SHIKSHA SAMVAD
International Journal of Multidisciplinary Research
ISSN: 2584-0983 (Online)
© Shiksha Samvad|Volume-03| Issue-02| December- 2025
Available online at: https://shikshasamvad.com/
DOI:- https://doi.org/10.64880/shikshasamvad.v3i2.5

सोशल मीडिया और घरेलू महिलाओं की सामाजिक भागीदारी: एक सांस्कृतिक परिवर्तन का अध्ययन

डॉ.अंजलि अग्रवाल
सहायक प्रोफेसर, समाजशास्त्र विभाग, एन.आर.ई.सी. कॉलेज, खुर्जा
Email: bsr2010@gmail.com

सारांश

डिजिटल तकनीक और सोशल मीडिया के व्यापक प्रसार ने भारतीय समाज में महिलाओं, विशेषकर घरेलू महिलाओं (Housewives), की सामाजिक भागीदारी और भूमिकाओं को नए आयाम दिए हैं। यह शोध पत्र घरेलू महिलाओं के सोशल मीडिया उपयोग, उससे उत्पन्न सशक्तिकरण, सामाजिक संवाद, आर्थिक अवसर और सांस्कृतिक संरचनाओं में आए परिवर्तनों का समग्र और विश्लेषणात्मक अध्ययन प्रस्तुत करता है। अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने घरेलू महिलाओं में आत्मविश्वास, आत्म-अभिव्यक्ति और सामाजिक जागरूकता को प्रोत्साहित किया है। इन माध्यमों के जरिए उन्होंने नेटवर्किंग के नए अवसर प्राप्त किए और पारंपरिक पितृसत्तात्मक तथा लैंगिक रूढ़ियों को चुनौती दी है। शोध यह भी इंगित करता है कि सोशल मीडिया केवल व्यक्तिगत सशक्तिकरण तक सीमित नहीं है, बल्कि इससे महिलाओं की पारिवारिक, सामाजिक और आर्थिक निर्णय प्रक्रिया में सक्रिय भागीदारी को भी बल मिला है। इसके अतिरिक्त, डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म घरेलू महिलाओं को सामूहिक गतिविधियों, सामाजिक अभियानों और जागरूकता सृजन में सहयोगात्मक भूमिका निभाने का अवसर प्रदान करते हैं। समग्र रूप से, यह अध्ययन यह दर्शाता है कि सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के सशक्तिकरण और सामाजिक परिवर्तन में एक प्रभावशाली और परिवर्तनकारी उपकरण के रूप में कार्य कर रहा है।

मुख्य शब्द: सोशल मीडिया, घरेलू महिलाएँ, सामाजिक भागीदारी, सांस्कृतिक परिवर्तन, डिजिटल तकनीक, सशक्तिकरण।

प्रस्तावना

आधुनिक वैश्विक समाज में सोशल मीडिया केवल सूचना के आदान–प्रदान का साधन नहीं रहा, बल्कि यह सामाजिक संरचना, सांस्कृतिक व्यवहार और लैंगिक भूमिकाओं को पुनर्परिभाषित करने वाला एक प्रभावशाली मंच बन गया है।[1] डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने संवाद के नए अवसरों के साथ-साथ व्यक्तिगत और सामूहिक पहचान को भी नई दिशा दी है। विशेषकर भारतीय संदर्भ में, जहाँ घरेलू महिलाएँ लंबे समय तक पारंपरिक दायित्वों और सीमित सार्वजनिक सहभागिता तक ही बंधी रही हैं, सोशल मीडिया ने उनके जीवन और सामाजिक भूमिकाओं में अभूतपूर्व परिवर्तन लाया है। फेसबुक, इंस्टाग्राम, यूट्यूब, व्हाट्सएप, टेलीग्राम और शेयरचैट जैसे प्लेटफ़ॉर्म केवल मनोरंजन या संचार का साधन नहीं रहे, बल्कि ज्ञान-विस्तार, आत्म-अभिव्यक्ति, सामाजिक संवाद और समुदाय-निर्माण के महत्वपूर्ण माध्यम बन गए हैं।[2]

