RNI No.: DEL/BIL/2004/14598

Youngster

Where dream Chisels into reality

YOUNGSTER | ESTABLISHED 2004 | NEW DELHI | FEBRUARY 2025 | PAGES 4 | PRICE 1/- | MONTHLY BILINGUAL (HIN./ENG.)

Digital Identity vs Real Self

MEHAK KAPOOR

In today's hyper connected world, young people spend a significant part of their lives online. Social media profiles, display pictures, bios, posts, and stories together create what is known as a digital identity. This identity often becomes the first impression others have of us. However, behind the screens exists the real self—complex, imperfect, and constantly evolving. The growing gap between digital identity and real self has become one of the most important psychological and social challenges faced by today's youth. A digital identity is carefully constructed. Photos are selected, captions are edited, and moments are filtered to appear attractive, confident, and successful. Failures, doubts, loneliness, and ordinary routines rarely find space online. Over time, this selective sharing creates a polished version of life that may not reflect reality. While there is nothing wrong with presenting oneself positively, the problem arises when the digital image becomes a mask that feels difficult to remove.

Many young people begin measuring their worth through online validation. Likes, comments, views, and followers slowly turn into indicators of popularity and self-esteem. When digital appreciation is high, confidence rises; when it drops, self-doubt creeps in. This emotional dependence on virtual approval can distance individuals from their real self, making them question their value beyond the screen. The pressure to maintain a digital persona often leads to emotional exhaustion. Constant comparison with others' online lives creates unrealistic standards of beauty, success, and happiness. As a result, youth may feel that their real lives are dull or inadequate. This disconnect can lead to anxiety, loneliness, and even identity confusion—where one is unsure of who they truly are without an audience. Another concern is the loss of authenticity in relationships. When interactions are dominated by texts, emojis, and curated posts, genuine communication may suffer. People may feel closer online but remain emotionally distant in real life. Expressing vulnerability becomes difficult, as the digital world rewards perfection, not honesty. Over time, the real self—flawed yet human—feels neglected.

However, digital identity is not entirely negative. It can be a powerful tool for self-expression, learning, activism, and connection. Many young people use digital platforms to share their talents, voice opinions, and build supportive communities. The key lies in balance and self-awareness. Digital identity should reflect the real self, not replace it. Bridging the gap between digital identity and real self requires conscious effort. Limiting screen time, practicing offline hobbies, nurturing real-life relationships, and accepting imperfections are essential steps. More importantly, youth must learn that authenticity is not weakness. Being real, even when it is uncomfortable, is a form of strength.

In Conclusion, the challenge is not choosing between digital identity and real self, but aligning the two. Technology should enhance who we are, not redefine us. When youth embrace their real selves with confidence and use digital platforms responsibly, they reclaim control over their identity—and their well-being.

RELEARNING EMPATHY In The Digital Age

Amrintanshu Sharma

Empathy—the ability to understand and share the feelings of others—has always been a cornerstone of healthy human relationships. However, in the digital age, where communication is increasingly mediated by screens, empathy is quietly fading from everyday interactions. While technology has connected people across distances, it has also created emotional gaps that make understanding one another more difficult. Relearning empathy has therefore become essential for today's youth.

Digital communication often lacks emotional depth. Text messages, emojis, and short comments replace face-to-face conversations, where tone, expressions, and body language play a vital role. Without these cues, messages are easily misunderstood, and emotions are reduced to symbols. This can lead to insensitive reactions, harsh judgments, or careless words that people might never use in direct interaction. Online anonymity further lowers accountability, making it easier to ignore the impact of one's words on others.

Social media culture also encourages quick opinions rather than thoughtful understanding. Trending topics, viral videos, and comment sections reward instant reactions, often driven by anger or sarcasm. In such an environment, listening becomes rare and empathy takes a back seat. When disagreement turns into online abuse or trolling, human emotions are forgotten behind usernames and profile pictures.

