# एकाइ १

# सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षाको अवधारणा

## (Concept of Social Studies and Life Skill Education)

**यस एकाइको अन्त्यमा विद्यार्थीहरूले निम्न लिखित कुराहरू सिक्नेछन् :**

- सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षाको अन्तरसम्बन्ध उल्लेख गर्न,
- जीवनोपयोगी शिक्षा, जीवनोपयोगी सिप र स्वस्थ जीवनशैलीबिचको अन्तरसम्बन्ध पहिचान गर्न,
- पूर्वीय चिन्तनको परिचय दिन,
- पूर्वीय दर्शनको व्याख्या गर्न,
- पश्चिमेली चिन्तन परम्पराको परिचय दिई हाल अभ्यासमा रहेका चिन्तनहरू उल्लेख गर्न ।

### एकाइ परिचय (Introduciton to Unit)

सामाजिक अध्ययन एक बहुविधागत विषय हो । यसमा मानव समाजका विभिन्न पक्षहरूलाई समेटेर एकिकृत पाठ्यक्रम विकास गरिएको हुन्छ । जीवनोपयोगी शिक्षा जीवनमा नभइ नहुने आधारभूत सिप प्रदान गर्ने विषय हो । यी दुई विषयहरूका केही भिन्नता भएतापनि मूलभूत रुपमा मानव जीवनमा पार्ने प्रभावको सर्न्दभमा समान छन् । जीवनोपयोगी शिक्षा र सामाजिक शिक्षालाई उद्देश्य, विषयवस्तु र शिक्षण विधिको आधारमा तुलना गर्न सकिन्छ । जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपले र जीवनयापन तथा जिवीकोपार्जनमा सहयोग गर्दछ । एउटा स्वास्थ्य जीवनशैलीको निर्माणमा जीवनोपयोगी शिक्षाको महत्वपूर्ण योगदान रहन्छ ।

**पूर्वीय र पाश्चात्य चिन्तनः** पूर्वीय चिन्तन तथा व्यवहार पूर्वीय धर्मदर्शनबाट निर्देशित छ । मूलत हिन्दु धर्म दर्शन, बौद्ध धर्म दर्शन, कन्फ्युसियस, ताओवाद लगायतका अन्य साना-साना धर्म दर्शनले मानिसको चिन्तन प्रणालीलाई प्रभावित पार्दै आएको छ ।

**हिन्दु धर्म दर्शनका प्रमुख ग्रन्थहरू**
- वेद
- रामायण
- महाभारत

बौद्ध धर्म दर्शन गौतम बुद्धको जीवन शिक्षाबाट स्थापना भयो । गौतम बुद्धले आठ वटा प्रमुख सिकाइहरू आफ्ना शिष्यहरूलाई सिकाएका थिए । ती यसप्रकार छन् :

## डायग्राम बनाउने

| | |
|---|---|
| सम्यक दृष्टि | सम्यक सङ्कल्प |
| सम्यक वचन | सम्यक कर्म |
| सम्यक जीवन | सम्यक व्यायाम |
| सम्यक विचार | सम्यक समाधि |

कन्फ्युसियस र ताओवाद पनि पूर्वीय दर्शनका अनुपम पक्षहरू हुन् । यी दुवै दर्शनहरू मानव जीवनशैली र चिन्तन प्रणालीसँग बढी सम्बन्धित छन् ।

पश्चिमेली सभ्यताको विकास ग्रीस र रोमको सभ्यताबाट शुरुवात हुन्छ । प्राचीन ग्रीस र रोममा विभिन्न दार्शनिकहरूले धर्म, विज्ञान, गणित तथा राजनीतिको सन्दर्भमा नवीनतम् धारणा तथा ज्ञान विकास गर्न सफल भए । पछि इसाई धर्मको प्रभाव वृद्धि भयो भने कतिपय अरब क्षेत्रका देश तथा युरोपमै पनि इस्लाम धर्म प्रचलनमा आएको छ । लगभग १५ औं शताब्दिमा शुरु भएको पुनर्जागरणले औद्योगिक, औषधि विज्ञान, कला तथा खेलकुदमा उल्लेख्य प्रगति भयो । त्यसले गर्दा आज पश्चिमेली संस्कृतिले विश्वभरि नै आफ्नो प्रभाव जमाएको छ ।

# पाठ-१
# सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षाको अन्तरसम्बन्ध
# (Interrelationship between Social Studies and Life Skill Education)

**एकाइ परिचय :** यस एकाइमा सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षाको अन्तरसम्बन्धको बारेमा छोटकरीमा चर्चा गरिनेछ । जीवनोपयोगी शिक्षा र सामाजिक अध्ययनको विषयवस्तु, उद्देश्य र शिक्षण विधि जस्ता विविध पक्षहरूमा समानता पाउन सकिन्छ । स्वस्थ जीवनशैली हासिल गर्नको लागि जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपको अत्यन्त जरुरी छ ।

## सामाजिक अध्ययनको परिचय (Intorduction of Social Studies)

समाज र समाजमा बस्ने मानिसहरूको जीवनप्रति केन्द्रित हुने विषयवस्तुहरू सामाजिक विज्ञान, सामाजिक अध्ययन र सामाजिक शिक्षा हुन् । तिनै विषयहरू मानव समाजसँगै सम्बन्धित भएकाले एक अर्कासँग अत्यन्त नजिक छन् ।

सामाजिक अध्ययन भनेको सामाजिक विज्ञानका नरम भाग र मानविकी क्षेत्रको विषयवस्तुहरूलाई समेटेर निर्माण गरिएको एक एकीकृत विषय हो । यसले नागरिक चेतना वृद्धि गरी राष्ट्रलाई योगदान दिनसक्ने सहिष्णु, सहअस्तित्ववान् सक्षम र देशभक्त जनशक्ति तयार गर्ने लक्ष्य लिएको हुन्छ । यसमा कुनै पनि सामाजिक विज्ञान विषयको विस्तृत ज्ञान राखिँदैन । त्यसो भएपनि यसको महत्त्वपूर्ण र उपयोगी विषयवस्तुलाई नछुटाइ लिइन्छ । यसर्थ, सामाजिक अध्ययनको विकास सामाजिक विज्ञानहरूकै साहाराले गरिएको हो । अमेरिकी सामाजिक अध्ययन राष्ट्रिय परिषदको शब्दमा "सामाजिक अध्ययन सामाजिक विज्ञान र मानविकीको एकीकृत अध्ययन हो जसले नागरिक सक्षमता वृद्धि गर्दछ ।

## जीवनोपयोगी शिक्षाको अर्थ (Meaning of Life Skill Education)

जीवनोपयोगी शिक्षा तीनवटा शब्दहरू मिलेर बनेको छ । ती शब्दहरू जीवन, उपयोगी र शिक्षा हुन् । सामान्यतया जीवन भन्नाले गर्वधारणा देखि मृत्युसम्मको अवधिलाई बुझ्न सकिन्छ । उपयोगी भन्नाले कुनैपनि काम वा प्रयोजनमा लाभदायी कुरा हो । शिक्षा मानिसले आफ्नो जीवनकालमा औपचारीक/अनौपचारिक र अनियमित जुनसुकै तवरले हासिल गर्ने सिकाइ हो । यसले बालकलाई ज्ञान मात्र दिदैन, यसको प्रयोग गर्न सक्ने पनि बनाउँछ । यस अन्तर्गत आत्मसचेतना, आत्मसम्मान, संवेगको सामना, तनावको व्यवस्थापन, समालोचनात्मक तथा सिर्जनात्मक सोचाइ, समस्या समाधान गर्ने क्षमता र उपयुक्त निर्णय गर्न सक्ने क्षमताहरू पर्दछन् । नेपालको सन्दर्भमा डोको, डालो, नाम्लो, बरियो इत्यादी

बनाउन सिकेमा कृषि कार्यका लागि सहज हुन्छ। आजकाल ट्र्याक्टरको प्रयोग गरेर खेत जोत्ने गरिन्छ। त्यसैगरी कम्प्यूटर युवा पुस्ताको लागि अत्यावश्यक भएको छ।

## सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षाको अन्तरसम्बन्ध (Interrelationship between Social Studies and Life Skill Education)

सामाजिक अध्ययन सामाजिक विज्ञानका विविध विषयहरूको नरम पक्षहरू समावेश गरी निर्माण गरिएको एकीकृत विषय हो । यसले सिकारुलाई समय, समाज, सामाजिक आवश्यकता, राष्ट्रिय भावना तथा परिस्थितिअनुरुप व्यवहार अवलम्बन गरी आफ्नो व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक जीवनलाई सफल बनाउँदै देश तथा अन्तर्राष्ट्रिय तहसम्म सकारात्मक योगदान दिन सक्ने बनाउँछ। जीवनोपयोगी शिक्षा सिपमा आधारित शिक्षा हो। यसले वास्तविक जीवनमा आइपर्ने समस्यालाई समाधान गर्न आवश्यक ज्ञान, सिप तथा क्षमताको विकास गर्दछ । सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षा एक अर्कामा अन्तरसम्बन्धित मात्र नभएर एकअर्कामा परिपूरक पनि हुन्।

सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षा दुवैले एक व्यक्तिको व्यवहारिक जीवन परिवर्तन गर्ने लक्ष्य राखेको हुन्छ।

'सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षा' विषय सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षा गरी दुई विषयहरू मिलेर बनेको विषय हो । तसर्थ यी दुई विषयहरूवीचको अन्तरसम्वन्ध थाहा पाउनु आवश्यक छ। यसलाई निम्न शीर्षकहरूद्वारा प्रष्ट्याउन सकिन्छ।

| **आधार** (Bases) | **सामाजिक अध्ययन** (Social Studies) | **जीवनोपयोगी शिक्षा** (Life Skill Education) |
|---|---|---|
| **उद्देश्य** (Objectives) | सामाजिक अध्ययनले नागरिकलाई समाज र समय सापेक्ष बनाउँदछ।<br>सामाजिक अध्ययनको अर्को उद्देश्य भनेका सिकारुलाई बदलिदो विश्व वातावरणसँग आफूलाई बदल्दै सहज जीवन जिउन सक्ने बनाउनु हो ।<br>सामाजिक अध्ययनको उद्देश्य भनेको सिर्जनशीलता र समस्या सामाधान गर्न सक्ने बनाउनु हो।<br>यस्ता समस्या समाधान गर्ने सिपको विकास सामाजिक अध्ययनको मार्फतबाट पनि हुने गर्दछ। एउटा राम्रो समाज निर्माण गर्नका लागि समाजका सदस्यहरू | जीवनोपयोगी शिक्षाले पनि मानिसलाई जीवनमा व्यवहारिक रुपमै उपयोग हुने सिप सिकाउँदछ।<br>जीवनोपयोगी शिक्षाले प्रदान गर्ने सिपले एउटा व्यक्तिलाई बदलिदो विश्वमा सफल जीवनयापन गर्नका लागि सहयोग गर्दछ।<br>जीवनोपयोगी सिपको एउटा महफ्वपूर्ण सिप समस्या समाधान गर्न सक्नु हो । समस्या जो कोहीको जीवनमा आउन सक्दछ । अधिकतम् समस्या व्यक्तिले समाजमा गर्ने अन्तक्रियाबाट देखा पर्ने गर्दछ।<br>जीवनोपयोगी सिपको उद्देश्य भनेको सिर्जनशीलता र समस्या |

विषयवस्तुहरूको दृष्टिले सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षा दुवैमा

| | | |
|---|---|---|
| | सिर्जनात्मक र समस्या समाधान गर्न सक्ने हुनुपर्दछ । <br><br> सामाजिक अध्ययनले. सिकारुलाई आफ्नो वातावरणमा सामाञ्जस्य भएर बाँच्न सिकाउने लक्ष्य राख्दछ । यसले सिकारुको बानी सुधार गरी सामाजिक परिवेश अनुरुप बनाउने अपेक्षा राख्दछ । समाजमा प्रभावकारी ढङ्गले अन्तरक्रिया गर्न सक्ने नागरिक तयार पार्ने लक्ष्य सामाजिक अध्ययनको हुन्छ । सामाजिक अध्ययनले मानव जाति र वातावरणको अन्तरसम्बन्धको बारेमा सिकारुलाई सिकाउने उद्देश्य राख्दछ । | समाधान गर्न सक्ने बनाउनु हो । सिकारुलाई जुनसुकै परिवेशमा पनि सहज जीवनयापन गर्न सक्ने बनाउनु जीवनोपयोगी शिक्षा हो । बानी सुधारको निम्ति घर, परिवार, छिमेक वा कुनै संघ संस्थाले उद्देश्यमूलक ढङ्गले सिप वा चेतना प्रदान गर्दछन् । प्रभावकारी अन्तरक्रियाको लागि भाषण कला सिकाउनु, नयाँ भाषाको ज्ञान दिनु वा व्यक्तित्व विकासको क्रियाकलाप गराउनु जीवनोपयोगी शिक्षाको उद्देश्य हो । जीवनोपयोगी शिक्षाले वातावरणमा उपलब्ध स्रोत तथा साधनहरूको समुचित प्रयोग गर्न सक्ने क्षमता प्रदान गर्ने लक्ष्य राख्दछ । |
| **विषयवस्तु (Subject Matter)** | सामाजिक अध्ययन विभिन्न सामाजिक विज्ञानहरूको नरम विषयवस्तुहरू मिलेर बनेको विषय हो । यसमा इतिहास, भूगोल, कानून, राजनीतिशास्त्र, अर्थशास्त्र, समाजशास्त्र लगायतका विषयहरू समावेस गरिएको हुन्छ । <br><br> सामाजिक अध्ययनको मूलभूत सार पनि समाजमा उत्पन्न हुने तमाम द्वन्द्व व्यवस्थापन गर्नु हो । <br><br> सामाजिक अध्ययनले व्यवहारिक विषयहरूमा जोड दिन्छ । यो एकीकृत र बहुविधागत विषय हो । नागरिक चेतना, कुटनीति, रणनीति जस्ता जीवनोपयोगी शिक्षाको विषयहरूले सामाजिक अध्ययनको पाठ्यक्रममा महत्त्वपूर्ण स्थान ओगट्दछन् । भाषा, संस्कृति, कला र इतिहासको संरक्षण गर्नु तथा | जीवनोपयोगी शिक्षाले विभिन्न विषयहरूको व्यवहारिक जीवनमा गरिने प्रयोगलाई जोड दिन्छ । द्वन्द्व व्यवस्थापन, जनसङ्ख्या तथा स्वास्थ्य शिक्षा, नेतृत्व सिपको विकास लगायतका विषयहरू जीवनोपयोगी शिक्षाको अभिन्न अङ्ग हुन् । <br><br> जनसङ्ख्याको व्यवस्थापन गर्नु र समाज र राष्ट्रको नेतृत्व गर्न सक्ने नागरिकको उत्पादन गर्नु पनि जीवनोपयोगी शिक्षाकै विषयवस्तुका मूलभूत कार्य हुन् । <br><br> जीवनोपयोगी शिक्षाले कुनै खास विषयवस्तुलाई मात्र प्रतिनिधित्व नगरेर जुनसुकै विषयवस्तुको व्यवहारिक पक्षलाई समेट्दछ । तसर्थ यो पनि एकीकृत विषय नै |