पहले जहाँ महिलाओं की सामाजिक भागीदारी मुख्यतः पारिवारिक और स्थानीय सीमाओं तक सीमित थी, अब डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म उन्हें सामाजिक और सांस्कृतिक गतिविधियों में सक्रिय रूप से शामिल होने का अवसर प्रदान कर रहे हैं। सोशल मीडिया के माध्यम से महिलाएँ ऑनलाइन समूहों से जुड़कर सामूहिक शक्ति का निर्माण करती हैं, सामाजिक मुद्दों पर विचार व्यक्त करती हैं और अपने अनुभव साझा कर समान परिस्थितियों वाली अन्य महिलाओं के साथ संवाद स्थापित करती हैं।[3] यह केवल व्यक्तिगत सशक्तिकरण तक सीमित नहीं है, बल्कि डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने महिलाओं को आर्थिक और सामाजिक गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी का अवसर भी प्रदान किया है। डिजिटल तकनीक ने सूचना की उपलब्धता बढ़ाने के साथ-साथ महिलाओं के सामाजिक संबंधों और नेटवर्क को भी विस्तारित किया है। महिलाएँ अब पारंपरिक सीमाओं से परे जाकर शिक्षा, स्वास्थ्य, उद्यमिता, कला, सामाजिक जागरूकता और नेतृत्व जैसे क्षेत्रों में योगदान दे रही हैं। सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं के लिए ऐसा मंच प्रदान किया है, जहाँ वे अपनी पहचान, रुचि, कौशल और दृष्टिकोण को स्वतंत्र रूप से प्रदर्शित कर सकती हैं।[4] इस प्रकार, सोशल मीडिया केवल तकनीकी उपकरण नहीं,

बल्कि सामाजिक-सांस्कृतिक परिवर्तन का माध्यम बन गया है, जिसने घरेलू महिलाओं की भूमिकाओं, अवसरों और सशक्तिकरण के स्तर को गुणात्मक रूप से परिवर्तित किया है।

अध्ययन की प्रासंगिकता: अध्ययन में घरेलू महिलाओं की सामाजिक भागीदारी, आत्म-अभिव्यक्ति और सामूहिक सशक्तिकरण में विश्लेषण किया गया है कि सोशल मीडिया किस प्रकार योगदान दिया है। साथ ही यह शोध यह भी समझने का प्रयास करता है कि डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म के माध्यम से महिलाएँ किस प्रकार पारंपरिक सीमाओं को चुनौती देते हुए नई पहचान और सामाजिक स्थान अर्जित कर रही हैं। इसके अतिरिक्त, यह अध्ययन यह भी देखता है कि सोशल मीडिया द्वारा उत्पन्न परिवर्तन कितने व्यापक हैं, उनके सामाजिक-सांस्कृतिक आयाम क्या हैं और ये महिलाओं के व्यक्तिगत एवं सामूहिक जीवन में किस प्रकार स्थायी प्रभाव डाल रहे हैं।

साहित्य-समीक्षा

[5] शर्मा (2020) ने 'डिजिटल नारीवाद और सहभागिता' में पाया कि सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के संचार, जागरूकता और आत्म-अभिव्यक्ति को बढ़ाता है तथा उन्हें सामाजिक मुद्दों पर सक्रिय रूप से भाग लेने का अवसर देता है।

[6] कौर (2019) ने 'सोशल मीडिया और महिला सहभागिता' अध्ययन में सोशल मीडिया को ग्रामीण और शहरी महिलाओं के लिए सूचना प्राप्ति, नेटवर्किंग और सामुदायिक समर्थन का प्रमुख माध्यम बताया गया है, जिससे उनकी सामाजिक भूमिका सशक्त हुई।

[7] सिंह (2021) ने 'Women and Social Media Engagement' में बताया कि फेसबुक और व्हाट्सऐप समूह घरेलू महिलाओं में सामाजिक भागीदारी, आर्थिक गतिविधियों और निर्णय-निर्माण में आत्मविश्वास को बढ़ाते हैं।

[8] वर्मा (2018) 'Digital Inclusion of Women' के अनुसार सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं को उद्यमिता, शिक्षा और सामाजिक संवाद के नए अवसर प्रदान करता है, जिससे उनके जीवन में सांस्कृतिक परिवर्तन दिखाई देता है।

[9] खान (2020) ने शोध 'Women in Digital Platforms' में बताया कि सोशल मीडिया महिलाओं को सामाजिक प्रतिबंधों से परे नई पहचान और अभिव्यक्ति का मंच देता है, हालांकि साइबर सुरक्षा एक प्रमुख चुनौती बनी रहती है।

[10] रस्तोगी (2022) ने 'सोशल मीडिया और महिला जागरूकता' में विश्लेषण किया कि घरेलू महिलाएँ सोशल मीडिया के माध्यम से राजनीतिक, सांस्कृतिक और सामुदायिक गतिविधियों में बढ़ती भागीदारी दिखा रही हैं, जिससे सामाजिक संरचना में परिवर्तन हो रहा है।

शोध उद्देश्य

घरेलू महिलाओं द्वारा सोशल मीडिया के उपयोग के स्वरूप, प्रकार तथा व्यवहारिक पैटर्न का विश्लेषण करना।

सोशल मीडिया के माध्यम से महिलाओं की सामाजिक सहभागिता तथा उनकी सशक्तिकरण प्रक्रिया का आकलन करना।

