निबन्ध प्रतियोगिता

शिर्षक : विद्यार्थीहरूमा सामाजिक सञ्जालका सकारात्मक र नकारात्मक प्रभावहरु

नाम: मेगलाल गौतम

तह : BBS प्रथम वर्ष

ठेगाना : सानिभेरी गाउँपालिका-८

क्याम्पसको नाम : रुकुमेली क्याम्पस

विद्यार्थी जिवनमा सामाजिक संन्जालका सकारात्मक र नकारात्मक प्रभावहरु:

सामाजिक संन्जाल परिचय:

=> सामाजिक संन्जाल भन्नाले इन्टरनेट वा मोबाइल वा कम्प्युटरको प्रयोग गरी आफुलो प्राप्त गरिका वा आफुले सिर्जना गरेका सुचार, विचार डिजिटल फोटो भिडियोहरु आदान प्रदान गर्ने प्रयोग गरिने माध्यमलाइ सामाजिक संन्जाल भनिन्छ।

आजको युग सूचना र प्रविधीको युग हो। आजको समयमा सामाजिक यस युगमा इन्टरनेट र स्मार्ट फोनको प्रयोग दिन प्रतिदिन बढिरहेको छ। संसार भरी जोड्ने सामाजिक संन्जाल अहिले मानिसलाइ अभिन्न अंग जस्तै बनेको छ। इन्टरनेट र मोबाइल बढ्ले मानिसको जिवनलाइ गहिरो प्रभाव पारेको छ। विशेषगरी विद्यार्थीहरुकालागी पनि सामाजिक संन्जाल अत्यन्त प्रभावशाली प्लेटफर्म बन्न पुगेको छ। तर यसको दुरुपयोगले विद्यार्थीहरुलाइ नकारात्मक असरहरु पनि परिरहेको छ।

सामाजिक संन्जालका सकारात्मक पक्षलाइ हेर्ने हो भने यसले विद्यार्थीहरुलाइ ज्ञान र सूचनाको विशाल भण्डार मा पहुँच प्रदान गर्छ। विभिन्न शैक्षिक समुहहरु अनलाइन कोर्सहरु शैक्षिक पेजहरु, यसले आफ्नो पाठ्यक्रम सँग सम्बन्धित विद्यार्थीले शैक्षिक सामाग्री, अनुसन्धान सँग सम्बन्धित सामाग्री विशेषज्ञहरुको विचारहरु लाइ सजिलै प्राप्त गर्न सक्छन्। यसले उनिहरुको सिकने प्रक्रियालाइ थप रोचक र प्रभावशाली बनाउछ।

उदाहरणका लागि youtube मा उपलब्ध भिडियोहरु विकिपिडियामा आधारीत रहेको विस्तृत जानकारीहरु र E-Learning प्लेटफर्महरुले पनि विद्यार्थीहरुलाई घरमै बसेर विश्वस्तरीय शिक्षा प्राप्त गर्ने अवसर प्राप्त गरेको छन।

यसका साथै सामाजिक संञ्जालले विद्यार्थीहरुलाई सामाजिकरण बनाउन साथीहरुसँग जोडीन, विभिन्न गृुपहरु बनाइ छलफल गर्ने र विभिन्न शैक्षिक तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमहरुको बारेमा छलफल गर्ने माध्यमको रुपमा यसको प्रयोग हुन्छ। ~~बिदेश~~ स्वदेश तथा विदेशमा रहेका साथिभाइ तथा आफन्तहरुसँग कुराकानी गर्न पनि निकै उपयोगी हुन्छ।

सहयोगको भावना विकास गर्न सामाजिक ~~~~ जनचेतना फैलाउन, सामाजिक मुद्दाहरुको बारेमा सबैलाई एकताबद्ध बनाउन प्रयोग गरिन्छ। उदाहरणको रुपमा नेपालमा २०८२/०५/२३/२४ को जेनजी आन्दोलनलाई लिन सकिन्छ।