दुवै विषयवस्तुको शिक्षणमा व्यवहारिक विधिहरू जस्तै अनुसन्धान, प्रयोग तथा छलफल गर्ने गरिन्छ ।

| | | |
|---|---|---|
| | समयअनुसार अद्यावधिक गर्नु सामाजिक अध्ययनको मूल कार्य हो । आर्थिक विषयको ज्ञान दिई सामाजिक अध्ययनले मितव्ययी तथा आवश्यक अर्थोपार्जन गर्न सक्ने बनाउँदछ । | हो । नागरिकलाई चेतनशील बन्न चेतनामूलक अभियान तथा कार्यक्रम सञ्चालन गर्नु, कुटनीतिक निकायमा प्रवेश अघि जान्नु पर्ने आधारभूत ज्ञान तथा सिप, राजनीतिक गतिविधि तथा कार्यक्रम सम्बन्धित ज्ञान जीवनोपयोगी शिक्षाका मूल विषयहरू हुन् ।<br>भाषागत सिप सिकाउनु, आफ्नो संस्कृतिमा रहेका प्रचलन, रीतिरिवाज, चालचलन, चाडपर्व अवलम्बन तथा जगेर्ना गर्न खेल्नु पर्ने भूमिका पनि जीवनोपयोगी शिक्षाले सिकाउँछ । जीवनोपयोगी शिक्षाको प्रमुख कार्य आर्थिक रुपमा सबल र संयम बनाउनु हो । त्यसका लागि यसले आयआर्जनका सिप तथा तालिम प्रदान गर्दछ । |
| **शिक्षण विधि (Teaching Method)** | सामाजिक अध्ययन सैद्धान्तिक भन्दा पनि व्यवहारिक ज्ञान तथा सिप प्रदान गर्ने विषय हो ।<br>सामाजिक अध्ययनले विद्यार्थीलाई खोज अनुसन्धान गर्न सक्ने बनाउँदछ ।<br>सामाजिक अध्ययन शिक्षण गर्दा कक्षा कोठामा मात्र नभएर समाजमा जान सकिन्छ ।<br>छलफल विधि सामाजिक अध्ययनमा अत्याधिक सफल र प्रयोग गरिएको विधि हो ।<br>समस्या समाधान विधिले सामाजिक अध्ययनका सिकारुहरूलाई विषयवस्तुको गहिराइमा पुग्न सहयोग गर्दछ । | जीवनोपयोगी शिक्षा पनि सैद्धान्तिक भन्दा पनि व्यवहारिक ज्ञान तथा सिप प्रदान गर्ने विषय हो ।<br>जीवनोपयोगी शिक्षा पनि कक्षाकोठामा सिक्ने भन्दा पनि कार्यशाला तथा कार्यक्षेत्रमा सिक्ने विषयवस्तु हो ।<br>अनुसन्धान सिपलाई वास्तविक जीवनको विविध क्षेत्रमा प्रयोग गरी सहज जीवन यापनमा जीवनोपयोगी शिक्षा केन्द्रित हुन्छ । |

## कक्षा क्रियापलाप

१. तपाईंले आफ्नो घर तथा परिवारबाट के कस्ता व्यवहारिक सिपहरू सिक्नु भएको छ ? के ती सिपहरूबाट तपाईं जीविकोपार्जन गर्न सक्नु हुन्छ ? कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

**धेरै छोटो उत्तर दिन प्रश्नहरू**

१. सामाजिक शिक्षाको एउटा उद्देश्य लेख्नुहोस् ।

२. सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षाको सम्बन्धलाई एक वाक्यमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

**छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. जीवनोपयोगी शिक्षा र सामाजिक अध्ययनको विषयवस्तु बारे प्रकाश पार्नुहोस् ।

२. स्वस्थ जीवनशैलीको विकासमा जीवनोपयोगी सिप र जीवनोपयोगी शिक्षाको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. "सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षाको शिक्षण विधि समान छ ।" यस भनाइलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।

**लामो उत्तर दिने प्रश्न**

१. सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षाको अन्तरसम्बन्ध प्रष्ट्याउनुहोस् ।

## सामुदायिक कार्य (Community Work)

तपाईंको आफ्नो गाउँपालिका वा नगरपालिकाको कार्यालयमा जानु होस् । त्यहाँको प्रमुख तथा उपप्रमुख भेटी स्थानीय जनताको जीवनस्तर उकास्न गाउँपालिका वा नगरपालिकाले कस्ता सिपमूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्दछ ? सोधपुछ गरी सानो लेख तयार गर्नुहोस् ।

# पाठ-२
# जीवनोपयोगी शिक्षा, जीवनोपयाी सिप र स्वस्थ जीवनशैली बीचको अन्तर सम्बन्ध
# (Interrelationship among Lifeskill Education, Lifeskill and Healthy Lifestyle)

पाठ चिनारी: मानव जीवनलाई सुखी र सम्पन्न बनाउनका लागि जीवनोपयोगी सिप र जीवनोपयोगी शिक्षाको उल्लेख्य भूमिका रहन्छ । सिपयुक्त व्यक्ति नै स्वस्थ्य जीवनशैली जीउन सफल बन्दछ ।

## जीवनोपयोगी शिक्षा (Life Skill Education)

मानिसको शारिरीक, मानसिक, तथा सामाजिक स्वास्थ्य सबल बनाउन जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ।

जीवनोपयोगी शिक्षा भनेको मानव जीवनलाई सहज ढंङ्गले अघि बढाउनका लागि आवश्यक पर्ने सिपमूलक शिक्षा हो । जीवनोपयोगी सिपहरूको संयोजनबाट जीवनोपयोगी शिक्षा सङ्गठित गरिएको हुन्छ । अर्को शब्दमा भन्दा जीवनोपयोगी सिपहरूको ज्ञान दिने उद्देश्यले तयार पारिएको शिक्षा “जीवनोपयोगी शिक्षा” हो । जीवनोपयोगी शिक्षा एउटा व्यक्तिको व्यक्तित्व विकासको बलियो आधार हो ।

## जीवनोपयोगी सिप (Life Skill Education)

हाम्रो जीवनमा उपयोगी हुने कुनै पनि सिप जीवनोपयोगी सिप हो। कपडामा आइरन लगाउन, गाडी चलाउन जान्नु, कम्प्युटर चलाउन जान्नु, उपयुक्त शैलीमा बोल्न जान्नु इत्यादि जीवनमा उपयोगी हुने सिपहरू छन् । जीवनोपयोगी सिप समय, परिस्थिति र समाज तथा संस्कृति अनुसार फरक फरक हुन सक्दछ। उदाहरणको लागि ढुङ्गे युगमा सिकार गर्न जान्नु सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण जीवनोपयोगी सिप थियो तर कम्प्युटर कसैलाई पनि चलाउन आउँदैन थियो किनकि यसको आविष्कार भएको थिएन। तर आज हरेक व्यक्तिको लागि कम्प्युटर सिप अति आवश्यक भएको छ। यहाँ युनिसेफ, युनेस्को र विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको अनुसार १० वटा प्रमुख जीवनोपयोगी सिपहरू उल्लेख गरिएको छ। जीवनोपयोगी सिप व्यवहारिक केही श्रममा आधारित हुन्छन्। यो एक्काइशौँ शताब्दीमा व्यापक सिपको रूपमा पनि व्याख्या गरिँदै आएको सिप हो ।

जीवनोपयोगी सिपले एउटा व्यक्तिको भित्री क्षमताको विकासगरी दैनिक जीवनमा आउने चुनौती र कठिनाइलाई सहन सक्ने बनाउँदछ। जीवनोपयोगी शिक्षाले ज्ञान, दृष्टिकोण मात्रै नभएर मूल्य मान्यताको सुदृढ गर्दछ। यसले हाम्रो जीवनशैलीमा सकारात्मक सुधार ल्याउन मद्दत गर्दछ । यदि एउटा बालकले जीवनोपयोगी शिक्षा प्राप्त गरेको छ भने उसको जीवनशैली पनि सकारात्मक बन्दै जान्छ ।

## स्वस्थ जीवनशैली (Healthy Lifestyle)

स्वस्थ जीवन नै सुखी जीवनको आधारशिला हो । स्वस्थ जीवनशैली भन्नाले सुन्दर, शान्त र आरोग्यमय जीवन जिउने कलालाई बुझिन्छ। स्वस्थ जीवनशैलीले हामीलाई शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र संवेगात्मक रूपमा स्वस्थ रहि निरोगी जीवन जिउन उत्प्रेरणा प्रदान गर्दछ। करिब ९% रोगहरू स्वस्थ जीवनशैलीबाट नै ठिक हुने गर्दछन्। तर विज्ञान र प्रविधिको तीव्र विकाससँगै मानिसहरू आज विलासिताको जीवन जिउनुमा लिप्त देखिन्छन्। उनीहरू फलस्वरूप, विभिन्न खाले दीर्घ तथा प्राणघातक रोगहरू जस्तैः मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मुटुका रोग तथा मानसिक रोगाहरूको शिकार भइरहेका छन्। अस्वस्थ जीवनशैलीका कारण आज कैयौको जीवन धरासायी बन्दै गैरहेको छ ।

शारीरिक रूग्णता, मानसिक असन्तुलन, सामाजिक विचलन आदि अनुचित जीवनशैलीका उपज हुन्। हामी जे खान्छौँ, जस्तो सोचाइ राख्छौँ, जस्तो व्यवहार गर्दछौ त्यस्तै जीवन जीउन विवस हुन्छौँ। त्यसैले सुखी अनि समृद्ध जीवनयापनका लागि स्वस्थ जीवनशैली अवलम्बन गर्नु अपरिहार्य ठानिन्छ ।

## जीवनोपयोगी सिप, जीवनोपयोगी शिक्षा र स्वस्थ जीवनशैली बीचको अन्तर सम्बन्ध (Interrelationship among Lifeskill Education, Lifeskill and Healthy Lifestyle)

मानव मात्रै त्यस्तो प्राणी हो जो आफ्नो अतित्व र यो संसारको बारेमा अधिकतम् ज्ञान राख्दछ । हामी सदियौंदेखिका सभ्यताबाट सिकेको तथा अनुभव गरेका कुरालाई अर्को पुस्तासम्म हस्तान्तरण गगर्न सफल भएका छौँ । अर्थात् हामीले आफ्नो जीवनमा उपयोग हुने महत्वपूर्ण सिपहरू सिक्ने, सिकाउने तथा पुस्तान्तरण गर्ने कार्य गर्दै आएका छौँ ।

जीवनोपयोगी शिक्षाले हामीलाई बाँच्न, समाजमा सामाजिक काम गर्न तथा मानव जातिकै छुट्टै पहिचान कायम गर्न सघाएको छ । यसरी हाम्रा दैनिक समस्या समाधान गर्न सहयोग गर्ने प्रयोगात्मक सिपहरूको व्यवस्थित सिकाइ जीवनोपयोगी शिक्षा हो । जीवनोपयोगवी सिप र जीवनोपयोगी शिक्षाले एउटा मानिसको जीवनलाई स्वस्थ बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछ । स्वस्थ जीवन भनेको सामाजिक, मानसिक तथा शारीरिक तिनै तवरले तन्दुरुस्त हुनु हो । जब एउटा मानिस सिपयुक्त बन्दछ, तब उसले जीवनोपार्जनको लागि अर्थोपार्जन गर्न सक्दछ । आर्थिक उपलब्धि प्राप्त गरेपछि उसको जीवनस्तर पनि माथि उठ्न सक्दछ । अर्थात् शिक्षा, स्वास्थय, मनोरञ्जन लगायतिका सुखी जीवनका आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्न सक्दछ । तसर्थ स्वस्थ जीवनशैली हासिल गर्नका लागि जीवनोपयोगी सिप र जीवनोपयोगी शिक्षा जरुरत पर्दछ ।

- जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपले व्यक्तिलाई भविष्यको तयारी गर्न सिप प्रदान गर्दछ। यसले एउटा व्यक्तिलाई आफ्नो भविष्यको अन्योलताबाट मुक्त गर्दछ।
- हरेक समाज, परिवेश तथा सामाजिक परिस्थितिमा समायोजित भएर असल चरित्र

प्रदर्शन गर्न सक्ने क्षमताको विकास गर्नु जीवनोपयोगी शिक्षाको मूल उद्देश्य हो । यसले व्यक्तिको जीवनशैली समाजको सामाजिक वातावरण सँग मिल्दोजुल्दो बनाउँदछ ।

- कस्तो खाना खाने, कोसँग कस्तो व्यवहार गर्ने, व्यक्तिगत, पारिवारिक तथा सामाजिक समस्याहरू कसरी समाधान गर्ने भन्ने कुराहरू जीवनोपयोगी शिक्षाको माध्यमबाट सिक्न सकिन्छ । यसले व्यक्तिको शारीरिक तथा सामाजिक स्वास्थ्यलाई मजबुद बनाउँदछ ।
- मानव जीवनमा आर्थिक मितव्ययिता अति आवश्यक कुरा हो । यदि हामीले आफ्नो खर्च गर्ने तरिकामा संयम हुन सकेनौँ भने हामीसँग जति पैसा भए तापनि कुनै अर्थ रहदैन । आर्थिक शिक्षा जीवनोपयोगी शिक्षाको मार्फत्बाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । आर्थिक मितव्ययिताले स्वस्थ जीवनशैली निर्माणमा अहम् भूमिका निर्वाह गर्दछ ।
- एक सिपयुक्त व्यक्ति आफ्नो सिपको प्रयोग गर्दै आफ्ना जीवनमा आउने चुनौती सामना गर्न सक्ने हुन्छ । आर्थिक तथा सामाजिक अवस्था सुदृढ गर्न सक्दछ । यसले व्यक्तिको जीवनस्तर उकास्न सक्दछ ।

## कक्षा क्रियाकलाप

१. एक व्यक्तिले स्वस्थ रहन दैनिक रुपमा केके गर्नुपर्दछ ? छलफल गर्नुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

### धेरै छोटो उत्तर दिन प्रश्नहरू

१. जीवनोपयोगी सिप भनेको के हो ?

२. स्वस्थ जीवनशैली भनेको कस्तो जीवनशैली हो ?

### छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपबीच अन्तरसम्बन्ध पहिचान गर्नुहोस् ।

२. "सामाजिक जीवन सफल पार्न सिपयुक्त शिक्षाको आवश्यक पर्दछ" भन्ने भनाइलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।

### लामो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. जीवनोपयोगी शिक्षा र जीवनोपयोगी सिपले स्वस्थ जीवनशैली निर्माणमा खेल्ने भूमिका विश्लेषण गर्नुहोस् ।

## सामुदायिक कार्य (Community Work)

तपाईंको बसेको स्थानमा रहेको स्वास्थ्य चौकी वा उपस्वास्थ्य चौकीका प्रमुखलाई भेटी स्वस्थ रहन हामीले दैनिक रूपमा गर्नुपर्ने क्रियाकलापको सन्दर्भमा सोध्नुहोस् । प्राप्त जानकारीलाई तपाईंको छिमेकीहरूलाई सानो छलफल गराई सुनाउनुहोस् ।

# पाठ-२
# पूर्वीय चिन्तन, पाश्चात्य चिन्तन र भइरहेको अभ्यास (Oriental Thought, Occidental Thought and Ongoing Practice)

**पाठ चिनारीः** पूर्वीय सभ्यताले जीवनका समग्र पक्षलाई समेट्दछ भने पश्चिमेली सभ्यताले मूलत भौतिक जीवन र वर्तमान आवश्यकतालाई बढी जोड दिन्छ । पूर्वीय चिन्तन प्रणालीलाई धार्मिक पृष्ठभूमिले अत्यन्त प्रभावित पारेको छ । पश्चिमी चिन्तन प्रणाली विज्ञान तथा प्रविधिको विकाससँगै भौतिकवादमा बढी झुकाव राख्दछ ।

## दर्शनको परिचय (Introduction to Philosophy)

दर्शन शब्द संस्कृत भाषाको 'दृस' धातुबाट बनेको छ । दर्शनको शाब्दिक अर्थ हेर्नु (to see) भन्ने हुन्छ । अंग्रेजी भाषामा दर्शनलाई 'philosophy' भनिन्छ । Philosophy शब्द ग्रीक भाषाको दुई शब्दहरू Philos र Sophia मिलेर बनेको छ । Philos को अर्थ प्रेम र Sophia को अर्थ ज्ञान भन्ने हुन्छ । तसर्थ Philosophy को अर्थ ज्ञान प्रतिको प्रेम भन्ने हुन्छ ।

दर्शन भनेको जीवन र जगत्लाई हेर्ने, बुझ्ने तथा व्याख्या गर्ने दृष्टिकोण हो । यसले सत्य के हो बुझ्न, सही धारणा निर्माण गर्न र समाजको वास्तविकता बोध गर्न सहयोग गर्दछ । दर्शन एक अमूर्त चिन्तन हो जसमा जीवन, जगत्, आत्मा, मृत्यु, प्रकृति आदिको रहस्य थाहा पाउने कोशिष गरिन्छ । वास्तवमा यसको अर्थ नाङ्गो आँखाले देख्नु नभएर तार्किक तथा अन्तरदृष्टिद्वारा सत्यताको अनुभूति गर्नु हो ।

दर्शनको शाब्दिक अर्थमै पूर्वीय र पश्चिमी जगतमा भिन्नता प्राप्त गर्न सकिन्छ । पूर्वीय जगतमा दर्शन सत्यलाई हेर्नु अर्थात् वास्तविकता साक्षत्कार गर्नुसँग सम्बन्धित छ । पश्चिमी जगतमा ज्ञान प्राप्त गरी मानव सेवा गर्नु हो । दर्शनको इतिहास, अभ्यास, झुकाव, समय, स्थान, परिवेश अनुसार फरक पर्ने भएतापनि मुलत यसलाई दुई भागमा विभाजन गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

१. **पूर्वेली दर्शन (Oriental Philosophy):** पूर्वीय दर्शनमा एसियाली दर्शनहरू समावेश छन् जसमा चिनिया दर्शन, भारतीय दर्शन, जापानी दर्शन, नेपाली दर्शन आदि पर्दछन् । पूर्वीय दर्शन विशेषगरी धर्मसँग जोडिएको छ । पूर्वेली दर्शन व्यापक, वृहत् र सूक्ष्म छ । वेद, उपनिषद, गीता, हिन्दु, रामायण जस्ता धर्मग्रन्थहरूले हिन्दु दर्शनलाई दिशाबोध गरेका छन् । त्यसैगरी धेरै ऋषिमुनीहरू, चिनिया तथा जापानी दार्शनिकहरू, गौतमबुद्ध, महावीर, सङ्कराचार्य जस्ता महान् व्यक्तिहरूले पूर्वेली दर्शनलाई व्यापक बनाए ।

२. **पश्चिमेली दर्शन (Occidental Philosophy):** पश्चिमेली दर्शन पूर्वेली दर्शनभन्दा फरक छ । प्राचीन ग्रिसबाट पश्चिमेली दर्शन विकसित भयो । सुकरात, प्लेटो, एरिस्टोटल, होमर, पाइथागोरस, हिराक्लिटस जस्ता दर्शनशास्त्रीहरूले चिन्तन प्रणालीको विकास गरे । ग्रीसको युनान सहरबाट विकसित भएको दर्शन मध्य युगसम्म पश्चिमी जगतमा प्रभावकारी रह्यो । त्यसबेलासम्म दर्शन धार्मिक आस्थाबाट त्यति प्रभावित थिएन । पछि सेन्ट अगस्टिन (St. Augustine) ले पश्चिमेली दर्शनलाई ईश्वरससँग जोडे । त्यसपछि निरन्तर रुपमा क्रिश्चियन धर्मबाट पश्चिमेली सभ्यता प्रभावित भएको छ । तथापि विज्ञान, गणित तथा व्यवहारवादी प्रगतिशील पथमा पनि पश्चिमी दर्शन अब्बल साबित हुँदै आएको छ ।

## पूर्वीय चिन्तन परम्परा र भइरहेको अभ्यास (Oriental Thinking Tradition and Ongoing Practice)

पूर्वीय चिन्तन परम्परा एसियाको दर्शन, धर्म तथा संस्कृतिबाट अत्यन्त प्रभावित छ । खासगरी पूर्वीय दर्शन हिन्दु धर्म दर्शन, बौद्ध धर्म दर्शन, कन्फ्युसियस र ताओवादबाट प्रभावित छ । सबै पूर्वीय दर्शनहरू एक अर्कामा भिन्न भएतापनि धेरै कुरामा समान छन् ।

### हिन्दु धर्म दर्शन (The Hindu Philosophy)

वेद ५००० वर्षभन्दा अगाडि लेखिएको धर्म ग्रन्थ हो । यसले मानवजीवनका चार प्रमुख पक्षहरूलाई यसको चार खण्डमा समेटेको छ ।

हिन्दु सनातन धर्म पूर्वीय दर्शनको सबैभन्दा पुरानो दर्शन मानिन्छ । हिन्दु दर्शन वेद, गीता, रामायण र अन्य पवित्र ग्रन्थमा आधारित छ । यसको लेखन कुन समयमा भयो भन्ने एकीन नभएतापनि ५००० वर्ष अगाडि नै भएको भन्ने विश्वास गर्ने गरिन्छ । हिन्दु धर्मको सबैभन्दा पुरानो धर्मग्रन्थ वेद मानिन्छ । वेद संस्कृत भाषामा लेखिएको छ । यसमा चार खण्ड छन् । ऋगवेद, यजुर्वेद, सामवेद र अथर्ववेद हुन् ।

१. **ऋगवेद (Rig Veda):** ऋगवेद वेदको पहिलो खण्ड हो । ऋगवेदका श्लोकहरूमा व्रह्माण्डको भौगोलिक अवस्थाको बारेमा वर्णन गरिएको छ । यसमा देवी देवताको प्राथनाको साथै चिकित्सा शिक्षाको पनि ज्ञान प्रदान गरिएको छ ।

२. **यर्जुर्वेद (Yazur Veda):** यजुर्वेदमा व्रह्माण्डको तत्त्वज्ञान वर्णन गरिएको छ । यसले धार्मिक तथा पवित्र कार्य गर्ने विधि सिकाउँदछ । संस्कृत भाषामा यजुरको अर्थ पूजा वा त्याग र वेदको अर्थ ज्ञान भन्ने हुन्छ । यर्जुवेदमा यज्ञका विधिहरू र यज्ञमा प्रयोग हुने मन्त्रहरू समावेश गरिएका छन् । यज्ञ बाहेक यर्जुवेदमा दर्शनको वर्णन गरिएको छ । तत्त्व ज्ञान, आत्मा र भगवानको बारेमा समेत यसमा उल्लेख गरिएको छ । यसरी यर्जुवेदलाई पूजा वा प्रार्थनाको ज्ञानको सङ्कलनको रुपमा व्याख्या गरिन्छ ।

३. **अथर्ववेद (Atharva Veda):** अथर्ववेदलाई अन्य तिन वेदभन्दा भिन्न मानिन्छ । यसलाई व्रह्मवेद पनि भनिन्छ । यसमा देवी देवताको स्तुति, जादु तथा चमत्कार सम्बन्धी सूत्र, चिकित्सा विज्ञान इत्यादिको बारेमा लेखिएको छ ।

४. **सामवेद (Sam Veda):** सामवेदलाई भजनको वेद पनि भनिन्छ । यसमा ऋगवेदमा

रहेको श्लोकहरू र मन्त्रहरू सङ्गीतको रुपमा व्यक्त गरिएको छ । यस वेदलाई संगीतको मूलको रुपमा लिइन्छ ।

वेदको अनुसार मानिसका तीन प्रमुख गुणहरू: सत्त्वगुण, रजगुण र तमोगुण हुन्छन् ।

वेदलाई ईश्वर वा भगवानको स्वर वा शब्द मानिन्छ । वेदमा मानिसका तीन गुणहरू व्याख्या गरिएका छन् ।

१. **सत्त्वगुणः** सत्व भनेको सत्यता, निर्ममता र सद्‌गुण हुन् । यसले मानिसलाई भगवानप्रति पूर्ण रुपमा समर्पित हुन प्रेरणा प्रदान गर्दछ । कर्म गर्न तर यसको फलप्रति लालयित नहुन सिकाउँदछ ।

२. **रजगुणः** रजगुण भनेको माया, प्रेम, धन, दौलत, धोका जस्ता मानवीय गुणहरू हुन । यसलाई त्याग्न सके वा यो भन्दा माथि उठ्न सके मात्र भगवानसँग साक्षात्कार गर्न सकिन्छ ।

३. **तमोगुणः** तमोगुणले अल्छी, मोह, आलस्यता, निन्द्रा, मस्ती जस्ता विकृत गुणहरूलाई जनाउँदछ । यस्ता गुण बढी भएका मानिसहरू मुक्ति प्राप्त गर्न सक्दैनन् भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

## गीता (The Geeta)

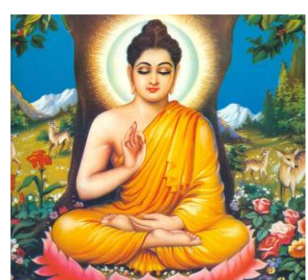
गीताले जीवनको क्षणिकतालाई स्पष्ट पारी कर्मशील बन्न प्रेरित गर्दछ । लोभ, मोह तथा रिसबाट मुक्त हुन उत्प्रेरित गर्दछ ।

गीता हिन्दु धर्मग्रन्थको एक महत्त्वपूर्ण तथा पवित्र ग्रन्थ हो । गीता महाभारतको युद्धमा अर्जुन र कृष्ण बीच भएको कुराकानीमा आधारित छ । गीताले मानिसहरूमा उत्पन्न हुने डर र चिन्तालाई व्यर्थ भनि अर्थ्याएको छ । त्यसैगरी विगतमा भएको घटना जस्तो भए तापनि राम्राका लागि नै भएको र अब जे हुन्छ त्यो पनि राम्रैकै लागि हुने कुरा व्यक्त गर्दछ । यसको अर्थ हामीले वर्तमानमा कर्म गर्नु पर्दछ, भविष्यमा आउने फलप्रति चिन्ता नगर्न उत्प्रेरित गर्दछ । मानिस सदा रित्तो हात जन्मने र रित्तो हात नै मर्ने गर्दछ । तसर्थ बीचमा प्राप्त हुने क्षणलाई विना चिन्ता, लोभ र मोह बिताउनुपर्दछ ।

हिन्दु धर्म दर्शनले ईश्वरको अस्तित्वलाई स्वीकार गर्दछ । यस व्रह्माण्डको सृष्टि व्रह्माले गरे, विष्णुले पालन पोषण गरे र महादेवले संहार गरे भन्ने धारणा हिन्दुधर्म ग्रन्थमा अभिव्यक्त भएका छन् । त्यसैगरी हरेक प्राणीले आफ्नो कर्मसँगै ईश्वरको भक्ति वा प्रार्थना गर्नुपर्दछ भन्ने मान्यता राख्दछ ।

## बौद्ध धर्म दर्शन (The Buddhist Philosophy)

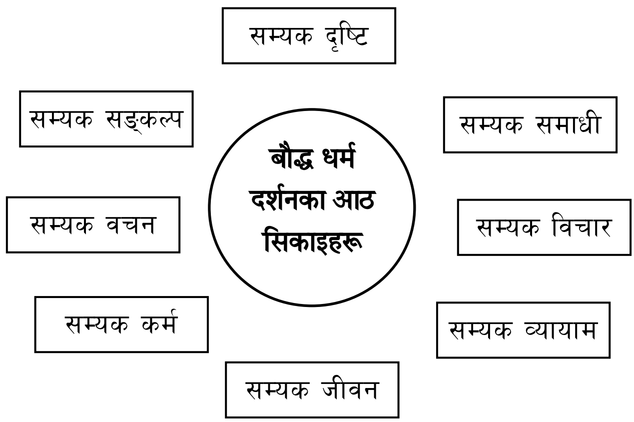
गौतम बुद्धको शिक्षाले बौद्ध धर्मको विकास भयो ।



आजभन्दा करिब २५०० वर्ष अगाडि गौतम बुद्धको जन्म भएको थियो । गौतम बुद्धले लामो तपस्या र साधनापछि ज्ञान प्राप्त गरे र उनको वाणीबाट बौद्धधर्म स्थापित भयो । बौद्ध धर्म नेपाल, भारत, चीन, जापान, कोरिया लगायत अन्य दक्षिण एसियाली मुलुकमा फैलिएको छ । बौद्ध धर्म दर्शन नैतिक दर्शन हो । यो दर्शन गौतम बुद्धको शिक्षा र उपदेशमा आधारित छ । बौद्ध दर्शनको आधार प्रतीत्य

समुत्पाद हो । यस सिद्धान्तअनुसार कुनै पनि घटना बिना कारण हुँदैन । बौद्ध धर्म दर्शनले चार सत्यलाई स्वीकार गरेको छ । यसलाई आर्यसत्य पनि भनिन्छ ।

- **दुःख सत्यः** संसारमा दुःख छ ।
- **समुदय सत्यः** दुःखको कारण छ । जुन गलत इच्छा र अज्ञानसँग जोडिएको छ ।
- **निरोध सत्यः** दुःखको निरोध गर्न सकिन्छ । त्यो निर्वाण हो ।
- **मार्ग सत्यः** दुःख निवारण गर्ने उपायहरू छन् ।




बौद्ध धर्मले ईश्वरको अस्तित्वलाई स्वीकार गर्दैन तर आत्माको अस्तित्वलाई भने स्वीकार गर्दछ ।