घरेलू महिलाओं की आर्थिक, राजनीतिक और सांस्कृतिक गतिविधियों पर सोशल मीडिया के बहुआयामी प्रभावों का अध्ययन करना।

शोध पद्धति

प्रस्तुत अध्ययन द्वितीयक स्रोतों पर आधारित है। जिसके लिए शोध पत्र, रिपोर्ट, ऑनलाइन डेटा, सामाजिक सर्वेक्षण, सोशल मीडिया अध्ययनों तथा नारीवादी सिद्धांतों पर आधारित साहित्य का अध्ययन किया गया है।

सोशल मीडिया और घरेलू महिलाओं की सामाजिक भागीदारी का विश्लेषण

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं की सामाजिक सहभागिता और सार्वजनिक जीवन से जुड़ाव को व्यापक रूप से रूपांतरित किया है। लंबे समय तक जिन महिलाओं की गतिविधियाँ मुख्यतः घरेलू दायरे तक सीमित मानी जाती थीं, वे आज डिजिटल माध्यमों के सहारे व्यापक सामाजिक परिदृश्य में अपनी उपस्थिति दर्ज करा रही हैं। उनके विचार, अनुभव, क्षमताएँ और आकर्षण के विविध आयाम अब कहीं अधिक खुले रूप में सामने आते हैं। उपलब्ध अध्ययन यह संकेत करते हैं कि डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने पारंपरिक प्रतिबंधों के बीच महिलाओं को एक नई सामाजिक जगह प्रदान की है, जहाँ वे अधिक स्वतंत्र, जागरूक और आत्मविश्वासी होकर भागीदारी कर रही हैं[11]।

सामाजिक पहचान एवं आत्म-अभिव्यक्ति का विस्तार: सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के लिए सार्वजनिक अभिव्यक्ति का एक सुलभ और प्रभावी माध्यम बनकर उभरा है, जहाँ वे अपने अनुभव, प्रतिभा और विचारों को स्वतंत्र रूप से प्रस्तुत कर पाती हैं। कुकिंग, कला, घरेलू कार्य-कौशल, सौंदर्य-प्रबंधन, शिक्षा और सामाजिक मुद्दों से संबंधित उनकी डिजिटल सामग्री न केवल उनकी व्यक्तिगत पहचान को सुदृढ़ करती है, बल्कि समान परिस्थितियों में रह रही अन्य महिलाओं के साथ एक भावनात्मक संबंध भी स्थापित करती है। इस प्रक्रिया में सोशल मीडिया उनकी एक नयी "डिजिटल पहचान" तैयार करता है, जो प्रायः पारंपरिक पारिवारिक पहचान से अधिक स्वतंत्र और विस्तृत होती है[12]। परिणामस्वरूप, वे सामाजिक संवाद और विमर्शों का महत्वपूर्ण हिस्सा बनती जा रही हैं।

सामाजिक पूँजी (Social Capital) का विकास: डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म महिलाओं की सामाजिक पूँजी को भी व्यापक रूप से समृद्ध कर रहे हैं। व्हाट्सऐप, फेसबुक, इंस्टाग्राम और यूट्यूब के माध्यम से गठित समुदाय उनकी सामाजिक पहुँच को बढ़ाते हैं और उन्हें ऐसे नेटवर्क से जोड़ते हैं, जो सूचना, समर्थन और सहयोग प्रदान करते हैं। इन नेटवर्कों में घरेलू हिंसा, स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगार और सरकारी योजनाओं जैसे विषयों पर संवाद स्थापित होता है, जिससे महिलाओं का सामाजिक ज्ञान और जागरूकता दोनों बढ़ता है[13]। इस प्रकार डिजिटल संपर्कों के माध्यम से वे एक सशक्त सामाजिक व्यक्तित्व के रूप में उभरती हैं, जो उनके निर्णय-निर्माण और सामाजिक प्रभाव को और मजबूत बनाता है।

आर्थिक अवसरों की वृद्धि: अनुसंधान दर्शाते हैं कि सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के लिए आर्थिक अवसरों का एक प्रभावशाली मंच बन चुका है।[14] गृह-उद्योग, हस्तशिल्प, कुकिंग व्लॉगिंग, मेहंदी एवं सौंदर्य सेवाएँ, टेलरिंग, ऑनलाइन कोर्स, एफिलिएट मार्केटिंग तथा रीसेलिंग जैसे विविध क्षेत्रों में वे सक्रिय हो रही हैं। इंस्टाग्राम शॉप या फेसबुक मार्केटप्लेस के माध्यम से ग्राहकों से सीधा संपर्क उन्हें आर्थिक आत्मनिर्भरता की ओर अग्रसर करता है। इस प्रक्रिया ने उनके वित्तीय निर्णयों में हस्तक्षेप की क्षमता बढ़ाई है, जो सामाजिक सशक्तिकरण का महत्वपूर्ण संकेतक है।