Another challenge is emotional detachment. Constant exposure to news, crises, and personal stories online can lead to compassion fatigue. When suffering becomes just another post on a feed, people may scroll past pain without engaging emotionally. Over time, this desensitization weakens the natural human response to care and support. Yet, the digital age also offers opportunities to relearn empathy. Online platforms can amplify marginalized voices, spread awareness, and connect people through shared experiences. Virtual support groups, mental health communities, and social campaigns show that empathy can exist online when used responsibly. The difference lies in intention and mindfulness. Relearning empathy begins with slowing down. Taking time to read, listen, and reflect before responding can transform digital interactions. Asking simple questions like "What might the other person be feeling?" or "Would I say this face-to-face?" encourages sensitivity. Practicing kindness in comments, respecting differing opinions, and avoiding judgment strengthen emotional intelligence.

Education plays a crucial role in this process. Schools and colleges must emphasize emotional literacy alongside digital skills. Teaching students to recognize emotions, communicate respectfully, and resolve conflicts prepares them for both online and offline relationships. Families, too, must model empathetic behavior by encouraging open conversations and understanding.

Most importantly, empathy must be practiced offline. Real-world interactions—listening to a friend, helping someone in need, or engaging in community service—ground digital life in human experience. When youth reconnect with real emotions and real people, empathy naturally grows.

In Conclusion, the digital age has challenged empathy, but it has not erased it. Relearning empathy requires conscious effort, patience, and humanity. Technology should not make us less human; it should remind us of our shared emotions. By choosing understanding over reaction and kindness over convenience, today's youth can rebuild empathy and create a more compassionate digital culture.

डिजिटल समाज और मानवीय रिश्तों का पुनर्जागरण

अमित शर्मा
संपादक

आज का युग डिजिटल क्रांति का युग है। स्मार्टफोन, इंटरनेट, सोशल मीडिया और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने हमारे जीवन के हर क्षेत्र को प्रभावित किया है। संचार के साधनों में आई इस तेज़ प्रगति ने समाज की संरचना और मानवीय रिश्तों की प्रकृति को पूरी तरह बदल दिया है। एक ओर जहाँ डिजिटल माध्यमों ने संवाद को आसान, तेज़ और वैश्विक बनाया है, वहीं दूसरी ओर रिश्तों में दूरी, कृत्रिमता और भावनात्मक शिथिलता की चुनौतियाँ भी उभरी हैं। ऐसे में यह प्रश्न महत्वपूर्ण हो जाता है कि डिजिटल समाज में मानवीय रिश्तों का स्वरूप कैसा बन रहा है—क्या वे कमजोर हो रहे हैं, या फिर किसी नए रूप में पुनर्जीवित हो रहे हैं?

किसी भी समाज की संरचना और उसमें बने रिश्तों की मजबूती इस बात पर निर्भर करती है कि लोग एक-दूसरे से किस प्रकार संवाद करते हैं। डिजिटल तकनीक ने हमारे जीवन में जिस गति और गहराई से प्रवेश किया है, उसने समाज की संरचना और मानवीय संबंधों को अभूतपूर्व रूप से प्रभावित किया है। आज हम एक ऐसे दौर में हैं जहाँ समाज का लगभग हर क्षेत्र—शिक्षा, व्यवसाय, मनोरंजन, सूचना और सामाजिक संपर्क—डिजिटल माध्यमों पर निर्भर होता जा रहा है। यह परिवर्तन केवल तकनीकी नहीं है, बल्कि सामाजिक और भावनात्मक स्तर पर भी बड़ा बदलाव लेकर आया है।

डिजिटल समाज में रिश्तों का स्वरूप

तेजी से बदल रहा है। पहले रिश्तों का निर्माण प्रत्यक्ष मुलाकातों, साथ बिताए समय, साझा अनुभवों और भावनात्मक संवाद पर आधारित होता था। लोग एक–दूसरे के सुख–दुःख में शारीरिक रूप से शामिल रहते थे, जिससे रिश्तों में गहराई, विश्वास और आत्मीयता विकसित होती थी। परिवार और समुदाय का आधार प्रत्यक्ष संपर्क ही था। लेकिन डिजिटल माध्यमों के विस्तार के बाद संचार का तरीका बदल गया है। अब बातचीत चैट बॉक्स के कुछ संदेशों तक सीमित हो जाती है, भावनाएँ इमोजी और स्टिकर्स के माध्यम से व्यक्त की जाती हैं, और परिवार के सदस्य एक ही घर में रहकर भी अलग–अलग स्क्रीन की दुनिया में खो जाते हैं। यह परिवर्तन सामाजिक संरचना में एक नए तरह की दूरी और निकटता दोनों को जन्म दे रहा है।

