



ઈન્ટરનેટ વ્યસન

ડૉ. મેઘના પટેલ

INTERNET VYASAN

by: Dr. Meghana Patel



RED'SHINE PUBLICATION PVT. LTD.

Headquarters (India): 88-90 REDMAC, Navamuvada,
Lunawada, India-389 230

Contact: +91 76988 26988

Registration no. GJ31D0000034

In Association with,

RED'MAC INTERNATIONAL PRESS & MEDIA. INC

India | Sweden | UK



Text © *Authors*, 2023

Cover page © REDSHINE Studios, Inc, 2023



All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or used in any form or by any means- photographic, electronic or mechanical, including photocopying, recording, taping, or information storage and retrieval systems- without the prior written permission of the author.



ISBN: 978-93-5879-731-2

ISBN-10: 93-5879-731-2

DIP: 18.10.9358797312

DOI: 10.25215/9358797312

Price: ₹ 250

November, 2023 (First Edition)



The views expressed by the authors in their articles, reviews etc. in this book are their own. The Editor, Publisher and owner are not responsible for them. All disputes concerning the publication shall be settled in the court at Lunawada.



www.redshine.co.in | info@redshine.in

Printed in India | Title ID: 9358797312

અનુક્રમણિકા

પ્રકરણ - ૧	1
૧ પ્રસ્તાવના	1
૨ અધ્યયનની સમસ્યાની પસંદગી	3
૩ અધ્યયનની અગત્યની વિભાવનાઓ	16
૧ ઇન્ટરનેટ વ્યસન	16
૨ મનોવૈજ્ઞાનિક સુખાકારી	22
૪ પ્રસ્તુત અધ્યયનનું મહત્વ	37
૫ પ્રસ્તુત અભ્યાસનું સંયોજન	39
પ્રકરણ - ૨	40
૧ પ્રસ્તાવના	40
૨ ઇન્ટરનેટ વ્યસન અંગે થયેલા અભ્યાસો	41
૩ મનોવૈજ્ઞાનિક સુખાકારી અંગે થયેલા અભ્યાસો	46
૪ પ્રસ્તુત અભ્યાસ શા માટે ?	53
પ્રકરણ -૩	55
૧ પ્રસ્તાવના	55
૨ સમસ્યા કથન	56
૩ અધ્યયનના હેતુઓ	58
૪ અધ્યયનની શૂન્ય ઉત્કલ્પનાઓ	58
૫ અધ્યયનના પરિવર્ત્યો	62
૬ અધ્યયનની યોજના	63
૭ અધ્યયનની નિદર્શન પસંદગી	65
૮ અધ્યયનના સાધનો	67
૯ માહિતી એકત્રીકરણની પ્રક્રિયા	69
૧૦ આંકડાશાસ્ત્રીય પદ્ધતિ	70

પુસ્તક વિશે

વર્તમાન સમયમાં વિદ્યાર્થીઓ અને પુખ્ત વ્યક્તિઓ ઇન્ટરનેટનો બહોળા પ્રમાણમાં ઉપયોગ કરે છે. વિદ્યાર્થીઓ પોતાની શૈક્ષણિક માહિતી મેળવવા માટે તેમજ પુખ્ત વ્યક્તિઓ આર્નૅટ પ્રમોટ તેમજ શિક્ષાસાવૃત્તિ સંતોષવા માટે ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરે છે. વ્યક્તિ એક સામાજિક પ્રાણી છે. અને વળી વ્યક્તિ સમાજમાં રહે છે. સમાજમાં રહેતી ઘણી વ્યક્તિઓ આજે ડિજિટલ ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરતો જોવા મળે છે. ઇન્ટરનેટનો વધુ પડતો ઉપયોગ થાય તો તે સામાન્ય વ્યક્તિને બરબાદ કરી નાખે છે. નાના બાળકો અને પુખ્ત વ્યક્તિઓ પણ પોતાના આર્નૅટ ઉદ્દાસ માટે ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ વિવિધ રીતે કરતા હોય છે. આધુનિક સમયમાં ઇન્ટરનેટ પર વિકસીત થઈ રહેલા, નુકસાનકારક પ્રવૃત્તિઓની સાથે-સાથે અસ્વીકૃત તેમજ હેતુરહિત ક્રિયા પણ બહાર આવી રહ્યા છે. નાના બાળકો શિક્ષણ તરફ ઓછું અને કોમ્પ્યુટર તથા ઇન્ટરનેટ પર વધુ ધ્યાન આપતા થયા છે. અહીંયા આ પ્રકારની બાબતો પર નિયંત્રણ કરવામાં ન આવે તો એક સમય એવો આવશે કે જ્યારે યુવાનો પોતાની જિંદગીનું ધ્યેય ભૂલી ગયા હશે જ્યારે તેમને વાસ્તવિકતાનો ખ્યાલ આવશે ત્યારે ખૂબ જ મોડું થઈ ગયું હશે. તેના માટે હજી શક્ય કે ઘર આગથી સળગતું હોય અને ફૂલો એ નક્કમું છે પાણી પહોંચી ગયા પછી પાણ બાંધવી નક્કમી છે. આથી જ અત્યારથી જ ડિજિટલ ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગને રોકવો જરૂરી છે.

red'shine
PUBLICATION
INDIA

RED'SHINE PUBLICATION PVT. LTD.
88-90 REDMAC, Navamuvada,
Lunawada, India - 389230
Website: www.redshine.co.in
Email: info@redshine.in
Helpline: 0-76988 26988

₹ 250/-

eBook

ISBN 978-93-5879-731-2



9 789358 797312