तथापी सामाजिक संञ्जालका अनेकौं नकारात्मक पक्षहरु पनि छन् जसले विद्यार्थीहरुका लागि गम्भिर असर पार्न सक्छ।

(१) समयको बर्बादी

धेरै विद्यार्थीहरु सामाजिक संजालमा बढि समय बिताउछन जसका कारण उनिहरुको पढाइमा ध्यान केन्द्रित हुन सक्दैन

(२) लत: सामाजिक सञ्जालको अत्याधिक प्रयोगले विद्यार्थीहरुमा लत लाग्न सक्छ। जसबाट बाहिर निस्कन निकै गाह्रो हुन सक्छ। जसबाट निद्रामा कमि मानसिक समस्या आखाको मा समस्या लगायत मानसिक र ~~सामाज~~ शारिरीक समस्याहरु देखा पर्दछन. निम्त्याउन सक्छ।

(३) अनलाइन बुलिङ (धम्की)
अनलाइन बुलिङले विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत आक्रमण धम्की ~~अरु~~ व्यक्तिगत आक्रमणले विद्यार्थीहरुको स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर ह्याउन सक्छ।

(४) गोपनियताको जोखिम
विद्यार्थीहरुले सामाजिक संजालमा आफ्ना व्यक्तिगत सुचनाहरु सहजै राख्छन प्रोफाइलहरु किसिङ ह्याकिङ जस्ता समस्याले विद्यार्थीहरुलाई अनलाइन ठगीको जोखिम निम्त्याउन सक्छ। सामाजिक आकर्षक जीवन शैलीले तुलनाको भावना बढाउछ।

यसबाहेक गलत सूचना, अफवाहको प्रचार प्रसार पनि सामाजिक सञ्जालको एक प्रमुख समस्या हो। परिक्षाको समयमा वा अन्य महत्वपूर्ण समयमा सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्दा ~~ध्यान~~ विद्यार्थीको ध्यान भंग गर्न सक्छ। उनिहरुको एकाग्रतामा कमि ल्याउछ।

यिरयित्यादी नकारात्मक कुराहरूलाई न्यूनीकरण गर्नकालागी ~~क~~ विद्यार्थी, अभिभावक र विद्यालय हरूको संयुक्त प्रयास गर्नु पर्दछ।

~~सदुपयोगहरु कसरी गर्न सकिन्छ~~ दुरुपयोगबाट बच्ने उपायहरु: ~~१०. न्यूनि न्यूनिकरणका~~ यसकालागि विद्यार्थीहरुले संयमता अपनाउनु ~~जरुरी~~ छ। जरुरी छ।

(१) निश्चित समय निर्धारण गरेर मात्र सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्ने

(२) पढाइको समयमा यसबाट टाढा रहने र आवश्यक

(३) जानकारीका लागि मात्र प्रयोग गर्ने र यसको

(४) जोखिम बारे सचेत गराउने

(४) ~~विद्यार्थी~~ विद्यालयले पनि विद्यार्थीलाई डिजिटल साक्षरता अनलाइन सुरक्षाको बारेमा जानकारी गराउने

(५) विद्यालय पाठ्यक्रममा यसको बारेमा सिकाउने आदी कार्य गर्न सकियो भने यसको दुरुपयोगबाट बच्न सकिन्छ।

अन्त्यमा सामाजिक सञ्जाल एक शक्तिशाली उपकरण हो। यसको उचित प्रयोगले विद्यार्थीको जिवनलाई समृद्ध बनाउन सक्छ तर यसको अत्याधिक र अविवेकी प्रयोगले गम्भिर नकारात्मक असर निम्त्याउन सक्छ। त्यसैले विद्यार्थीहरुले सामाजिक सञ्जाललाई एउटा औजारको रुपमा बुझेर त्यसको सहि सदुपयोग गर्नुपर्दछ ताकि यसको फाइदा लिन सकियोस यसरी सामाजिक सञ्जालको सदुपयोग र फाइदा लिन सकिन्छ।
इत्यादी।