डिजिटल समाज का सबसे बड़ा सकारात्मक प्रभाव यह है कि इसने भौगोलिक दूरियों को लगभग समाप्त कर दिया है। पहले किसी सदस्य के विदेश या दूर शहर में जाने पर परिवार के साथ संवाद सीमित हो जाता था। महीनों तक पत्रों की प्रतीक्षा, महँगे फोन कॉल और सीमित संपर्क रिश्तों में दूरी पैदा कर देते थे। आज वीडियो कॉल, व्हाट्सऐप, सोशल मीडिया और ईमेल ने इस दूरी को कम कर दिया है। परिवार के लोग रोज–रोज एक-दूसरे से बात कर सकते हैं, त्योहारों और खुशियों में वर्चुअल रूप से शामिल हो सकते हैं, यहाँ तक कि बच्चों की गतिविधियाँ भी लाइव देखी जा सकती हैं। यह सुविधा परिवारों को मानसिक रूप से पहले से अधिक जोड़े रखती है।

डिजिटल माध्यमों ने कई पुराने रिश्तों को पुनर्जीवित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। स्कूल और कॉलेज के मित्र, दूर के रिश्तेदार, पुराने सहकर्मी—जो समय और दूरी के कारण संपर्क से बाहर हो चुके थे, वे सोशल मीडिया के कारण फिर से एक-दूसरे के जीवन में शामिल हो पाए हैं। कई लोगों के लिए यह तकनीक भावनात्मक रूप से बड़ी राहत साबित हुई है, क्योंकि इससे उन्हें पुराने संबंधों का सहारा और परिचय का भाव मिला है।

नए संबंधों के निर्माण में भी डिजिटल प्लेटफॉर्म अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं। समान रुचियों वाले लोग अब आसानी से एक-दूसरे से जुड़ सकते हैं। चाहे वह संगीत हो, फोटोग्राफी, किताबें, फिटनेस, व्यवसाय या करियर—हर क्षेत्र में ऑनलाइन मंच लोगों को अवसर प्रदान करते हैं। कई लोग डिजिटल समुदायों के माध्यम से प्रेरणा, सहयोग और समर्थन प्राप्त कर रहे हैं, जो पहले संभव नहीं था। कोविड-19 महामारी के दौरान डिजिटल प्लेटफॉर्म ने रिश्तों को जोड़े रखने का बड़ा कार्य किया। जब लोग शारीरिक रूप से अलग थे, तब वर्चुअल मीटिंग्स, पारिवारिक वीडियो कॉल्स और ऑनलाइन सहयोग ने लोगों को मानसिक और भावनात्मक रूप से संभालने में मदद की। कोरोना काल में स्कूल और कॉलेज भी बंद थे। लेकिन ऑनलाइन कक्षाएं चलाकर इस कमी को बहुत हद तक दूर किया गया।

लेकिन इस डिजिटल चमक के पीछे कई गंभीर चुनौतियाँ भी छिपी हुई हैं। डिजिटल संवाद ने प्रत्यक्ष मानवीय संपर्क को काफी कम कर दिया है। आमने–सामने संवाद में चेहरे के हावभाव, आवाज़ की गर्माहट, शरीर की भाषा और स्पर्श का अनुभव शामिल होता है, जो भावनात्मक गहराई को बढ़ाता है। डिजिटल संचार में यह सब अनुपस्थित होता है, जिसके कारण रिश्ते सतही होने लगे हैं। लोग भावनाओं को गहराई से महसूस करने के बजाय उन्हें प्रतीकों और संदेशों के माध्यम से व्यक्त करने में सहज हो गए हैं।