## कन्फ्युसियस (Confucius)

कन्फ्युसियस धर्मभन्दा बढी विचारधारा र जीवनशैली हो। पूर्वीय समाजमा कन्फ्युसियसको चिन्तन बेजोड रुपमा अङ्गीकार गरिन्छ।

कन्फ्युसियस ५५१ इसापूर्व मा जन्मिएका थिए भने उनको मृत्यु ४७९ इसापूर्वमा भएको थियो । उनैले अपनाएको जीवन पद्धति र चिन्तन राजनीतिक तथा धार्मिक दर्शन बन्न पुग्यो । उनले चिनियाँ सभ्यतालाई पुनः जागरण गरे । उनले आफूलाई विचारको आविष्कारकको रुपमा भन्दा पनि प्राचीन ज्ञानलाई नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण गर्ने व्यक्तिको रुपमा दर्शाए । कन्फ्युसियसले आफूलाई सांस्कृतिक मूल्य र सामाजिक मान्यताहरूको निरन्तरताको लागि संरक्षणका पक्षधरको रूपमा प्रस्तुत गरे । तसर्थ कन्फ्युसियस धर्म भन्दा पनि विचार र व्यवहार पद्धति हो । कन्फ्युसियवादले मानव जातिबारे निम्न धारणा राख्दछ ।

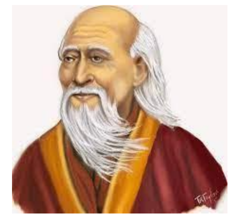
- मानव जातिहरू आधारभूत रुपमा असल छन् ।
- उनीहरूलाई सिकाएर सुधार गर्न सकिन्छ ।
- व्यक्तिगत र सामूहिक प्रयासबाट व्यक्तिलाई पूर्ण बनाउन सकिन्छ ।
- नैतिक गुणले संसार बदल्न सकिन्छ ।

- मानव जीवनको अन्तरक्रिया पवित्र हुन्छ ।

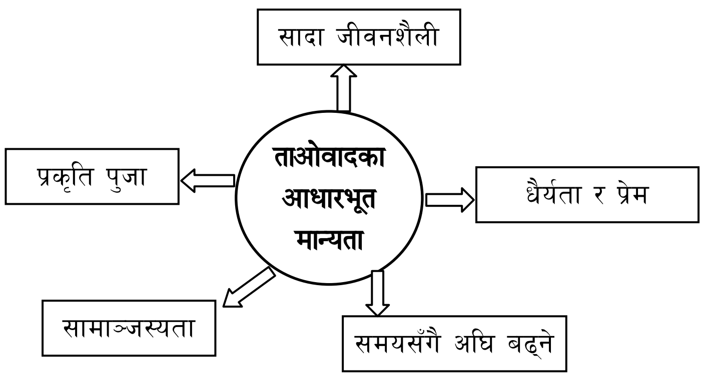
कन्फ्युसियसवादले चीन, जापान र कोरिया लगायतका देशहरूमा ठूलो प्रभाव पारेको छ ।

## ताओवाद (Taoism)

ताओवादले मानिसलाई प्रकृति प्रेम, वर्तमानमा जिउन र जीवनको वास्तविक मूल्य अनुभव गर्न उत्प्रेरित गर्दछ।



ताओवादलाई दाओवाद (Daoism) पनि भनिन्छ । यसका संस्थापक लाओत्सु हुन् । यस धर्मदर्शनले चिनियाँहरूको जीवनमा ठूलो प्रभाव पारेको छ । यस दर्शनले जीवनलाई सहज ढङ्गले व्यतित गर्न प्रेरित गर्दछ । यसले जीवनमा कुनै निश्चित परम्परा वा अनुशासनभन्दा बेफिक्री आनन्दमा रमाउनु पर्दछ भन्ने सिकाउँछ । यसले प्रकृतिसँग कसरी सामाञ्जस्य (harmony) भएर बस्ने भन्ने सिकाउँदछ ।




ताओवादको महत्त्व र उपयोगिता तत्कालीन समाजमा आज भन्दा बढी सान्दर्भिक महशुस गरीन्छ । पूर्वीय सभ्यतामा माथि उल्लेखित गरिएका बाहेक अन्य धर्म दर्शन पनि छन् । तर मूल रुपमा पूर्वीय चिन्तन प्रणालीमा यिनै दर्शनको ठूलो प्रभाव छ ।

## पूर्वीय दर्शनको सार (Gist of Oriental Philosophy)

पूर्वेली दर्शन मानव अस्तित्व प्रधान, ज्ञान प्रधान र योग प्रधान छ । यसले समस्त चेतनाको कुरा गर्दछ । मानव चेतना यो अस्तित्वको एउटा सानो अंश मात्र हो भन्ने कुरा विश्लेषण गर्दछ । हिन्दु धर्म दर्शनले पुर्नजन्म, कर्म र मोक्षमा जोड दिन्छ । मोक्ष प्राप्ति नै जीवनको मूल खोज मान्ने गरिन्छ। आधारभूत सिद्धान्तको रुपमा अहिंसा, गुरुको सम्मान, 'ॐ' शब्दको महत्त्व र उच्चारण, मन्त्रको शक्ति र ईश्वरको अस्तित्वलाई मान्नु हो । यी तमाम सत्यलाई अंङ्गीकार गर्ने व्यक्तिले नित्य सत्य प्राप्त गर्दछ भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

गौतम बुद्धले इश्वरको बारेमा धेरै विचार दिएको पाइदैन । मूलत बौद्ध धर्म दर्शन कर्ममा विश्वास गर्दछ । अर्थात् कारण र असर एक अर्कामा अन्तरसम्बन्धित छन् । आज जे घटना घट्छ त्यो हाम्रो विगतको कर्ममा निर्भर रहन्छ । मानवको लक्ष्य भनेको निष्कर्म हुन सक्नु हो । अर्थात् निस्काम हुन सकेमा मात्र हामी जन्म र मृत्युको चक्रबाट मुक्ति पाउन सक्दछौं ।

## पाश्चात्य चिन्तन परम्परा र भइरहेको अभ्यास (Occidental Philosophy and its Practice)

प्राचीन ग्रिसबाट सुरुवात भएको पाश्चात्य चिन्तनले पश्चिमेली सभ्यतालाई धेरै प्रभावित पाऱ्यो ।

यूरोप र अमेरिकी जगतलाई पश्चिमेली जगत भनिन्छ । पाश्चात्य चिन्तन परम्परामा ग्रीसेली सभ्याताको ठूलो योगदान छ । ग्रीसको सभ्यता इ.पू. १२ सय वर्ष अघिबाट सुरु भएको मानिन्छ । प्राचीन ग्रीसमा कवि होमर (Homer) ले इलियड र ओडेसी जस्ता प्रख्यात महाकाव्यहरू रचना गरेका थिए । लगभग इ.पू. ५०० वर्ष अघिसम्म आइपुग्दा ग्रीसले धर्म, दर्शन, राजनीति तथा विज्ञानमा ठूलो प्रगति गऱ्यो । ग्रीसमा त्यसताका सुकरात, प्लेटो र अरस्तु जस्ता महान् दार्शनिकहरूको योगदान थियो । ग्रीस पछि रोमन सभ्यतामा ठूलो क्रान्ति आयो । सेन्ट अगस्टिन (St. Augustine), हिपासिया (Hypatia), लुसियस अनाकस सेनेका (Lucius Annacus Seneca) लगायतले यसमा योगदान दिए ।

पाश्चात्य दर्शन पाश्चात्य जगतमा अभ्यासमा रहेका धर्म, गणितशास्त्र र राजनीतिबाट प्रभावित छ । क्याथोलिक(इसाई) धर्मले युरोपेली जगतमा ठूलो प्रभाव पाऱ्यो । खासगरी सन् ४०० देखि १४०० सम्म यसले मानवीय जीवन प्रणालीमा गहिरो प्रभाव पाऱ्यो । चर्चका पादरीहरूले बाइवल प्रमुख धर्मग्रन्थको रुपमा प्रयोग गरे ।

पश्चिमेली सभ्यतामा आएको पूर्नजागरणले युरोपमा औद्योगिक तथा राजनीतिक क्रान्ति ल्यायो ।

पाश्चात्य दर्शनमा १५ औं शताब्दिदेखि पुनर्जागरणको युग प्रारम्भ भयो । यसले ग्रीस र रोमन सभ्यताको मर्मलाई पुर्नस्थापना गरी ज्ञान, विज्ञान, कला, साहित्य तथा अन्य मानवीय जीवनका विविध पक्षमा पुनर्ताजगी गऱ्यो । लियो नार्दोदा भिन्ची, गिर्ल्वट, न्यूटन, कोपर्निकस जस्ता वैज्ञानिकहरूकले परम्परागत गलत मान्यतालाई चुनौती दिदै विभिन्न आविष्कार गरे । त्यसैगरी १८ औँ शताव्दीमा युरोपमा औद्योगिक क्रान्ति भयो । त्यसपछि पश्चिमेली समाज सामन्तवादबाट पुँजीवादमा प्रवेश गऱ्यो । पहिलो र दोस्रो युद्धको अन्त्यसँगै पश्चिमी जगतमा प्रजातन्त्र, धर्म निरपेक्षता, सङ्घीयता जस्ता राजनीतिक प्रणालीको विकास भयो ।

तुलनात्मक हिसाबले प्राचीन पश्चिमेली सभ्यतामा महिला र पुरुषमा समानता थियो तर इसाइकरण पश्चात् लैङ्गिक विभेद बढ्यो तर दोस्रो विश्वयुद्धपछि महिला अधिकार र समानताको प्रत्याभूति राज्यको प्रमुख दायित्व भएको छ ।

पाश्चात्य चिन्तन परम्परालाई दुई खण्डमा विभाजन गर्न सकिन्छः क्राइस्ट अघि र पछि । क्राइस्टको समयभन्दा अगाडिको पाश्चात्य स्थिति फरक थियो । त्यहाँ महिला र पुरुषहरूको बराबरी भूमिका हुन्थ्यो । उनीहरूले बराबरी काम गर्ने गर्दथे । अलि धेरै बल लगाउनु पर्ने काममा पुरुषहरू अग्रसर हुन्थे । कामहरूका लागि खासै लैङ्गीक विभाजन थिएन । महिलालाई भित्र मात्रै काम लगाउने हुदैनथ्यो । महिलालाई अग्रगमनमा सहभागी गराइन्थ्यो । उनीहरू हरेक काममा सशक्त ढङगले अगाडि बढ्थे । हरेक निर्णयमा उनीहरूको अहम भूमिका वा अहम् स्थिति हुन्थ्यो । महिलाहरू राम्रो स्थितिमा रहन्थे । महिला र पुरुषहरू आ-आफ्नो भाषा, स्थिति अनुसार अगाडि बढ्दथे । त्यहाँ टोल अनुसार स्थिति फरक हुन्थ्यो । तर इसाई युग सुरुवात भएपछि कुरा फरक हुन थाल्यो । हरेक क्रियाकलापमा इसाइकरण गरियो । सबै मानिसहरू इसाइ बनिसकेपछि बाइबल अनुसार जीवन पद्धति सुरुवात भयो । महिला र पुरुषमा विभेद सुरु भयो । महिलाहरू चुलो चौकोमा सीमित गरिए । महिलाहरूको

भूमिका विस्तारै साँगुरिँदै गए । उनीहरूको वर्चश्व हट्दै गयो । पुरुषहरू हरेक निर्णयमा एकलौटी गर्न थाले । उनीहरूले सबै सम्पति आफ्नो हातमा लिए । हरेक किसिमको काममा पुरुषहरूको बोलबाला चल्न थाल्यो । विस्तारै महिला र पुरुषबीचको खाडल बढ्दै गयो । पछिल्लो समयमा खासगरी दोस्रो विश्वयुद्ध पछि यी सम्पूर्ण विभेदहरू तोडिन थाले । महिलाहरूलाई शिक्षा, सेना, प्रहरी तथा अन्य क्षेत्रमा उचित स्थान दिन थालियो । महिला अधिकारको सुनिश्चितता गर्न थालियो । कार्लमाक्सले भने जस्तै सम्भ्रान्त सर्वहारा वर्ग मात्र नभएर मध्यम वर्गको पनि उदय भयो । उनीहरूले समाजमा द्वन्द्वको स्थितिलाई कम गर्दै लगे । पाश्चात्य जगतमा विशेषगरी समाजवादले अहम भूमिका निर्वाह गर्न थाल्यो । त्यहाँ कम्युनिष्ट मन नपराए पनि समाजवादलाई खुव मन पराउँदछन् । राज्य र निजी क्षेत्रको सम्लग्नतामा राम्रो स्थिति कायम गरिएको छ । सामजिक सुरक्षालाई विशेष जोड दिइएको छ ।

## दर्शन र यसको उपयोग (Philosophy and its Implication)

पूर्वीय दर्शनको पाश्चात्य दर्शनसँग जहिले पनि उस्तै लक्ष्य रहेको छ । दुबै दर्शनको लक्ष्य हामीलाई समझदार, कम चिन्तित, बढी विचारशील र हाम्रो जीवनको कदर गर्न सक्ने बनाउनु हो। यद्यपि यसका बारे जान्ने तरीका अनौठो तरीकाले फरक छ। पूर्वमा, दर्शनशास्त्रले चिया पिउने समारोहहरू, बाँसको जङगलहरूमा हिंड्ने, नदीहरूको विचार तथा फूलको आयोजन गर्ने विधिहरू सिकाएको छ । यी कुराहरूलाई मध्य नजर गर्दै यहाँ पुर्वीय र पाश्चात्य दर्शनका केही जीवन उपयोगी कुराहरूलाई केलाउन कोशिश गरिएको छ । पश्चिमी दर्शन: पश्चिमी दर्शन जिज्ञासाबाट उत्पन्न भएको हो। त्यसैले, पश्चिमी दर्शनको लक्ष्य भनेको जिज्ञासालाई शान्त गर्नु र बौद्धिक सन्तुष्टि प्रदान गर्नु हो । यही कारणले पश्चिमी दर्शनको विकासमा ढिलाइ भए पनि अधिक मानिसले सिक्दै जाने मौका पाएका हुन् । यहाँ कुनै शिष्य परम्परा वा विभिन्न दार्शनिकहरूको संप्रदाय नभएकाले हेर, गर र सिक भन्ने भवनाअनुसार नै सिकारूले स्वच्छन्दरुपले सिक्न पाएका हुन् । उदाहरणको लागि डेस्कार्ट, स्पिनोजा, लाइबनिट्ज आदि क्रमिक रूपमा लिन सकिन्छ । ऊनीहरूले जीवन र विश्वको सन्दर्भमा आफ्नो दर्शन प्रस्तुत गरेर जिज्ञासालाई सन्तुष्ट पार्न कोशिस गरि अनेकौं सिकारुलाई स्वस्फूर्त रुपले सिक्ने मौका प्रदान गरिदिए । पश्चिमी दार्शनिकहरूले कुनै खास जीवन शैली वा मार्ग निर्धारण नगरी मनिसलाई आआफ्नो सोच अनुसारको जीवन ब्यतित गर्न प्रोत्साहित गरे । पाश्चात्य दर्शनमा आध्यात्मिक भावना कम भए पनि बौद्धिक महत्त्व बढी छ ।