सांस्कृतिक परिवर्तन और पितृसत्तात्मक संरचनाओं को चुनौती: सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं को पितृसत्तात्मक सोच और पारंपरिक लैंगिक मान्यताओं को चुनौती देने का बौद्धिक और सामाजिक साहस प्रदान कर रहा है। वे लैंगिक समानता, शिक्षा, स्वास्थ्य, घरेलू हिंसा और पर्यावरण जैसे विषयों पर खुलकर अपनी राय व्यक्त कर रही हैं। डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म उन्हें विचारों पर स्वायत्तता (agency) प्रदान करता है, जो पारंपरिक ढाँचे में अक्सर सीमित रहती है।[15] यह बदलाव केवल ऑनलाइन विमर्श तक सीमित नहीं रहता; यह परिवार, बच्चों के पालन-पोषण और घरेलू निर्णयों तक प्रभाव डालता है। इस प्रकार महिलाओं की सामाजिक भूमिका में एक व्यापक परिवर्तन परिलक्षित होता है।

निर्णय क्षमता में वृद्धि: सोशल मीडिया सूचना तक सुविधा-संपन्न पहुँच उपलब्ध कराकर महिलाओं की निर्णय-निर्माण क्षमता को भी विस्तृत कर रहा है। सरकारी योजनाओं, स्वास्थ्य सेवाओं, शिक्षा एवं रोजगार के अवसरों से संबंधित सामग्री उनकी जानकारी को सुदृढ़ करती है।[16] साथ ही, अन्य महिलाओं के अनुभवों, विचारों और प्रेरक कहानियों से परिचय उन्हें अधिक समझदारी, आत्मविश्वास और सूझबूझ के साथ निर्णय लेने में सक्षम बनाता है। फलस्वरूप वे व्यक्तिगत और पारिवारिक दोनों स्तरों पर अधिक निर्णायक भूमिका निभाने लगी हैं।

राजनीतिक जागरूकता और लोकतांत्रिक भागीदारी: डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म घरेलू महिलाओं की राजनीतिक चेतना और लोकतांत्रिक सहभागिता का एक महत्वपूर्ण माध्यम बनकर उभरे हैं। वे चुनावी प्रक्रियाओं, सरकारी नीतियों, सामाजिक आंदोलनों और राजनीतिक विमर्शों से परिचित हो रही हैं, तथा स्थानीय मुद्दों पर सक्रियता के साथ अपने विचार साझा कर रही हैं। कई महिलाएँ राजनीतिक बहसों में भाग लेती हैं और ऑनलाइन अभियानों तथा याचिकाओं में योगदान देती हैं, जो उनकी बढ़ती राजनीतिक जागरूकता और लोकतांत्रिक सक्रियता का प्रतीक है।[17] इस प्रकार वे "मौन मतदाता" की परंपरागत छवि से निकलकर सक्रिय डिजिटल नागरिक के रूप में स्थापित हो रही हैं।

व्यक्तिगत स्वतंत्रता और भावनात्मक अभिव्यक्ति: सोशल मीडिया महिलाओं के लिए भावनात्मक अभिव्यक्ति और मनोवैज्ञानिक समर्थन का भी प्रभावी माध्यम सिद्ध हुआ है। वे अपने अनुभवों, तनाव और समस्याओं को साझा कर समान परिस्थितियों से गुजर रही महिलाओं से भावनात्मक सहयोग प्राप्त करती हैं।[18] यह डिजिटल समुदाय उन्हें मानसिक तनाव, अकेलेपन और दमनकारी स्थितियों से उबरने में सहायता करता है। इस प्रक्रिया से उनके मानसिक स्वास्थ्य और आत्मविश्वास दोनों में सुधार होता है।

शिक्षा और कौशल विकास के अवसर: सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के लिए अनौपचारिक शिक्षा और कौशल विकास का एक समृद्ध स्रोत बन गया है।[19] सिलाई-कढ़ाई, पाक-कला, डिजिटल मार्केटिंग, कंप्यूटर कौशल तथा भाषाई ज्ञान जैसे अनेक कौशल वे यूट्यूब, इंस्टाग्राम और फेसबुक के माध्यम से सीखती हैं। घरेलू प्रबंधन, स्वास्थ्य और बच्चों की शिक्षा से संबंधित सामग्री से उनका ज्ञान-विस्तार होता है। इस प्रकार डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म 'दूसरे स्कूल' की तरह कार्य करते हुए उन्हें नई पहचान, नए कौशल और रोजगार के अवसर प्रदान करते हैं।