सोशल मीडिया पर दिखावे की संस्कृति ने भी रिश्तों की गुणवत्ता को प्रभावित किया है। वहां संबंध अक्सर लाइक, कमेंट और पोस्ट पर निर्भर होते हैं। लोग अपने वास्तविक जीवन से अधिक अपनी ऑनलाइन छवि को सुंदर और आकर्षक दिखाने में व्यस्त रहते हैं।

इसके परिणामस्वरूप रिश्तों में तुलना की भावना, असुरक्षा और प्रतिस्पर्धा बढ़ती है। रिश्तों का मूल्य उनकी गहराई से नहीं, बल्कि उनकी दृश्यता और लोकप्रियता से आँका जाने लगा है। इससे आत्मसम्मान और मानसिक स्वास्थ्य पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

डिजिटल रिश्तों की एक और बड़ी समस्या उनकी नाजुकता है। डिजिटल माध्यमों से रिश्ते बहुत जल्द बन जाते हैं, लेकिन उतनी ही तेजी से टूट भी जाते हैं। एक संदेश का देर से जवाब देना, किसी पोस्ट पर प्रतिक्रिया न करना या किसी गलतफहमी के कारण लोग रिश्ते समाप्त तक कर देते हैं। इसमें धैर्य और सहनशीलता कम होती है, जिससे संबंध लंबे समय तक टिक नहीं पाते। पहले रिश्ते समय, अनुभव और विश्वास से मजबूत होते थे, लेकिन अब वे तात्कालिकता और सुविधा पर आधारित होते जा रहे हैं।

डिजिटल जुड़ाव के बावजूद अकेलापन भी बढ़ रहा है। यह विडंबना है कि लोग ऑनलाइन हजारों लोगों से जुड़े होने के बावजूद मानसिक रूप से पहले से अधिक अकेला महसूस करते हैं। डिजिटल दुनिया में भावनाओं की वास्तविक साझा प्रक्रिया कम होती है। लोग मुश्किल समय में भले ही ऑनलाइन सांत्वना प्राप्त कर लें, लेकिन वह उसी गर्माहट और समर्थन का अनुभव नहीं देती जो प्रत्यक्ष उपस्थिति से मिलता है।

इसलिए आवश्यक है कि डिजिटल समाज में रहते हुए भी लोग प्रत्यक्ष संबंधों के महत्व को समझें। तकनीक को माध्यम बनने दें, आधार नहीं। बातचीत स्क्रीन पर शुरू हो सकती है, लेकिन उसे वास्तविक जीवन में आगे बढ़ाने से ही रिश्तों में गहराई आएगी। मानव हृदय को भावनात्मक समर्थन, स्पर्श और साथ की आवश्यकता होती है, जिसे कोई भी तकनीक पूरी तरह प्रतिस्थापित नहीं कर सकती। डिजिटल नजदीकियाँ बढ़ी हैं, पर भावनात्मक दूरी भी बढ़ी है। अब यह हम पर निर्भर करता है कि हम इस संतुलन को कैसे बनाए रखें और रिश्तों की आत्मा, इसके अपनेपन को कैसे जीवित रखें।

रिश्ते केवल संदेशों और कॉल्स से नहीं बनते, वे विश्वास, धैर्य, उपस्थिति और साथ से मजबूत होते हैं। इसलिए तकनीक को हमें जोड़ने दें, पर रिश्तों की नींव उसी पुराने, मानवीय ढंग से रखी जाए—जहाँ आँखों का संपर्क और दिलों का जुड़ाव केंद्रीय हो। डिजिटल दुनिया ने दूरियों को घटाकर नजदीकियों का नया अर्थ दिया है, पर इन नजदीकियों को रिश्तों की सच्ची आत्मा में बदलना अब हमारी जिम्मेदारी है।

