यार्थियों की तुलना में पुरुष विद्यार्थियों में अधिक सामान्य था, जिसमें सोशल मीडिया भागीदारी, ऑनलाइन गेमिंग और ऑनलाइन दोस्त बनाना जैसे कारक इस लिंग अंतर में योगदान करते हैं (पृ. 1753)। हालाँकि, उन्होंने पाया कि विभिन्न समूहों की तुलना करते समय एडिक्शन का पैटर्न लिंगों में सुसंगत बना रहा। उनके अध्ययन से पता चला कि लड़कियों में, इंटरनेट एडिक्शन शहरी क्षेत्रों (20.60:) में ग्रामीण क्षेत्रों (10.60:) की तुलना में अधिक प्रचलित था, लेकिन प्रत्येक लिंग समूह के भीतर एडिक्शन का समग्र पैटर्न स्थानों पर समान था। अजीम एवं अन्य. (2024) ने भी अपने अध्ययन में लिंग–संबंधित पैटर्न की पहचान की, यह देखते हुए कि लड़के कुछ व्यसनी व्यवहारों जैसे ऑनलाइन गेमिंग और साइबर धोखाधड़ी के प्रति अधिक संवेदनशील थे, जबकि लड़कियां सोशल मीडिया सामग्री पर आधारित सामाजिक तुलना और अवास्तविक सपनों से अधिक प्रभावित थीं।

उपसंहार

उपर्युक्त परिणामों के आधार पर कहा जा सकता है कि आईटीईपी एवं बी.एल.एड. के विद्यार्थियो की इंटरनेट एडिक्शन में सार्थक अंतर नहीं है। जिसका कारण दोनों तरह के पाठ्यक्रमों का ज्यादातर शहरी क्षेत्रों में संचालित होना हो सकता है क्योंकि अनेकों शोधों से यह परिणाम पाए गए कि शहरी क्षेत्रों में पढ़ने वाले छात्रों में इंटरनेट एडिक्शन अधिक होता है।

अनुशंसाएं

वर्तमान अध्ययन के निष्कर्षों से यह स्पष्ट होता है कि आईटीईपी एवं बी. एल.एड. विद्यार्थियों एवं छात्र–छात्राओं में इंटरनेट एडिक्शन के स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं पाया गया। अतः सभी शिक्षक प्रशिक्षण संस्थानों में इंटरनेट के संतुलित एवं उद्देश्यपूर्ण उपयोग हेतु जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जाने चाहिए। विद्यार्थियों को डिजिटल अनुशासन, समय प्रबंधन तथा आत्म–नियंत्रण से संबंधित प्रशिक्षण प्रदान किया जाना आवश्यक है। पाठ्यक्रम में "डिजिटल वेल–बीइंग" एवं "मीडिया साक्षरता" जैसे विषयों को सम्मिलित किया जाना चाहिए। इसके साथ ही परामर्श सेवाओं की व्यवस्था कर अत्यधिक इंटरनेट उपयोग करने वाले विद्यार्थियों को उचित मार्गदर्शन दिया जाना चाहिए। भविष्य के शोधों में इंटरनेट एडिक्शन को तनाव, आत्मसम्मान एवं शैक्षणिक उपलब्धि जैसे मनोवैज्ञानिक चरों के साथ अध्ययन किया जाना उपयोगी सिद्ध होगा।

संदर्भ

अजीम, एम. ए., रहीमुद्दीन, एम., और वाली, के. एम. (2024). किशोरों में इंटरनेट की लत और उनके व्यवहार पैटर्न का एक अध्ययन. *शोधकोष: जर्नल ऑफ विजुअल एंड परफॉर्मिंग आर्ट्स, 5*(1), 2140–2147. https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i1.2024.2188

कोठारी, सी. आर. (2004). अनुसंधान पद्धतिः तरीके और तकनीक (दूसरा संशोधित संस्करण). न्यू एज इंटरनेशनल पब्लिशर्स.

गुलाटी, के. डी. डी., कुरीसुंकल, जे. जे., और बकलीवाल, एम. (2021). *इंटरनेट एडिक्शन स्केल* (आईएएस). आगरा साइकोलॉजिकल सेल रिसर्च.