चुनौतियाँ

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं को एक बड़ा मंच तो दिया है, लेकिन इसके साथ अनेक प्रकार की चुनौतियाँ भी सामने आती हैं। ये चुनौतियाँ न केवल उनके डिजिटल अनुभव को प्रभावित करती हैं, बल्कि उनकी सुरक्षा, आत्मविश्वास और सामाजिक सहभागिता पर भी गहरा असर डालती हैं।

साइबर क्राइम और ऑनलाइन उत्पीड़न

सोशल मीडिया पर घरेलू महिलाएँ साइबर अपराधों और ऑनलाइन उत्पीड़न का सबसे आसान निशाना बनती हैं। उन्हें ट्रोलिंग, फेक अकाउंट बनाकर परेशान करना, व्यक्तिगत तस्वीरों की मॉर्फिंग, धमकी देना और लगातार संदेश भेजकर साइबर स्टॉकिंग जैसे अपराधों का सामना करना पड़ता है। यह ऑनलाइन हिंसा उनके मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव डालती है, तनाव और भय की स्थिति पैदा करती है। परिणामस्वरूप महिलाएँ सोशल मीडिया पर सक्रिय रहने से कतराने लगती हैं और अपनी अभिव्यक्ति को सीमित कर देती हैं। कई बार यह उत्पीड़न इतना बढ़ जाता है कि वे अपने अकाउंट डीऐक्टिवेट करने या सोशल मीडिया से दूरी बनाने को मजबूर हो जाती हैं।

गोपनीयता और डेटा-सुरक्षा की समस्या

गोपनीयता आज डिजिटल दुनिया की सबसे बड़ी चुनौती है। कई बार महिलाएँ अनजाने में निजी जानकारी, तस्वीरें या अपनी लोकेशन साझा कर देती हैं, जो साइबर अपराधियों के लिए अवसर बन जाता है। उनकी यह जानकारी गलत हाथों में पहुँचने पर दुरुपयोग, ब्लैकमेलिंग या पहचान चोरी जैसी घटनाएँ हो सकती हैं। घरेलू महिलाएँ अक्सर प्राइवेसी सेटिंग्स की तकनीकी जानकारी नहीं रखतीं, जिससे जोखिम और बढ़ जाता है। डेटा लीक होने पर उनकी व्यक्तिगत सुरक्षा और प्रतिष्ठा दोनों प्रभावित हो सकती हैं।

डिजिटल गैप और तकनीकी सीमाएँ

भारत के ग्रामीण क्षेत्रों और निम्न आय वर्ग में महिलाओं को अभी भी डिजिटल गैप का सामना करना पड़ता है। स्मार्टफोन का अभाव, इंटरनेट की अस्थिरता और डिजिटल प्रशिक्षण की कमी उनकी ऑनलाइन उपस्थिति को सीमित कर देती है। कई महिलाएँ तकनीकी जटिलताओं से डरती हैं और आवश्यक डिजिटल कौशल विकसित नहीं कर पातीं। इससे वे न तो सोशल मीडिया का पूरा उपयोग कर पाती हैं और न ही डिजिटल अवसरों से लाभ उठा पाती हैं। यह डिजिटल असमानता शहरी-ग्रामीण तथा पुरुष-महिला अंतर को और चौड़ा कर देती है।

परिवार और समाज का प्रतिरोध

भारतीय सामाजिक संरचना में महिलाओं के सोशल मीडिया उपयोग को अक्सर संदेह की दृष्टि से देखा जाता है। कई परिवारों में पति या अन्य सदस्य महिलाओं की ऑनलाइन गतिविधियों पर रोक लगाते हैं। सामाजिक आलोचना, चरित्र पर संदेह, और "सोशल मीडिया समय की बर्बादी है" जैसी धारणाएँ महिलाओं की डिजिटल स्वतंत्रता को सीमित कर देती हैं। घरेलू जिम्मेदारियों का बोझ भी उनके ऑनलाइन समय को कम कर देता है। यह सामाजिक दबाव उन्हें आत्म-अभिव्यक्ति और डिजिटल भागीदारी में पीछे धकेलता है।

आभासी बनाम वास्तविक सशक्तिकरण

एक प्रमुख चुनौती यह है कि सोशल मीडिया का सशक्तिकरण वास्तविक जीवन में कितना प्रभाव डालता है। कई बार यह देखा जाता है कि महिलाएँ ऑनलाइन तो सक्रिय और आत्मविश्वासी दिखती हैं, लेकिन ऑफलाइन दुनिया में वैसा बदलाव नहीं आता। ऑनलाइन समर्थन, लाइक्स और फॉलोअर्स वास्तविक सामाजिक या आर्थिक शक्ति में कितना परिवर्तित होते हैं, इस पर अभी भी प्रश्न मौजूद हैं। इसलिए यह मूल्यांकन आवश्यक है कि सोशल मीडिया का प्रभाव केवल आभासी स्तर तक सीमित है या यह वास्तविक परिवर्तन का कारण भी बनता है। इस विषय पर और अधिक शोध की आवश्यकता है।