भारतीय दर्शन: भारतीय दर्शन केवल जिज्ञासाबाट उत्पन्न भएको नभई एक व्यावहारिक समस्याबाट उत्पन्न भएको हो। यो समस्या जीवन र संसारमा व्याप्त असीम दुःखबाट छुटकारा पाउनको लागि हो। यही कारण हो कि जब सर्वोच्च तत्त्व प्राप्त हुन्छ तब कष्टहरू पूर्ण रूपमा नष्ट हुन्छन् । यो एक हिसाबले व्यवहारमा ल्याउनु पर्छ। विभिन्न दर्शनहरूले मुक्ति प्राप्तिको मार्ग देखाउँदछन्। यहाँ भिन्न भिन्न दर्शनहरूको समानान्तर परम्परा छ जुन उनीहरूको साझा मर्म हो। दर्शनहरू खण्डनको क्रममा विकसित हुँदै र र फस्टाउदै गएका छन् । भारतीय दर्शनले जीवनको एउटा विशेष तरीका प्रस्तुत गर्दछ। यसबाट आचरणको

उच्चतम लक्ष्य हासिल गर्न सकिन्छ । यस दर्शन अनुसार आध्यात्मिक अनुभवको महत्त्व अधिक छ । चिनीया, जापानी तथा भियतनामी दर्शन : यी दर्शनले निरासा हटाइ हासीखुशी बाच्न सिकाउछ । परोपकार, दया वा कोमलता बौद्ध धर्मको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण विचार हो। बौद्ध धर्मले यस दृष्टिकोणलाई बढावा दिन दैनिक अनुष्ठान/ ध्यान गर्न ध्यानाकर्षण गर्दछ । गुय्यानिन पूर्वी एसियाली बौद्ध धर्ममा एक सन्त महिला हुन् जुन कृपा, करुणा र दयाको सारथी थिइन् । उनीले थाकेका, धोका दिइएका, असजिलोमा परेकालाई सरल र सामान्य जीवन बिताउन मद्दत गर्दछिन् । वू वी एक (चिनियाँ) शब्द हो जुन दाउजवादको दर्शनको मुटु हो र यसले हमीलाई निरन्तर प्रयास गर्न सिकाउछ । पूर्वी एसियालाई बाँस सभ्यता भनिएको छ । यस अनुसार हामीले जीवनलाई बास जसरी निहुरिन र सिधा हुन जान्ने बनाउछ । सोह्रऔं शताब्दीदेखि जापानमा जेन बौद्ध दर्शन शुरु भयो जसानुसार फेरि हामी एकसाथ बस्न सक्छौं र अझै पनि हाम्रो स्पष्ट त्रुटिहरूको बावजुद प्रेमील भएर रहन सक्छौं भन्ने पाठ सिकाउछ ।

## कक्षा क्रियाकलाप

१. तपाईंले आफ्नो घर तथा परिवारबाट के–कस्ता व्यवहारिक सिपहरू सिक्नु भएको छ ? के ति सिपहरूबाट तपाई जीविकोपार्जन गर्न सक्नुहुन्छ ? कक्षामा छलफल गर्नुहोस्।

२. तपाईले कुनै धर्म ग्रन्थ अध्ययन गर्नु भएको होला। गर्नु भएको छैन भने अध्ययन गर्नुहोस् र आफ्ना मनमा लागेको विचारहरू लेखी विद्यालयको सूचना वोर्डमा प्रकाशन गर्नुहोस्।

## अभ्यास EXERCISE

### धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. पूर्वीय चिन्तन के बाट प्रभावित छ ?

२. बौद्ध धर्म दर्शनको सार लेख्नुहोस् ।

### छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. इसाई धर्म दर्शनले पाश्चात्य चिन्तनमा पारेको प्रभाव लेख्नुहोस् ।

२. पूर्वेली दर्शनको मूल सार विवेचना गर्नुहोस् ।

### लामो उत्तर दिने प्रश्न

१. बौद्ध दर्शनको संक्षिप्त परिचय दिँदै यसले पूर्वीय दर्शनमा दिएको योगदान चर्चा गर्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य (Project Work)

तपाईको समुदायमा २० देखि ३० वर्ष समूहका युवायुवतीहरूमध्ये करिब १० देखि २० जनालाई भेट्नुहोस् । उनीहरूले प्राप्त गरेको व्यवहारिक सिपहरू पत्ता लगाई एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

# एकाइ २

# जीवनोपयोगी सिप र अनुसन्धान सिप

## (Life Skill and Research Skill)

**यस एकाइको अन्त्यमा विद्यार्थीहरूले निम्नलिखित कुराहरू सिक्नेछन् :**

- अनुसन्धानको परिचय दिन,
- आफ्नो लेखमा अरुको सामग्री प्रतिलिपी अधिकार हनन् नहुने गरी प्रयोग गर्न,
- सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षामा प्रयोग हुने विधि, तथ्याङ्क, सूचनाको परिचय र अन्तरसम्बन्ध बताउन,
- सामाजिक अध्ययनमा सहसम्बन्ध तथा कार्यकारण सम्बन्धको अवधारणा बताउन र प्रयोग गर्न,
- अध्ययन प्रस्तावना तयार गर्दा ध्यानदिनुपर्ने पक्षहरू बताउन र अध्ययन प्रस्तावनाको सामान्य खाका कोर्न,
- सामाजिक अध्ययनका लागि समस्याको पहिचान र अध्ययन विधिको चयन गर्न,
- सामाजिक अध्ययन र जीवनोपयोगी शिक्षामा तथ्याङ्क संकलन एवम् विश्लेषणका साधनको प्रयोग र प्रस्तुति गर्न,

### एकाइ परिचय (Introduction to the Unit)

सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षाको अध्ययन तथा अध्यापन गर्दा विविध अनुसन्धान विधिहरू प्रयोग गरी सूचना तथा तथ्याङ्क संकलन र त्यसको उपयुक्त ढङ्गले प्रस्तुतीकरण गर्न सक्नु पर्दछ । अनुसन्धान एक वैज्ञानिक प्रक्रिया हो । यसले सत्य तथा तथ्यको खोजी गरी समस्या समाधान गर्न सहयोग गर्दछ । सामाजिक अध्ययनमा अनुसन्धानको लागि निम्न विधिहरू प्रयोग हुन्छ ।

१. छलफल विधि,
२. वर्णनात्मक विधि,
३. सर्वेक्षण,
४. अवलोकन,
५. विश्लेषणात्मक विधि,
६. अनुभवमा आधारित सूचना प्राप्त गर्ने विधि,

अध्ययनबाट प्राप्त सूचनालाई गुणात्मक र परिमाणात्मक गरी सूचनालाई दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ । परिमाणात्मक र गुणात्मक सूचनालाई प्रस्तुत गर्ने तरिकाहरू पनि भिन्न छन् । त्यसैगरी अनुसन्धान गर्नका लागि अनुसन्धान प्रश्तावना तय गर्नु पर्ने हुन्छ । अनुसन्धानमा अन्य व्यक्तिको लेख तथा रचना साभार गर्दा निश्चित पद्धति अपनाउनु पर्दछ । अध्ययन प्रश्तावनाको संरचना संस्थाअनुसार पृथक हुन सक्दछ । सामाजिक सूचना तथा तथ्याङ्क संकलनका लागि गुगल सर्वे फर्म, सामाजिक सञ्जाल र कमर्सियल सफ्टवेयर जस्ता आधुनिक संयन्त्र तथा साधन पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । त्यसैगरी डाटा इन्ट्री, तालिका, ग्राफ लगायतका माध्यमबाट तथ्याङ्कलाई उत्कृष्ट ढङ्गले प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

# पाठ १
# सामान्य अनुसन्धान विधि
# (General Research Method)

**पाठ चिनारी :** समाजमा रहेका तमाम समस्या समाधानका लागि अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्नुपर्दछ । सामाजिक अध्ययन अनुसन्धानका विभिन्न विधिहरू जस्तैः सर्वेक्षण, छलफल, वर्णनात्मक विधि, अनुभवमा आधारित सूचना प्राप्त गर्ने विधि, आगमन, निगमन र सामान्यीकरण यसका केही उदाहरणहरू हुन् ।

## अनुसन्धानको परिचय (Introduction to Research)

अनुसन्धान शुद्ध ज्ञान प्राप्त गर्न निरन्तर चलिरहने सिर्जनात्मक कार्य हो ।

कुनै कुरा खोज्ने वा पत्ता लगाउने कामलाई अनुसन्धान भनिन्छ । मानिस स्वभावैले जिज्ञासु र सिक्नलाई प्रयत्नशील प्राणी हो । हामी हरेक दिन केही न केही कुरा सिकिरहेका हुन्छौँ । सिक्नका लागि हामी विभिन्न तरिकाहरू प्रयोग गर्दछौँ । यसका लागि अवलोकन गर्ने, अध्ययन गर्ने, प्राप्त ज्ञान वा तथ्यलाई विश्लेषण गर्ने इत्यादि गर्दछौ । अनुसन्धान नयाँ ज्ञान प्राप्ती वा प्राप्त ज्ञानलाई शुद्ध बनाउनका लागि गरिने नियम सङ्गत अध्ययन हो । अनुसन्धान भनेको नयाँ ज्ञानको सृष्टि गर्नु विद्यमान ज्ञानलाई सिर्जनात्मक ढङ्गले प्रयोग गरी नयाँ अवधारणा, विधि र बुझाइ निर्माण गर्नु हो । अनुसन्धानले समस्याको जडमा पुगि उक्त समस्या हल गर्न सहयोग गर्दछ ।

### अनुसन्धानको परिभाषा (Definitions of Research)

*Research is a systematic inquiry to describe, explain, predict, and control the observed phenomenon . It involves inductive and deductive methods.* (अनुसन्धान अवलोकन गरिएको घटनाको व्याख्या, वर्णन, भविष्यवाणी र नियन्त्रण गर्नको लागि गरिएको प्रणालीबद्ध खोज हो । यसमा आगमन र निगमन दुवै विधि प्रयोग गरिन्छ ।) ***– Earl Robert Babbie***

*Research is a structured inquiry that utilizes acceptable scientific methodology to slove problems and creates new knowledge that is generally applicable.* (अनुसन्धान एक संरचनात्मक खोज हो जसले स्वीकार्य वैज्ञानिक विधिको प्रयोग गरी समस्याको समाधान गर्दै नयाँ ज्ञानको सिर्जना गर्दछ जुन सामान्यतया प्रयोग योग्य हुन्छ ।) ***– Grinneal***

*A collection of methods and methodologies that researchers apply systematically to produce scientifically based knowledge about the social world.* (अनुसन्धान विधि र विधिहरूको एक सङ्कलन हो जुन अनुसन्धान कर्ताहरूले सामाजिक दुनियाँको बारेमा व्यवस्थित ढङ्गले अध्ययन गरी वैज्ञानिक ज्ञान उत्पादन गर्न प्रयोग गर्दछन् ।) ***– Neuman***

## सामाजिक अध्ययनमा प्रयोग हुने अनुसन्धान विधिहरू

## (Research Methods for Research in Social Studies)

छलफल विधि सामूहिक प्रयासबाट निष्कर्ष निकाल्ने अध्ययन विधि हो ।

सामाजिक अध्ययन सामाजिक विज्ञानका विभिन्न विषयहरूलाई एकीकृत गरेर समाजको वृहत पक्षलाई गतिशील ढङ्गले अध्ययन गर्नका निम्ति तयार गरिएको विषयवस्तु हो । यस विषयको अध्ययन केवल लिखित पाठ्यपुस्तक अध्ययनबाट मात्र सम्भव हुदैन । यसका लागि विभिन्न अन्तरक्रियात्मक विधिहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

१. **छलफल विधि (Discussion Method):** सामाजिक अध्ययन  अध्ययन गर्दा शिक्षक र विद्यार्थीहरूबिच, विद्यार्थी विद्यार्थीविच तथा विद्यार्थीहरू समाजमा गएर विभिन्न व्यक्तिहरूसँग छलफल गर्न सक्दछन् । छलफल विधिमा विद्यार्थीहरू एक आपसमा आफ्ना अनुभव, धारणा तथा दृष्टिकोण साटासाट गर्दछन् । छलफल विधिले हामीलाई कुनै पनि विषयवस्तुमा धारणा निर्माण गर्नका लागि मद्दत गर्दछ । छलफल विधिमा सहभागीले विभिन्न प्रकारका विचारहरू व्यक्त गर्दछन् । एकअर्काको भनाइको विश्लेषण गर्दछन् । छलफल विधिमा शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई स-साना समूहहरूमा विभाजन गरी कुनै बहसको विषय दिएर त्यसको निचोड निकाल्न लगाउँदछ ।

**छलफल विधिका फाइदाहरू (Advantages of Discussion Method)**

- यस विधिले शिक्षण भन्दा पनि सिकाईमा जोड दिन्छ ।
- यसले प्रजातान्त्रिक आचरणको विकास गर्दछ ।
- कक्षामा रहेका सबै विद्यार्थीको सहभागिता रहन्छ ।
- सिकाइ रचनात्मक र चाखलाग्दो हुन्छ ।
- सबै सहभागीहरूले सिकाइमा समान अवसर प्राप्त गर्न सक्दछन् ।
- आफ्ना विचार व्यक्त गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।

**छलफल विधिका सीमितताहरू (Limitations of  Discussion Method)**

- साना कक्षाहरूमा छलफल विधि उपयुक्त हुन सक्दैन ।
- सबै विषयवस्तुमा छलफल उत्तिकै प्रभावकारी हुँदैन ।
- यो विधिमा धेरै समय खर्च हुन्छ ।
- छलफलको विषयमा आधारभूत ज्ञान नभएको विद्यार्थीहरूलाई सहभागी गराउन सम्भव हुँदैन ।
- सबै सहभागीले छलफलबाट उत्तिकै फाइदा लिन सक्दैनन् ।
- निश्चित सहभागीले छलफलमा बढी समय लिन सक्दछन् ।
- विद्यार्थी शिक्षकको नियन्त्रण बाहिर जान सक्दछन् ।

सर्वेक्षण वैज्ञानिक र व्यवस्थित तवरले मानिसहरूको धारणा लिई समसामयिक विषयमा गरिने अध्ययन हो ।

२. **सर्वेक्षण (Survey):** सर्वेक्षण भन्नाले विभिन्न प्रश्नहरू निर्माण गरी कुनै पनि विषयवस्तुको सन्दर्भमा मानिसहरूको धारणा बुझ्ने एक प्रक्रिया हो । यो साधारणतया समसामयिक विषय वा घटनामा सम्बन्धित भएर गरिने अध्ययन तथा अनुसन्धान विधि हो । यसमा आवश्यकतालाई मध्यनजर गरेर तथ्याङ्को सङ्कलन तथा मूल्याङ्कन