जिन, वाई., और जियांग, एस. (2025). किशोर इंटरनेट की लत पर सैद्धांतिक परिप्रेक्ष्यः एक व्यापक साहित्य समीक्षा. *हेल्थ एंड सोशल केयर इन द कम्युनिटी, 1.* https://doi.org/10.1155/hsc/4875332

फंटाव, सी. (2021). अदीस अबाबा विश्वविद्यालय के मुख्य परिसर के छात्रों में इंटरनेट की लत और मनोवैज्ञानिक कल्याण के बीच संबंध. *प्राथमिक स्वास्थ्य देखभालः ओपन एक्सेस, 11*(1), 363.

बेस्ट, जे. डब्ल्यू., और कान, जे. वी. (2016). *शिक्षा में अनुसंधान* (10वां संस्करण). पियर्सन एजुकेशन.

मारिन, एम. जी., नुनेज, एक्स., और डी अल्मेडा, आर. एम. एम. (2021). इंटरनेट की लत और किशोरों में ध्यानः एक व्यवस्थित समीक्षा। *साइबरसाइकोलॉजी, बिहेवियर एंड सोशल नेटवर्किंग, 24*(4), 237–249. https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0698

यंग, के. एस. (1998). *इंटरनेट एडिक्शन टेस्ट*. संयुक्त राज्य अमेरिका.

शिफराव, बी. डी., तांग, जे., वांग, वाई., वांग, वाई., वांग, वाई., मैके, एल. ई., लुओ, वाई., यान, एन., शेन, एक्स., झोउ, टी., झू, वाई., कै, जे., वांग, क्यू., यान, डब्ल्यू., गाओ, एक्स., पैन, एच., और वांग, डब्ल्यू. (2025). युवा स्वास्थ्य पर डिजिटल लत का प्रभावरू एक व्यवस्थित समीक्षा और मेटा–विश्लेषण. *जर्नल ऑफ बिहेवियरल एडिक्शन, 14*(3), 1129–1158. https://doi.org/10.1556/2006.2025.00081

सौंदर्या, टी. ए., और पट्टार, एम. (2018). भारत के मंगलुरु के शहरी और ग्रामीण स्कूली छात्रों में इंटरनेट की लत का पैटनः एक तुलनात्मक क्रॉस–अनुभागीय अध्ययन. *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ कंटेम्परेरी पीडियाट्रिक्स, 5*(5), 1750–1754. https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20183005

References

Azeem, M. A., Rahimuddin, M., & Wali, K. M. (2024). A study of internet addiction among adolescents and their behavioural patterns. *Shodhkosh: Journal of Visual and Performing Arts*, *5*(1), 2140-2147. https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i1.2024.2188

Best, J. W., & Kahn, J. V. (2016). *Research in education* (10th ed.). Pearson Education.

Fantaw, C. (2021). The relationship between internet addiction and psychological wellbeing among Addis Ababa University main campus students. *Primary Health Care: Open Access*, *11*(1), 363.

Gulati, k. D. D., Kurisunkal, J. J., & Bakliwal, M. (2021). *Internet Addiction Scale* (IAS). Agra Psychological Cell Research.

Jin, Y., & Jiang, S. (2025). Theoretical perspectives on adolescent Internet addiction: A comprehensive literature review. *Health & Social Care in the Community*, *1*. https://doi.org/10.1155/hsc/4875332

Kothari, C. R. (2004). *Research methodology: Methods and techniques* (2nd revised ed.). New Age International Publishers.

Marin, M. G., Nuñez, X., & de Almeida, R. M. M. (2021). Internet Addiction and Attention in Adolescents: A Systematic Review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *24*(4), 237-249. https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0698

Shiferaw, B. D., Tang, J., Wang, Y., Wang, Y., Wang, Y., Mackay, L. E., Luo, Y., Yan, N., Shen, X., Zhou, T., Zhu, Y., Cai, J., Wang, Q., Yan, W., Gao, X., Pan, H., & Wang, W. (2025). Impact of digital addiction on youth health: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(3), 1129–1158. https://doi.org/10.1556/2006.2025.00081

Sowndarya, T. A., & Pattar, M. (2018). Pattern of internet addiction among urban and rural school students, Mangaluru, India: a comparative cross-sectional study. *International Journal of Contemporary Pediatrics*, *5*(5), 1750–1754. https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20183005

Young, K. S. (1998). *Internet Addiction Test*. United States of America.

प्राप्तिः 07 जनवरी 2026
संशोधनः 12 फरवरी 2026
स्वीकृतिः 22 फरवरी 2026