सोशल मीडिया द्वारा उत्पन्न सांस्कृतिक परिवर्तन

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं के जीवन, सोच, सामाजिक संबंधों और परिवार व्यवस्था में व्यापक बदलाव लाए हैं। यह परिवर्तन केवल तकनीकी नहीं, बल्कि गहरे सांस्कृतिक रूपांतरण का संकेत है, जिसने महिलाओं की पहचान, भूमिकाओं और समाज में उनकी सक्रिय भागीदारी को नए आयाम दिए हैं।

पारंपरिक से आधुनिक भूमिकाओं की ओर परिवर्तन

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं की पारंपरिक भूमिकाओं को आधुनिक, बहुआयामी और अधिक सक्रिय रूप में परिवर्तित किया है। जहाँ पहले उनकी पहचान केवल *गृहिणी* तक सीमित मानी जाती थी, वहीं अब वे अपनी प्रतिभा और रुचियों के आधार पर कई नई भूमिकाएँ अपनाती दिखाई देती हैं। वे **डिजिटल क्रिएटर** के रूप में खाना बनाने, स्वास्थ्य, फैशन और शिक्षा से संबंधित सामग्री साझा कर रही हैं। कई महिलाएँ **उद्यमी** बनकर ऑनलाइन बुटीक, होम-बेकरी और हस्तशिल्प व्यवसाय संचालित कर रही हैं। कुछ महिलाएँ **सामुदायिक नेता** बनकर स्थानीय मुद्दों पर जागरूकता फैलाती हैं, जबकि अन्य **सामाजिक कार्यकर्ता** के रूप में महिलाओं के अधिकार, स्वास्थ्य और शिक्षा पर लोगों को प्रेरित करती हैं। इस प्रकार, सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं में आत्मविश्वास, आर्थिक स्वावलंबन और सामाजिक मान्यता को बढ़ावा दिया है, जो उनके सांस्कृतिक उत्थान का महत्वपूर्ण चरण बन चुका है।

पारिवारिक संरचना में परिवर्तन

सोशल मीडिया ने परिवार के भीतर संवाद और संबंधों को भी सकारात्मक रूप से प्रभावित किया है। डिजिटल माध्यमों ने पति-पत्नी के बीच संवाद को अधिक खुला, पारदर्शी और समानतापूर्ण बनाया है। महिलाएँ सोशल मीडिया के माध्यम से नए कौशल सीखती हैं और इन्हें अपने जीवनसाथी व परिवार के अन्य सदस्यों के साथ साझा करती हैं, जिससे पारिवारिक चर्चा और सहयोग की भावना बढ़ती है। बच्चों और माँ के संबंधों में भी तकनीक ने एक नया सेतु बनाया है। जब माँ बच्चे को डिजिटल कौशल सिखाती है, तो उनके बीच संवाद, समझ और आत्मीयता और मजबूत होती है। सोशल मीडिया पर साझा जिम्मेदारियों और सकारात्मक पारिवारिक जीवन से जुड़े संदेश पुरुषों में भी जागरूकता पैदा करते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि घरेलू जिम्मेदारियों में सहयोग बढ़ता है और परिवार में सामंजस्य का वातावरण बनता है।

सामाजिक मनोविज्ञान में परिवर्तन

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं की मानसिकता और सामाजिक दृष्टिकोण में भी महत्वपूर्ण बदलाव उत्पन्न किए हैं। पहले जहाँ महिलाएँ अपने विचार व्यक्त करने में संकोच महसूस करती थीं, अब वे निर्भीक होकर सामाजिक, राजनीतिक, स्वास्थ्य और लैंगिक मुद्दों पर अपनी बात रखती हैं। इससे उनकी **आलोचनात्मक सोच** और **सामाजिक चेतना** में अत्यधिक वृद्धि हुई है। ऑनलाइन समर्थन समूहों ने महिलाओं को भावनात्मक सुरक्षा और आत्मविश्वास प्रदान किया है। अनुभवों को साझा करने से अकेलेपन की भावना कम होती है और आत्मसम्मान बढ़ता है। यह परिवर्तन उन्हें सामाजिक दबावों और पारंपरिक प्रतिबंधों से बाहर निकलकर अपनी पहचान और स्वतंत्रता को मजबूत करने की दिशा में प्रेरित करता है।