गरिन्छ । तसर्थ सर्वेक्षण तथ्याङ्कीय विधि हो । पहिले-पहिले सर्वेक्षण गर्दा स्थलगत भ्रमण गर्नुपर्ने बाध्यता हुन्थ्यो तर सूचना प्रविधिको विकासले आज फोनद्वारा तथा इन्टरनेटको माध्यमबाट पनि सर्वेक्षण गर्न सकिन्छ । यस विधिमा ज्ञानलाई अझ प्रखर बनाउन कतिपय सामाजिक घटनाको सन्दर्भमा मानिसहरूको धारणा बुझ्न सर्वेक्षण गर्दछौँ । त्यसैगरी योजना कार्य पूरा गर्न पनि सर्वेक्षण को जरुरी पर्दछ ।

**सर्वेक्षणको विधिको सवल पक्षहरू (Strengths of Survey Method)**

- यो वैज्ञानिक र व्यवस्थित विधि हो ।
- यो छोटो समयमा नै सम्पन्न गर्न सकिन्छ ।
- यो एकदमै लचक विधि हो ।
- सर्वेक्षणबाट प्राप्त परिणामलाई तुलना गर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ ।
- यो एकदमै कम खर्चमा सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।
- भौगोलिक दुरीले गर्दा हुने कठिनाइलाई यस विधिले हटाउन सक्छ ।

**सर्वेक्षण विधिको सीमितताहरू (Limitations of Survey Method)**

- गहन विषयवस्तुको विश्लेषणात्मक अध्ययनमा यो विधि प्रभावकारी हुँदैन ।
- अनुसन्धानकर्ताले गैरजिम्मेवारी प्रदर्शन गर्ने सम्भावना रहन्छ ।
- यसले निश्चित विषयको निश्चित धारणा मात्रै तय गर्न सक्दछ ।
- सहभागीले आफैँ नराम्रो देखिने गरी सत्य नबोल्न सक्दछन् ।
- कुनै प्रश्नहरूको उत्तर प्राप्त नहुन सक्दछ ।

अवलोकन मानव तथा प्राणी व्यवहारको अध्ययन गर्न आवश्यक उपयुक्त विधि हो । यो वास्तविक तथा प्राकृतिक वातावरणमा गर्न सकिन्छ ।

३. **अवलोकन (Observation):** अवलोकन सामाजिक अध्ययनमा विभिन्न प्रकारका जानकारी हासिल गर्न आवश्यक सिप वा विधि हो । सामाजिक अध्ययन एकदमै ठूलो क्षेत्र ओगटेको विषयवस्तु भएकाले एक विधि वा तरिकाबाट मात्र पूर्ण ज्ञान हासिल गर्न सकिदैन । खास गरी मानिसहरूको बानी तथा व्यवहारको अवलोकन गर्नका निम्ति अवलोकन विधिको प्रयोग गर्न सकिन्छ । अवलोकन मानिसको मष्तिष्कले कसरी काम गर्दछ र किन एउटा व्यक्ति एक निश्चित तवरले व्यवहार गर्दछ भन्ने कुरा थाहा पाउन सकिन्छ । अवलोकन प्रत्यक्ष रुपमा ज्ञान प्राप्त गर्न सकिने विधि हो । अवलोकन प्रभावकारी अनुसन्धानका लागि अत्यन्त उपयोगी हतियार हो । यस विधिका सबल र दुर्बल दुवै पक्षहरू छन् ।

**अवलोकन विधिको सबल पक्षहरू (Strengths of Observation Method)**

- यसबाट प्रत्यक्ष रुपमा घटना तथा तथ्याङ्क देख्न सकिने भएकाले यो भरपर्दो र विश्वसनीय विधि हो ।
- यो सरल र सहजै गर्न सकिने विधि हो ।
- यसबाट अशाब्दिक व्यवहारहरू बुझ्न सकिन्छ ।
- वास्तविक तथा प्राकृतिक वातावरणमा अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

- यो अमूर्त विषयहरूको जानकारीको लागि बढी उपयोगी हुन्छ ।

**अवलोकन विधिको सिमितताहरू (Limitations of Observation Methods)**

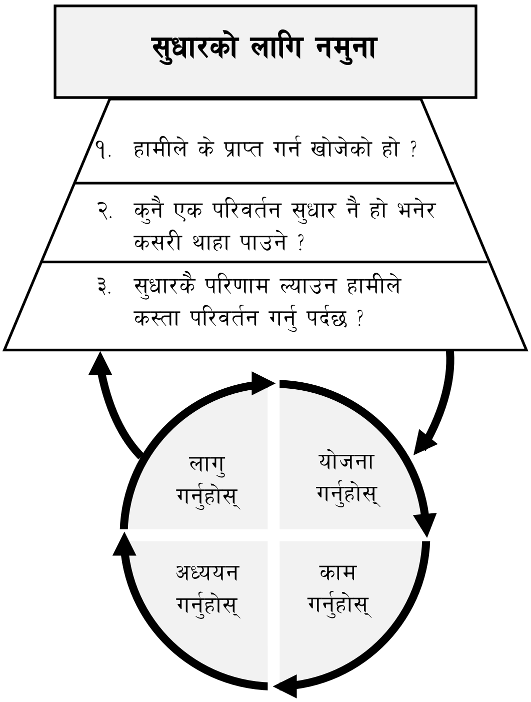
- अवलोकन विधिबाट तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न कठिन हुन्छ ।
- विश्वसनीयताको अभाव हुन्छ ।
- व्यक्तिगत बुझाइमा फरक आउँछ ।
- यो बढी खर्चिलो विधि हो ।
- वैधता जाँच गर्न कठिन हुन्छ ।

यस विधिमा ज्ञातबाट अज्ञात र समस्याबाट समाधानतर्फ उन्मुख भइन्छ ।

४. **विश्लेषणात्मक विधि (Analytical Method):** विश्लेषणात्मक विधि भन्नाले कुनै पनि विषयवस्तुलाई साना-साना टुक्रामा विभाजन गरी तिनीहरूको सुक्ष्म अध्ययन गर्ने प्रणाली हो । यस विधिमा समस्यालाई निराकरण गर्न थाहा भएका तथ्यलाई थाहा नभएका तथ्यहरूसँग तुलना गरेर निचोड निकाल्ने प्रयत्न गरिन्छ । उदाहरणका लागि हामीलाई हाम्रो देशको लोक गीतको बारेमा थाहा छ । यस ज्ञानले हामीलाई अर्को देशको पनि उनीहरूको आफ्नै खालको लोक गीत होला भन्ने अनुमान लगाउन सहयोग गर्छ । यस कारण विश्लेषणात्मक विधि भनेको समस्यालाई उत्खनन् गरी लुकेका कुरालाई बाहिर ल्याउने प्रक्रिया हो । यस प्रक्रियामा हामी के पत्ता लगाउने हो त्यसबाट सुरुवात गर्दछौं । त्यसपछि बाँकी सम्भाव्य नतिजातर्फ उन्मुख हुन्छौं । उदाहरणका लागि एउटा देशले मूल्य वृद्धिको सामना गर्नुपर्ने हुनसक्छ । यस अवस्थामा हामी सबै मूल्य वृद्धिका कारणहरू पहिचान गरी समस्या समाधान तर्फ जान्छौं । विश्लेषणात्मक विधिबाट अनुसन्धान गर्दा केही प्रक्रियाहरू पालना गर्नुपर्ने हुन्छ । ती यस प्रकार छन्:

समस्याको पहिचान गर्ने
↓
उपयुक्त विधि पत्ता लगाउने
↓
परिकल्पनालाई सावित गर्ने प्रक्रियामा जाने
↓
परिकल्पना परीक्षण गर्न प्रयोग गर्ने
↓
प्रयोगलाई प्रस्तुत गर्ने
↓
परिकल्पनालाई स्वीकार, अस्वीकार वा बदल्ने
↓
प्रक्रिया ३, ४, ५ र ६ लाई परिकल्पना स्वीकार नभएसम्म दोहोर्‍याउने
↓
निष्कर्षलाई कार्यन्वयन गर्ने
↓
अवसर आए अनुसार प्रक्रिया सुधार गर्ने

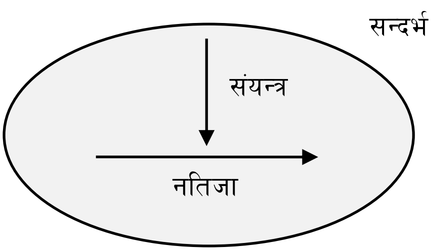
विश्लेषणात्मक विधिको प्रमुख कुरा भनेको उपयुक्त विधि पत्ता लगाउनु हो । मानौंकी हामी कठिन समस्या समाधान गर्न लागिरहेका छौं भने निम्न पद्धतिबाट समस्या निराकरण गर्न सक्छौं ।




१. स्वीकार्य तथा मापनयोग्य उद्देश्यका लागि बातचित गर्ने
२. राम्रो ढाँचाको सूचकहरू उपयुक्त समयमा, पद्धतिको उचित क्षेत्रमा मापन गर्ने
३. यस्ता सूचकहरू जसले पद्धतिको कुन क्षेत्र र कसरी सुधार गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझ्ने

*स्रोत : Langley and Collegues*

तलको नमुनाले विश्लेषणात्मक विधिलाई साधारण तरिकाले बुझ्न सहयोग गर्दछ ।




### यस विधिका प्रमुख फाइदाहरू (Strengths of this method)

- यसले विद्यार्थीमा तार्किक क्षमताको विकास गर्छ ।
- विद्यार्थीहरू यसको सम्पूर्ण प्रक्रियामा भाग लिने भएकाले यसले विषयवस्तु राम्रोसँग बुझाउनलाई सहयोग गर्दछ ।
- यस प्रक्रियामा विद्यार्थी संलग्नतालाई प्रोत्साहित गरिन्छ ।
- यसमा कडा मेहनतको जरुरी पर्दैन ।
- यो मनोवैज्ञानिक विधि हो ।
- यस विधिबाट हुने सिकाइ बिर्सने सम्भावना न्यून हुन्छ ।

- यस विधिबाट अध्यापन गराउँदा शिक्षकले कक्षामा प्रमुख भूमिका खेल्दछ ।
- यस विधिको मद्धतले विद्यार्थीमा खोज्ने कलाको विकास गर्न सकिन्छ ।
- यसले विद्यार्थीमा आत्मविश्वास बढाउँछ ।

**यस विधिका सीमितताहरू (Limitations of this Method)**

- यो बढी समय लाग्ने र खर्चिलो विधि हो ।
- यस विधिमा तथ्यलाई व्यवस्थित पद्धतिमा राखिदैन ।
- सबै विषयवस्तुको लागि यो विधि उपयुक्त हुँदैन ।
- यो विधिमा सबै विद्यार्थीहरू सफल हुँदैनन् (विशेषगरी औषत भन्दा तलका विद्यार्थीहरू) ।

**प्रयोग (Implication):** विश्लेषणात्मक विधि समस्या समाधान गर्ने प्रक्रियाबाट शुरु हुन्छ । यो सामान्य र तुरन्तै प्रयोग गर्न सकिने विधि हो । यसको एउटा प्रमुख उद्देश्य पनि विद्यार्थीमा तर्कको विकास गर्नु हो । यो जटिल समस्याहरू समाधानमा त्यती उपयोगी हुँदैन । यो विधि सामाजिक अध्ययनको भूगोल, अर्थशास्त्र र जनसङ्ख्या जस्ता विषयहरू अध्यापन गराउन उपयोगी हुन्छ ।

५. **वर्णनात्मक विधि (Descriptive Method) :** वर्णनात्मक विधि भन्नाले सूचनालाई वा तथ्याङ्कलाई विभिन्न कोणबाट गरिने व्याख्या तथा वर्णनलाई बुझ्नु पर्दछ । यसले अध्ययन प्रश्नहरू जस्तैः कहिले, कहाँ, के, को आदिको उत्तर खोज्ने कार्य गर्दछ । यस विधिले समस्याको कथनलाई स्पष्ट पार्दछ । यस विधिले उपयुक्त सर्वेक्षण विधि पत्ता लगाई आफ्ना उद्देश्य प्राप्तिमा सहजता कायम गर्दछ । यो विधि सामाजिक अध्ययनमा मात्र नभएर शिक्षा तथा मनोविज्ञानको क्षेत्रमा पनि उत्तिकै प्रभावकारी मानिन्छ । वर्णनात्मक विधिमा अनुसन्धानकर्ताहरू कुनै पनि व्यक्ति, समूह वा अनुसन्धान चरहरूको विशिष्ट विशेषताहरू तथा तथ्यहरूको वर्णन गर्दछन् ।

सामाजिक जीवनसँग सम्बन्धित कतिपय पक्षहरूको सन्दर्भमा विगतमा अध्ययन नभएको हुन सक्दछ । यस्तो अवस्थामा सामाजिक जीवनसँग सम्बन्धित विभिन्न पक्षहरूको जानकारी जनतालाई बताई दिनुपर्ने हुन सक्दछ । वास्तविक र विश्वसनीय विवरण दिन नसकेमा अध्ययन वैज्ञानिक नभएर साहित्यिक मात्र हुन सक्दछ । तसर्थ वर्णात्मक विधिमा तथ्याङ्क संकलनको विधि पनि वैज्ञानिक हुन जरूरी छ ।

**वर्णनात्मक विधिको सबल पक्षहरू (Strengths of Descriptive Methods)**

१. यसले विषयवस्तुको बारेमा गहन र गहिरो ज्ञान दिन्छ ।
२. यो विधिमा गुणात्मक र मात्रात्मक दुबै तथ्याङ्क प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
३. यस विधिले विविध सूचना प्रदान गर्न सक्दछ ।
४. ठूलो सङ्ख्यामा सहभागीबाट सूचना लिइने भएकाले यो विधि निर्णय निर्माणमा उपयोगी हुन्छ ।
५. यो प्राकृतिक वातावरणमा अध्ययन गर्न मिल्ने विधि हो ।
६. यो सस्तो र छोटो समयमा गर्न सकिन्छ ।

**वर्णनात्मक विधिका सीमितताहरू (Limitations of Descriptive Methods)**

१. तथ्याङ्कीय परीक्षणको अभावमा नतिजा पूर्वाग्रही हुन सक्दछ ।
२. यसले कारण बताउन सक्दैन ।
३. यस विधिबाट प्राप्त नतिजा तुलनात्मक रुपले वैधतामा कमी हुन्छ ।
४. यसमा सहभागीहरू अन्दाधुन्ध छनोट गरिने भएकाले नमूना जनसङ्ख्याले सम्पूर्ण जनसङ्ख्यालाई प्रतिनिधित्व नगर्न सक्दछ ।
५. यसले अध्ययन परिकल्पना परीक्षण गर्दैन ।

## स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. समाजको अध्ययनमा विश्लेषणात्मक विधिको उपयोगिताको समिक्षा गर्नुहोस् ।