युवाओं में साइबर बुलिंग: डिजिटल क्रूरता

श्रेया सिन्हा

डिजिटल युग ने युवाओं को अभिव्यक्ति, सीखने और जुड़ने के नए अवसर दिए हैं। सोशल मीडिया, मैसेजिंग ऐप्स और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म आज युवाओं के जीवन का अभिन्न हिस्सा बन चुके हैं। लेकिन इसी डिजिटल दुनिया का एक अंधेरा पक्ष भी है—साइबर बुलिंग। यह ऐसी मानसिक हिंसा है जो अक्सर दिखाई नहीं देती, लेकिन इसका प्रभाव गहरा और लंबे समय तक रहने वाला होता है।

साइबर बुलिंग का अर्थ है इंटरनेट, सोशल मीडिया या डिजिटल माध्यमों के जरिए किसी व्यक्ति को बार-बार अपमानित करना, डराना, धमकाना या मानसिक रूप से परेशान करना। यह ट्रोलिंग, अपमानजनक टिप्पणियों, अफवाहों, निजी तस्वीरों के दुरुपयोग, फेक प्रोफाइल या ग्रुप चैट में मज़ाक के नाम पर की गई क्रूरता के रूप में सामने आती है। चूंकि यह सब स्क्रीन के पीछे होता है, इसलिए पीड़ित की पीड़ा अक्सर अनदेखी रह जाती है।

RNI No.: DEL/BIL/2004/14598
Publisher: Ram Kailash Gupta on behalf of Tecnia Institute of Advanced Studies, 3 PSP, Madhuban Chowk, Rohini, Delhi-85; **Printer:** Ramesh Chander Dogra; **Printed at:** Dogra Printing Press, 17/69, Jhan Singh Nagar, Anand Parbat, New Delhi-5
Editor: Amit Sharma responsible for selection of News under PRB Act. All rights reserved.
Email:
youngster@tecnia.in

युवाओं पर साइबर बुलिंग का प्रभाव अत्यंत गंभीर होता है। लगातार ऑनलाइन अपमान आत्मसम्मान को तोड़ देता है और व्यक्ति स्वयं को अकेला, कमजोर और असहाय महसूस करने लगता है। कई युवा डर, शर्म या सामाजिक बदनामी के कारण किसी से अपनी परेशानी साझा नहीं कर पाते। इसका परिणाम चिंता, अवसाद, नींद की समस्या, पढ़ाई में गिरावट और गंभीर मामलों में आत्महत्या जैसे विचारों के रूप में सामने आता है। यह सचमुच एक मूक क्षति है, जो बिना शोर किए जीवन को अंदर से नुकसान पहुंचाती है।

साइबर बुलिंग के बढ़ने का एक कारण ऑनलाइन गुमनामी है। जब पहचान छिपी होती है, तो लोग अपने शब्दों के प्रभाव को भूल जाते हैं। इसके अलावा, "लाइक" और "शेयर" की संस्कृति कई बार नकारात्मक व्यवहार को भी बढ़ावा देती है। मज़ाक और बुलिंग के बीच की रेखा धुंधली हो जाती है, और संवेदनशीलता की जगह असंवेदनशीलता ले लेती है।

इस समस्या से निपटने के लिए जागरूकता सबसे बड़ा हथियार है। युवाओं को यह समझना जरूरी है कि साइबर बुलिंग को सहना मजबूरी नहीं है। ऐसे मामलों में सबूत सुरक्षित रखना, भरोसेमंद व्यक्ति से बात करना और संबंधित प्लेटफॉर्म पर रिपोर्ट करना महत्वपूर्ण कदम हैं। चुप रहना समस्या को और बढ़ा सकता है। शिक्षण संस्थानों और परिवारों की भूमिका भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। स्कूलों और कॉलेजों में डिजिटल सुरक्षा, ऑनलाइन व्यवहार और भावनात्मक स्वास्थ्य पर खुली चर्चा होनी चाहिए। माता-पिता को युवाओं से संवाद बनाए रखना चाहिए ताकि वे बिना डर अपनी समस्या साझा कर सकें।

अंततः, हमें एक जिम्मेदार डिजिटल समाज की ओर बढ़ना होगा। स्क्रीन के पीछे भी इंसान होते हैं—भावनाओं के साथ। थोड़ी सी संवेदनशीलता, सहानुभूति और जिम्मेदारी कई जिंदगियों को टूटने से बचा सकती है। साइबर बुलिंग को नजरअंदाज करना नहीं, बल्कि उसे रोकना हम सबकी सामूहिक जिम्मेदारी है।

भारतीय दूरसंचार क्षेत्र का भविष्य: क्या BSNL की वापसी होगी?