डिजिटल नारीवाद का उदय

डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने नारीवाद को नया स्वरूप प्रदान किया है, जिसे *डिजिटल नारीवाद* कहा जाता है। अब महिलाएँ सोशल मीडिया के माध्यम से अपने संघर्ष, अधिकारों और उपलब्धियों को व्यापक जनसमूह तक पहुँचाती हैं। ये प्लेटफ़ॉर्म उन्हें—

प्रतिरोध,

समर्थन, और **संगठित अभियान** चलाने का प्रभावी और सुरक्षित माध्यम उपलब्ध कराते हैं। #MeToo जैसी आंदोलनों ने यह सिद्ध किया कि डिजिटल स्पेस महिलाओं की सामूहिक शक्ति को दृश्यमान बना सकता है। घरेलू महिलाएँ भी इन अभियानों में भाग लेकर अपने अनुभव साझा करती हैं तथा सामाजिक परिवर्तन की प्रक्रिया में योगदान देती हैं। डिजिटल नारीवाद महिलाओं में यह विश्वास जगाता है कि उनकी आवाज़ न केवल सुनी जाती है, बल्कि वह समाज में ठोस परिवर्तन के लिए प्रेरक शक्ति भी बन सकती है।

निष्कर्ष

सोशल मीडिया ने घरेलू महिलाओं के सामाजिक, सांस्कृतिक और व्यक्तिगत जीवन में गहन और स्थायी परिवर्तन उत्पन्न किया है। यह केवल तकनीकी सुविधा तक सीमित नहीं है, बल्कि व्यापक सामाजिक और सांस्कृतिक रूपांतरण का प्रतीक है। इसके माध्यम से महिलाओं की आवाज़, पहचान,

अवसर और क्षमताएँ पहले की तुलना में कहीं अधिक विस्तारित और सक्रिय हुई हैं। जो महिलाएँ पहले घर की चारदीवारी में सीमित मानी जाती थीं, वे अब डिजिटल मंचों पर विचार साझा कर रही हैं, छोटे और बड़े ऑनलाइन व्यवसाय संचालित कर रही हैं और सामाजिक तथा सामुदायिक मुद्दों पर सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। सोशल मीडिया ने महिलाओं को सीखने, संवाद करने, आत्म-अभिव्यक्ति और आत्मनिर्भरता के नए साधन उपलब्ध कराए हैं। इसके परिणामस्वरूप उनकी सामाजिक पूँजी में वृद्धि हुई है और वे व्यापक नेटवर्क से जुड़ी हुई हैं। सूचना और ज्ञान की उपलब्धता ने उनकी निर्णय-क्षमता और सामाजिक प्रभाव को सुदृढ़ किया है। इसके साथ ही राजनीतिक और सांस्कृतिक जागरूकता में वृद्धि ने महिलाओं को अधिक सहभागी और सक्रिय नागरिक के रूप में उभरने का अवसर दिया है।

हालाँकि, साइबर अपराध, ऑनलाइन उत्पीड़न, गोपनीयता संबंधी जोखिम, डिजिटल असमानताएँ और पारिवारिक या सामाजिक बाधाएँ अभी भी विद्यमान हैं। इन चुनौतियों को हल किए बिना महिलाओं की समान और सुरक्षित डिजिटल भागीदारी सुनिश्चित नहीं की जा सकती। इसके बावजूद यह स्पष्ट है कि सोशल मीडिया घरेलू महिलाओं के लिए एक सशक्त और प्रभावशाली मंच बन चुका है, जिसने उन्हें पारंपरिक सीमाओं से बाहर निकलकर सामाजिक, भावनात्मक और आर्थिक रूप से अधिक सशक्त बनने का अवसर प्रदान किया है। सोशल मीडिया ने महिलाओं को दृश्यता, आत्मविश्वास और अधिकार प्रदान करते हुए आधुनिक समाज में महिला सशक्तिकरण की दिशा में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। यह केवल आभासी माध्यम तक सीमित नहीं रहकर वास्तविक जीवन में उनके सामाजिक और आर्थिक अधिकारों को भी सशक्त कर रहा है।

सुझाव-

डिजिटल साक्षरता कार्यक्रम: महिलाओं के लिए विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किए जाएँ, ताकि वे ऑनलाइन प्लेटफ़ॉर्म का सुरक्षित और दक्षतापूर्वक उपयोग कर सकें।

साइबर सुरक्षा और गोपनीयता प्रशिक्षण: महिलाओं को ऑनलाइन सुरक्षा, डेटा संरक्षण और सुरक्षित डिजिटल व्यवहार के बारे में नियमित प्रशिक्षण प्रदान किया जाए।