अनुभवमा आधारित सिकाइ प्रक्रिया भनेको अनुभवबाट ग्रहण गरिने सूचनाबाट गर्ने सिकाइ हो ।

६. **अनुभवमा आधारित सूचना प्राप्त गर्ने विधि (Experience Based Information Acquiring Method):** अनुभवमा आधारित सूचना प्राप्त गर्ने विधि मानिसको अनुभव र विशेष गरी गरेर सिक्ने प्रक्रियासँग सम्बन्धित छ । शिक्षाविदहरूको अनुसार विद्यार्थीको अनुभवसँग सम्बन्धित विषयवस्तु छ भने विद्यार्थीले बढी सिक्न सक्दछन् । कुनै पनि क्रियाकलापले सिकाइलाई व्यक्तिगत बनाउँछ । सर रिचार्ड ब्रानसनको भनाइमा हामी नियम पालना गरेर हिँड्न सक्दैनौँ । हामी लड्दै हिड्न सिक्छौं । अनुभवमा आधारित सिकाइ स्व-स्फूर्त र स्वमूल्याङ्कन तवरले क्रियाकलापमा आधारित हुन्छ । प्रा.डा. डि.ए. कोल्ब (D.A. Kolb) को अनुसार, "ज्ञान, अनुभव र त्यसको रुपान्तरणबाट प्राप्त हुन्छ ।"

अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधिको विभिन्न नामहरू भएतापनि तिनीहरूको भिन्नता भन्दा समानता बढी छ ।

अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधि, अनुभवमा आधारित सिकाइ र प्रयोगमुखी सिकाइलाई एक अर्काका परिपुरकको रुपमा लिइन्छ । तिनीहरू बीच केही भिन्नता भएतापनि बढी समानता पाइन्छ । अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने एक विधि वा पद्धति मात्र नभएर यो आफैँमा एक प्रकारको शिक्षा हो । यसलाई निम्न भनाइबाट थप पुष्टि गर्न सकिन्छ ।

- म सुन्छु र बिर्सन्छु ।
- म देखे भने सम्झन्छु ।
- म गरे भने बुझ्छु ।

शिक्षण सिकाइ प्रक्रियामा सिकारुको अनुभवले मुख्य भूमिका खेल्दछ । यस्ता अनुभव सिकारुको विगत, वर्तमान जीवन अथवा शिक्षकले गराएको क्रियाकलाप पनि हुन सक्दछ । यस सिद्धान्तको अनुसार सिकारुहरू आफ्नो अनुभवको मूल्याङ्कन, समीक्षा तथा पुर्नसंरचना गर्दछन् जसले गर्दा उनीहरूले अर्थ थाहा पाउन सकुन् । यसले उनीहरूलाई अगाडि बढ्न सघाउ पुग्दछ । सबै सिकाइ अनुभवबाट हुने गर्दछ चाहे त्यो विगत वा वर्तमान जे सुकैको होस् । यस विधिले सिकारु केन्द्रित र सहभागितामूलक सिकाइलाई जोड दिन्छ जसले गर्दा सिकाई प्रभावकारी र व्यक्तिगत अनुभवमा आधारित होस् । यस विधि भित्र औपचारिक, अनौपचारिक, नियमित, अनियमित, घट्नाजन्य र कार्यस्थलमा हुने सबै प्रकार सिकाइ पर्दछन् ।

आफ्ना अनुभवबाट प्राप्त सूचनाको आधारमा सिकारु अन्य क्रियाकलापमा अघि बढ्दछ।



अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधि निम्नलिखित मान्यताको आधारमा चल्दछ।

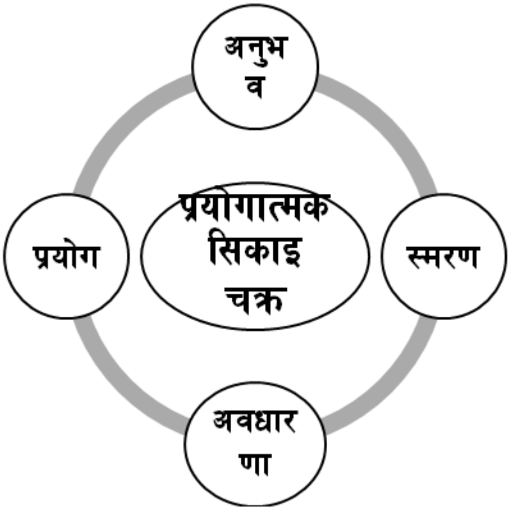
- अनुभव सिकाइको आधार हो ।
- सिकारु आफैले अनुभवको संरचना तयार गर्दछन् ।
- सिकाइ एकीकृत प्रक्रिया हो ।
- सिकाइ सामाजिक र साँस्कृतिक रुपमा प्रभावित हुन्छ ।
- सिकाइ सामाजिक तथा संवेगात्मक परिस्थितिबाट प्रभावित हुन्छ ।

अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधिमा सिकारु पूर्ण रुपमा सिकाइमा संलग्न हुने भएकाले सिकाइ प्रभावकारी हुन्छ।

अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधि, रणनीति, पद्धती, संरचनामा मात्र सीमित छैन। यद्यपी यसका केही प्रमुख विशेषताहरूले अन्य विधिभन्दा यसलाई फरक बनाउँदछ। अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधिको प्रमुख ६ विशेषताहरू यस प्रकार छन् ।

- यो व्यक्ति पूर्णरुपमा सहभागी हुने सिकाइ प्रक्रिया हो, जसमा ज्ञान, अनुभव र इन्द्रियहरूको प्रयोग हुन्छ ।
- सिकारुको सम्पूर्ण सम्बन्धित अनुभव र सिकाइ अनुभवको पहिचान र पूर्णरुपमा प्रयोग हुन्छ ।
- पूर्व अनुभवको मनन् गरी सिकाइको प्रभावकारीता बढाउँछ ।
- कुनै विशेष विषय सिकाउन तयार पारिएको विधि जस्तै जेष्ठ नागरिकको हेरचाह गर्न सिकाउनको लागि यस्तो विधि उपयोगी हुन्छ ।
- तुलनात्मक हिसाबले सिकारु र शिक्षकबीच अन्तर्क्रिया हुने र सिकारुले उल्लेखनीय हिसाबले सिकाइमा स्वनियन्त्रण कायम गर्न सक्दछ ।
- सिकाइको प्रतिफल मूल्याङ्कनसँग बढी सम्बन्धित हुन्छ ।

कोल्बको सोधले ज्ञान हासिल गर्नका लागि निरन्तर रुपमा अनुभव, त्यसको मनन्, अवधारणा र प्रयोगलाई जोड दिएका छन् । यी तत्त्वहरूले सिकाइ चक्रलाई देखाउँछन् र सिकाइको प्रत्येक तहहरूको सम्बन्ध देखाउँछन् ।




**माथिको figure नयाँ बनाउने बिग्रेको छ**

**अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधिका आधारहरू**
**(Bases of Experienced Based Information Acquiring Method)**

अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधिको कुनै एउटा मात्र प्रक्रिया नभए तापनि यस विधिको प्रयोग गरी शिक्षण गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनु पर्दछ ।

- यस विधिको अन्तिम उद्देश्य भनेको सिकारुको आफ्नै व्यक्तिगत रुपमा प्राप्त उपयुक्त सिकाइ अनुभव हो ।
- यसको प्राथमिक जोड भनेको सिकारुको स्वभावको पहिचान गर्नु हो ।
- अन्त्यमा प्रश्न सोध्ने र स्मरण गर्न लगाउने यस विधिको आवश्यक प्रक्रिया हो ।
- व्यक्ति शारीरिक र मानसिक रुपमा पूर्णत सहभागी हुने हुनाले ज्ञानको आर्जनमा सहज हुन्छ ।
- सिकारुले सिकाइ प्रक्रियामा के ल्याउँछ भन्ने कुरा सिकाइभन्दा बढी महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।
- सिकारूको सम्मान, विश्वसनीयता, र खुलापनामा उचित ध्यान दिइन्छ ।

**यस विधिको फाइदाहरू (Strength of this Method)**

**बारम्बारता र स्मरण (Persistence and Retention)**

- विद्यार्थीको प्रतिवद्धतामा जोड दिने र फेरि सिकाइ गर्न जोड दिन्छ ।
- अनुभवमा आधारित ज्ञान ग्रहण गर्ने विद्यार्थी, नगर्ने भन्दा उत्तीर्ण हुने सम्भावना बढी हुन्छ ।

**शैक्षिक उपलब्धि (Academic Outcomes)**

- ज्ञानलाई तुरुन्तै प्रयोग गर्न सक्ने क्षमताको विकास हुन्छ ।
- समूह कार्य र सञ्चार सिपको विकास गर्छ ।

- वास्तविक समयको सिकाइ र पृष्ठपोषणको पहुँचमा वृद्धि हुन्छ ।
- स्मरण गरेर अभ्यास गर्ने बानीको विकास हुन्छ ।
- सिर्जनशीलताको विकास हुन्छ ।
- विद्यार्थीको विषयवस्तुमा ज्ञान र सिप बढ्दछ ।
- पाठ्य सामागीको वास्तविक जीवनमा बढी प्रयोग हुन्छ ।
- उच्च तहको सोच्ने क्षमताको विकास हुन्छ ।
- समालोचनात्मक सोचाइको विकास गर्दछ ।

**व्यक्तिगत र सामाजिक उपलब्धिहरू (Personal and Social Outcomes)**

- विद्यार्थीको आत्मसम्मानमा वृद्धि हुन्छ ।
- विद्यार्थीको आत्मशक्तिको सुधार हुन्छ ।
- विद्यार्थीहरू सामाजिक क्रियाकलापमा बढी र असामाजिक क्रियाकलापमा कम सहभागी हुन्छन् ।
- विद्यार्थीको सिकाइमा बढी प्रोत्साहन मिल्छ ।

**यस विधिका बेफाइदाहरू (Demerits of This Method)**

- यो विधि सबै प्रकारको सिकाइमा प्रयोग गर्न सकिन्न ।
- कुनै परिस्थितिमा शिक्षक नभएको खण्डमा गलत सिकाइ हुन सक्छ ।
- समय, स्थान र विज्ञान र प्रविधिले ल्याएको परिवर्तनले अनुभवको सिकाइ गलत वा पुरानो हुन सक्दछ ।
- बढी विर्सने सिकारुका लागि यो विधि उपयोगी हुँदैन ।

### नेपालको परिस्थितिमा (In Context of Nepal)

विकसित देशमा जस्तो नेपालमा यो विधिलाई त्यती महत्त्व दिइदैन । भर्खरै थालिएको प्राविधिक कक्षाहरूमा बाहेक अन्य विद्यालयमा यो विधिको प्रयोग गरिदैन । धेरै कम विद्यार्थीहरू अनुभवबाट सिक्दछन् । तर स्नातोकोत्तर र त्यस भन्दा माथिल्लो तहमा यो विधि बढी प्रयोग गरिन्छ ।

### स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. अनुभवमा आधारित सूचना ग्रहण गर्ने विधि भनेको के हो ? यसको मान्यता, विशेषता, फाइदा तथा बेफाइदा लेख्नुहोस् ।

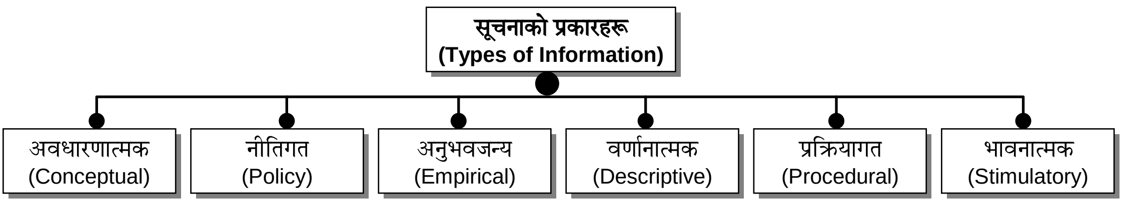
## सूचनाको परिचय (Introduction to Information)

सूचना भनेको महत्त्वपूर्ण जानकारी हो । हामी दैनिकी जीवनमा विभिन्न कार्यमा संलग्न हुँदा विभिन्न माध्यमबाट सूचना र जानकारी प्राप्त गर्दछौं । सूचनाले हामीलाई ज्ञान, चेतना तथा तथ्याङ्क प्रदान गर्दछ । सूचनालई परिभाषित गर्ने कुनै सर्वमान्य परिभाषा त छैन तर सूचनाको व्यापकतालाई तल दिएको परिभाषाले व्यक्त गर्न सक्दछ ।

"सूचना स्पष्ट सञ्चारयोग्य संचारयोग्य तथ्याङ्कहरूको सङ्ग्रह हो । यो कुनै पनि रुपमा जस्तै लिखित, छापिएको, विद्युतीय डाटावेसमा वा इन्टरनेटमा र संस्थाको कर्मचारीको व्यक्तिगत ज्ञानमा हुन सक्दछ ।" (Information is an assemblage of data in a comprehensible form capable of communication. This may range from content in any format. Written or printed on paper stored in electronic databases collected on the internet etc. to the personal knowledge of the staff of an organization.