प्रज्ञांश तिवारी

भारतीय दूरसंचार क्षेत्र पिछले कुछ वर्षों में काफी उथल-पुथल से गुजरा है। 2016 में रिलायंस जियो के प्रवेश ने इस बाजार को पूरी तरह से बदल दिया। मुकेश अंबानी की अगुवाई में, जियो ने मुफ्त कॉल और सस्ते डेटा की पेशकश करके बाजार में तहलका मचा दिया। हालांकि, हाल ही में जियो ने अपने टैरिफ में वृद्धि की है, जो इस बात का संकेत है कि अब कंपनी लाभप्रदता पर ध्यान केंद्रित कर रही है। जियो के कदम के बाद, एयरटेल और वोडाफोन आइडिया (Vi) ने भी अपने टैरिफ में बदलाव किया है। इन कंपनियों ने भी अपने प्लान की कीमतों में वृद्धि की है, लेकिन वे अभी भी जियो से प्रतिस्पर्धा करने के लिए संघर्ष कर रहे हैं।

जियो और एयरटेल की बढ़ती बाजार हिस्सेदारी ने एक तरह का द्विध्रुवीकरण पैदा कर दिया है। इन दो कंपनियों का प्रभुत्व छोटे खिलाड़ियों के लिए चुनौतियां पैदा कर रहा है और उपभोक्ताओं के लिए विकल्प सीमित कर रहा है। BSNL, जो एक समय भारत की प्रमुख दूरसंचार कंपनी थी, अब पीछे रह गई है। हालांकि, सरकार BSNL को पुनर्जीवित करने के प्रयास कर रही है। BSNL का बहुप्रतीक्षित 4G नेटवर्क लॉन्च इस दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। नए 4G प्लान्स के साथ, BSNL निजी खिलाड़ियों से प्रतिस्पर्धा करने की उम्मीद कर रही है।

BSNL की पिछड़ने के कई कारण हैं, जिनमें BSNL की पिछड़ने के कई कारण हैं, जिनमें तकनीकी नवाचार में देरी, कर्मचारियों की अधिक संख्या, सरकारी नीतियों का प्रभाव, और निजी क्षेत्र की तुलना में धीमा निर्णय लेने की प्रक्रिया शामिल हैं। जियो, एयरटेल और Vi के बीच चल रहे टैरिफ युद्ध ने उपभोक्ताओं को कम कीमतों पर बेहतर सेवाएं प्रदान की हैं। हालांकि, लंबे समय में यह प्रतिस्पर्धा कंपनियों की वित्तीय स्थिति को प्रभावित कर सकती है, जो अंततः नेटवर्क गुणवत्ता और नवाचार पर असर डाल सकती है।

भारतीय दूरसंचार क्षेत्र एक महत्वपूर्ण मोड़ पर है। जहां जियो और एयरटेल का प्रभुत्व बढ़ रहा है, वहीं BSNL जैसी सार्वजनिक क्षेत्र की कंपनियां वापसी की कोशिश कर रही हैं। आने वाले समय में, उपभोक्ताओं के हित और बाजार की प्रतिस्पर्धा को बनाए रखने के लिए नियामक निकायों की भूमिका महत्वपूर्ण होगी। BSNL की वापसी संभव है, लेकिन इसके लिए तेजी से नवाचार और रणनीतिक निर्णयों की आवश्यकता होगी। भारतीय दूरसंचार क्षेत्र का भविष्य इन सभी कारकों पर निर्भर करेगा, और यह देखना दिलचस्प होगा कि BSNL इस प्रतिस्पर्धी बाजार में अपनी जगह कैसे बनाती है।