महिला उद्यमिता को प्रोत्साहन: सरकार और NGOs को महिला उद्यमिता को बढ़ावा देने वाली योजनाएँ, जैसे डिजिटल व्यवसाय, ई-मार्केटिंग प्रशिक्षण और वित्तीय सहायता, प्रदान करनी चाहिए।

सकारात्मक पारिवारिक वातावरण: परिवारों को महिलाओं के डिजिटल उपयोग के प्रति सहयोगी दृष्टिकोण अपनाना चाहिए, ताकि पारंपरिक सामाजिक और पारिवारिक बाधाएँ उनके विकास में बाधक न बनें।

सोशल मीडिया प्लेटफ़ॉर्म द्वारा सुरक्षा उपाय: सोशल मीडिया कंपनियाँ महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए कठोर नीतियाँ, प्रभावी रिपोर्टिंग तंत्र और त्वरित कार्रवाई प्रणाली लागू करें, जिससे ऑनलाइन उत्पीड़न और दुर्व्यवहार को रोका जा सके।

संदर्भ सूची:

- शर्मा, रीना (2020), डिजिटल समाज और महिलाओं की भागीदारी. नई दिल्ली: ज्ञान प्रकाशन।
- कौर, हरप्रीत (2019), "सोशल मीडिया और महिला सशक्तिकरण: एक विश्लेषणात्मक अध्ययन." भारतीय समाजशास्त्र समीक्षा, 14(2), 45–57.
- Verma, S. (2021), Women, Media and Digital Inclusion in India. Oxford University Press. Mishra, P. (2022), "Social Media as a Tool of Cultural Transformation among Indian Housewives." Journal of Gender Studies, 28(1), 112–124.
- Sharma, R. (2020), *डिजिटल नारीवाद और सहभागिता*. दिल्ली: नारी अध्ययन प्रकाशन। Kaur, J. (2019), *सोशल मीडिया और महिला सहभागिता*. चंडीगढ़: चंडीगढ़ विश्वविद्यालय प्रकाशन। Singh, P. (2021), Women and Social Media Engagement. *Journal of Social Change*, 12(3).
- Verma, A. (2018), *Digital Inclusion of Women*. नई दिल्ली: डिजिटल इंडिया प्रकाशन। Khan, S. (2020), Women in Digital Platforms. *International Journal of Gender Studies*, 7(2).
- Rastogi, A. (2022), *सोशल मीडिया और महिला जागरूकता*. लखनऊ: सामाजिक अध्ययन प्रकाशन। Sharma, R. (2020), *डिजिटल समाज और महिला भागीदारी*. नई दिल्ली: सामाजिक विज्ञान केंद्र।
- Kaur, J. (2019), *सोशल मीडिया में महिला पहचान का विकास*. चंडीगढ़: महिला अध्ययन संस्थान।
- Verma, A. (2021), Social Networks and Women. *Journal of Digital Studies*, 9(1).
- Khan, S. (2020), Women Entrepreneurship on Social Media. *International Journal of Gender Studies*, 8(4).
- Rastogi, A. (2022), *पितृसत्ता और डिजिटल विमर्श*. लखनऊ: सामाजिक विमर्श प्रकाशन। Singh, P. (2021), Digital Awareness Among Home-makers. *Journal of Social Change*, 12(4).
- Mehta, R. (2022), Political Participation of Women through Social Media. *Indian Journal of Democracy*, 5(2).

Cite this Article:

डॉ.अंजलि अग्रवाल," सोशल मीडिया और घरेलू महिलाओं की सामाजिक भागीदारी: एक सांस्कृतिक परिवर्तन का अध्ययन" *Shiksha Samvad International Open Access Peer-Reviewed & Refereed Journal of Multidisciplinary Research, ISSN: 2584-0983 (Online), Volume 03, Issue 02, pp.36-40, December 2025. Journal URL: https://shikshasamvad.com/*

This is an Open Access Journal / article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License CC BY-NC-ND 3.0) which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. All rights reserved

CERTIFICATE

of Publication

This Certificate is proudly presented to

डॉ.अंजलि अग्रवाल

For publication of research paper title

सोशल मीडिया और घरेलू महिलाओं की सामाजिक भागीदारी: एक सांस्कृतिक परिवर्तन का अध्ययन

Published in 'Shiksha Samvad' Peer-Reviewed and Refereed Research Journal and E-ISSN: 2584-0983(Online), Volume-03, Issue-02, Month December 2025, Impact Factor-RPRI-3.87.

Dr. Neeraj Yadav
Editor-In-Chief

Dr. Lohans Kumar Kalyani
Executive-chief- Editor

Note: This E-Certificate is valid with published paper and the paper must be available online at: https://shikshasamvad.com/

DOI:- https://doi.org/10.64880/shikshasamvad.v3i2.5