*–Harrods Librarian's Glossary and Reference Books*

## सूचनाको प्रकारहरू (Types of Information)




माथि उल्लेखित ६ प्रकारका सूचनाहरूलार्य सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न सकिने र नसकिने गरी दुई भागमा विभाजन गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

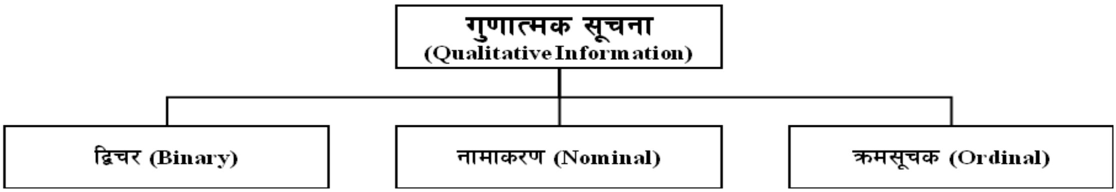
१. गुणात्मक सूचना (Qualitative Information)

२. परिमाणात्मक सूचना (Quantitative Information)

### १. गुणात्मक सूचना र यसको महत्त्व (Qualitative Information and its Importance)

गुणात्मक सूचनालाई सङ्ख्यामा गणना वा मापन गर्न सकिदैन। यस्तो सूचनालाई यिनीहरूको गुणको आधारमा विभाजन गरी व्यक्त गरिन्छ।

गुणात्मक सूचना तथा तथ्याङ्क यस्तो सूचना वा तथ्याङ्क हो जसलाई गणना गर्न तथा सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न सकिदैन । गुणात्मक सूचनालाई व्याख्या र विश्लेषणद्वारा व्यक्त गरिन्छ । गुणात्मक सूचनाले कुन कुरा कसरी र किन भयो भन्ने कुराको जानकारी दिन्छ । यस्तो सूचना रेकर्ड गरी अवलोकन गर्न सकिन्छ । यस्तो सूचना अवलोकन, अन्तर्वार्ता तथा घट्नाको व्याख्या तथा विश्लेषणबाट तयार पारिन्छ । यस्तो सूचनालाई गुण तथा विशेषताको आधारमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ । गुणात्मक सूचनालाई सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न नसकिने भएकाले यसलाई विषयपरक ढङ्गले जस्तै स्वाद, गन्ध, रङ तथा अन्य भावपूर्ण विशेषताहरूद्वारा व्यक्त गरिन्छ । अर्थात् भाषा, प्रतिक, भाव आदिको व्याख्यालाई गुणात्मक सूचना भनिन्छ । गुणात्मक सूचना अन्तर्वार्ता, वैयक्तिक अध्ययन, अवलोकन, र जीवन इतिहासको अध्ययनबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । गुणात्मक सूचनाले कुनै पनि व्यक्ति वा वस्तुको गुण, भावना, व्यक्तित्व र विशेषताहरूको विवरण प्रदान गर्दछ । गुणात्मक सूचनालाई निम्नानुसार वर्गीकरण गर्न सकिन्छ ।




माथिको मा नामाकरणलाई नामचर बनाउने

१. **द्विचर सूचना:** द्विचर सूचना भन्नाले दुईवटा मात्र सम्भाव्य विकल्पहरू राखिने सूचना हो । जस्तै ठिक वा बेठिक, स्वीकार वा अस्वीकार इत्यादि ।

२. **नामचर:** नामचर भन्नाले सूचनालाई नाम दिने प्रक्रियालाई जनाउँदछ । यस्ता नाम दिएका चरहरूको कुनै पनि प्राकृतिक तह हुँदैन ।

३. **क्रमसूचक:** क्रमसूचक भन्नाले सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न नसकिने सूचनालाई गुण तथा विशेषताको आधारमा क्रम निर्धारण गर्ने हो । उदाहरणको लागि हामी रुखलाई छोटो, मध्यम र अग्लो भनी क्रम दिन सक्छौं ।

### गुणात्मक सूचनाको महत्त्व (Importance of Qualitative Information)

- गुणात्मक सूचनाको मद्दतले मानिसको बदलिदो दृष्टिकोण थाहा पाउन सक्दछौं ।
- गुणात्मक सूचना सङ्ख्यामा मात्र सीमित हुँदैन । जसले गर्दा वृहत् ज्ञान लिन सकिन्छ ।
- यस्तो सूचनाले अनुमान तथा विश्लेषणलाई फराकिलो बनाउँछ ।
- यसले गहिरो जानकारी प्रदान गर्दछ ।
- यसबाट सामाजिक जटिलतालाई बुझ्न सकिन्छ ।

## २. परिमाणात्मक सूचना र यसको महत्त्व (Quantitative Information and its Importance)

परिमाणात्मक सूचनालाई सजिलैसँग सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न सकिने भएकाले तथ्याङ्कीय विश्लेषणमा यसको व्यापक प्रयोग हुन्छ।

परिमाणात्मक सूचनाहरू सङ्ख्यामा व्यक्त गर्न सकिने, मापन गर्न सकिने तथा गणना गर्न सकिने सूचना हुन् । यस्ता सूचनाले कति धेरै, कति वटा तथा कति पटक भन्ने प्रश्नहरूको उत्तर प्रदान गर्दछन् । यस प्रकारको सूचना गणितीय गणना र तथ्याङ्कीय विश्लेषणमा प्रयोग गरिन्छ । परिमाणात्मक सूचना सामाजिक घटनाको वास्तविकता थाहा पाउन मात्रात्मक वा सङ्ख्यात्मक रुपमा संकलन गरिएको तथ्याङ्क वा सूचना हो । यस्तो सूचना सामाजिक सर्वेक्षण, प्रश्नावलीको प्रयोग र सङ्ख्यात्मक तथा विश्लेषणद्वारा प्राप्त गर्ने गरिन्छ । उदाहरणको लागि १ वटा गाईको मूल्य कति हो ? भन्ने प्रश्नले दिने उत्तर परिमाणात्मक सूचना हो । परिमाणात्मक सूचनालाई दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ ।

**परिमाणात्मक सूचना (Quantitative Information)**

- **अविछिन्न (Discrete)**
- **निरन्तर (Continuous)**

१. **अविछिन्न:** अविछिन्न सूचना भन्नाले यस्तो सूचना हो जसलाई विभाजन गरी व्यक्त गर्न सकिन्न । उदाहरणको लागि एउटा परिवारमा १० जना सदस्य छन् । विभाजन गरेर ९.५ वा १०.५ बनाउन सकिदैन । यसलाई अलग्गै राख्नु पर्दछ ।

२. **निरन्तर:** निरन्तर सूचना भनेको त्यस्तो परिमाणात्मक सूचना हो जसलाई विभाजन गरेर व्यक्त गर्न सकिन्छ । जस्तो कि एउटा कारमा २० लिटर पेट्रोल हाल्न सकिन्छ । हामी २० लिटरको सट्टामा १५.५ लिटर पेट्रोल राख्न सक्छौँ ।

### परिमाणात्मक सूचनाको महत्त्वहरू (Importance of Quantitative Information)

- यस्तो सूचना सजिलै बुझ्न सकिन्छ ।
- यस्तो सूचनालाई तथ्याङ्कीय पद्धतिले व्याख्या गर्न सकिन्छ ।
- यो पहिले नै पुष्टि भएका सिद्धान्त परीक्षण गर्न प्रयोग गरिन्छ ।
- सङ्ख्यात्मक सूचना भएकाले विरोधाभास कम हुन्छ ।

## परिमाणात्मक सूचना प्रस्तुत गर्ने तरिकाहरू (Methods of Presenting Quantitative Information)

परिमाणात्मक सूचना विभिन्न तरिकाले प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । खास गरी सङ्ख्यात्मक रुपमा प्रस्तुत गर्दा दर, अनुपात र प्रतिशत देखाइन्छ ।

### दर (Rate)

दुई वटा सङ्ख्याहरूबीचको अनुपातिक भागफललाई दर भनिन्छ । दरले कुनै दुई वटा सङ्ख्याहरू बीचको सम्बन्धलाई जनाउँछ जसमा दुवैलाई एक अर्कोले भाग गरेर निश्चित सङ्ख्याले गुणा गरिन्छ । जस्तै कुनै ठाउँको जन्मदर निकाल्दा त्यस ठाउँमा जन्मिने व्यक्तिको सङ्ख्या = १०० छ । त्यहाँको मध्यवर्षको जनसङ्ख्या = १००० छ भने त्यस ठाउँको जनसङ्ख्याको जन्म दरलाई निम्नानुसार निकालिन्छ ।

$$\frac{१००}{१०००} \times १००० = १००$$

अर्थात् प्रति हजारमा त्यस ठाउँको जन्मदर १०० रहेको छ ।

सामान्यतया जन्मदर र मृत्युदर लगायतका जनसङ्ख्यासँग सम्बन्धित दर प्रतिहजारमा व्यक्त गरिन्छ ।

(सामान्यतया जन्मदर र मृत्युदर लगायतका जनसङ्ख्यासँग सम्बन्धित दर प्रतिहजारमा व्यक्त

गरिन्छ ।)

### अनुपात (Ratio)

कुनै दुईवटा समूहहरू बीचको मात्रात्मक भिन्नता देखाउन अनुपातको प्रयोग गरिन्छ । जनसङ्ख्यामा विशेषगरी महिला र पुरुषको जनसङ्ख्याको भिन्नतालाई अनुपातमा प्रयोग गरिन्छ । जस्तैः

महिलाको सङ्ख्या = ४०

पुरुषको सङ्ख्या = ३० छ भने

$\frac{४०}{३०} = \frac{४}{३}$ हुन्छ ।

अर्थात चार जना पुरुष बराबर ३ जना महिला हुन्छ ।

### समानुपात

कुनै अंश वा सङ्ख्यालाई जम्मा सङ्ख्या वा समूहको उपसमूहका रुपमा प्रस्तुत गरिन्छ भने त्यसलाई समानुपात भनिन्छ । जस्तैः

जम्मा व्यक्ति = ७५

महिला = ५०

पुरुष = २५

$\frac{२५}{५०\pm२५}$

यहाँ २५ उक्त ७५ मध्येकै एउटै समानुपात हो ।

### प्रतिशत (Percentage)

कुनैपनि मात्रालाई १०० को तुलनात्मक रुपमा देखाइने मात्रा नै प्रतिशत हो । कुनै ठूलो सङ्ख्या वा परिणामलाई सानो र स्पष्ट पारेर तथ्याङ्कको विश्लेषण गर्न प्रतिशतको प्रयोग गरिन्छ । जस्तैः

जम्मा ५० को १० भाग देखाउन निम्नानुसार देखाइन्छः

$$= \frac{१०}{५०} \times १०० = २०\%$$

अर्थात ५० मा १० भन्नु नै २० प्रतिशत हो ।

यसरी दर, प्रतिशत र अनुपातको प्रयोग गरी परिमाणात्मक सूचना प्रस्तुत गर्ने गरिन्छ ।

## कक्षा क्रियाकलाप

तपाईले आफ्नो समाजमा घटेका कुनै घटनाको सन्दर्भमा कुनै अनुसन्धान गर्नु भएको छ ? गर्नु भएको छ भने कसरी गर्नु भयो । आफ्नो अनुभव साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

**धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. अनुसन्धान भनेको के हो ?

२. गुणात्मक सूचना भनेको कस्तो सूचना हो ?

३. सर्वेक्षण भनेको के हो ?

**छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. विश्लेषणात्मक विधिको प्रयोग गर्दा अपनाउनु पर्ने प्रक्रियालाई देखाउनुहोस् ।

२. गुणात्मक सूचना भनेको के हो ? यसको महत्त्व र उपयोगिता लेख्नुहोस् ।

**लामो उत्तर दिने प्रश्न**

१. अवलोकन विधिको विश्लेषण गर्दै यसका सबल र दुर्बल पक्षहरूको बारेमा छोटकरीमा वर्णन गर्नुहोस् ।

■

परियोजना कार्य (Project Work)

तपाईको कक्षामा रहेका साथीहरूको थर पत्तालागाउनुहोस् र त्यसको वृत्तचित्रमा प्रस्तुत गरी सूचना बोर्डमा टाँस्नुहोस् ।

# पाठ २
# सहसम्बन्ध र कार्यकारण सम्बन्ध
# (Correlation and Action-Cause Relation)

**पाठ चिनारीः** समाज अध्ययनमा सहसम्बन्ध र कार्यकारण सम्बन्ध प्रमुख दुई विधिहरू हुन् । सहसम्बन्धले दुई वा दुईभन्दा बढी चरहरूको अन्तरसम्बन्धको अध्ययन गर्दछ भने कार्यकारण सम्बन्धले कार्य र कारणको सम्बन्ध पहिचान गर्दछ । दुवै विधिहरू समाजको अध्ययन तथा अनुसन्धानमा धेरै उपयोगी हुन्छन् ।

## सहसम्बन्ध र कार्यकारण सम्बन्ध (Correlation and Action-Cause Relation)

### सहसम्बन्धको परिचय (Introduction to Correlation)

सहसम्बन्ध एक सिकाई प्रक्रिया हो, जसमा दुई वा दुई भन्दा बढी वस्तुहरू बीच कुनै न कुनै प्रकारको सम्बन्ध स्थापना गरी ज्ञान हासिल गर्ने प्रयास गरिन्छ।

सहसम्बन्ध भन्नाले दुई वा दुईभन्दा बढी वस्तुहरू बीचको पारस्परिक सम्बन्ध वा अन्तरनिर्भरतालाई बुझिन्छ । यसले कुनै दुई वस्तुहरू तथा चरहरूबीच कुन तहका सम्बन्ध छ भन्ने कुरा देखाउँछ । सहसम्बन्ध भएका वस्तुहरूमा एउटा परिवर्तन हुँदा अर्को स्वत परिवर्तन हुन सक्दछ । सहसम्बन्ध प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष सकारात्मक वा नकारात्मक हुन सक्छ । उदाहरणको लागि उचाई र तौल एक अर्कामा सम्बन्धित छन् । अग्ला मानिसहरूको तौल बढी हुन्छ । त्यसैगरी मिजासिलो स्वभाव भएका मानिसहरू समाजमा बढी लोकप्रिय हुन्छन् । यसरी सिकारुहरूले विषयवस्तुहरूमा सहसम्बन्ध अध्ययन गरेर धेरै कुरा सिक्न सक्दछन् । यस विधिमा विभिन्न चरहरूबीच प्राकृतिक रुपमै कस्तो सम्बन्ध छ भनी खोजी गर्ने गरिन्छ ।

सहसम्बन्ध प्रायगरी मनोविज्ञानको क्षेत्रमा प्रारम्भिक जानकारी लिन प्रयोग गरिन्छ । खासगरी प्रयोग गर्न सम्भव नभएको परिस्थितिमा पनि यस विधिबाट जानकारी लिन सकिन्छ । तर सहसम्बन्धबाट प्राप्त सूचना, चरहरू बीचको परिवर्तनले सत्यमा कत्तिको प्रभाव पार्दछ भन्ने कुरा थाहा पाउन सकिदैन । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा सहसम्बन्धले कारण र असर सम्बन्धलाई प्रमाणित गर्न सक्दैन ।

### सहसम्बन्धको परिभाषा (Definition of Correlations)

सहसम्बन्ध एउटा सम्बन्ध वा निर्भरता हो । यो एउटा यस्तो सत्य हो जसमा दुई वस्तुहरू वा चरहरू यति सम्बन्धित हुन्छन् कि जसमा एउटा चरमा परिवर्तन गर्‍यौं भने अर्को चरमा समानान्तर परिवर्तन हुन्छ ।
– *English and English*

सहसम्बन्ध दुई चरहरूबीचको सम्बन्धको तहको वर्णनसँग सम्बन्धित छ। – *Ferguson*

सहसम्बन्धको गुणक एउटा एक्लो सङ्ख्या हो जसले दुई वस्तुहरू कुन हदसम्म सम्बन्धित छन्, कुन हदसम्म एउटामा आएको फरकले अर्कोमा फरक हुन्छ भन्ने देखाउँछ। – *Guilford*

सहसम्बन्ध भनेको दुई चरहरू बीचको संयुक्त सम्बन्ध हो। – *Lathrop*

## सहसम्बन्धको प्रकारहरू (Types of Correlation)

सहसम्बन्ध परिस्थिति अनुसार फरक फरक तहमा हुन सक्दछ। कुनै पनि दुई विषयवस्तुहरू बीचको अन्तरनिर्भरताको आधारमा सहसम्बन्धलाई तिन प्रकारमा विभाजन गर्न सकिन्छ।

१. **सकारात्मक सहसम्बन्ध (Positive Correlation):** दुई चरहरू बिचको सम्बन्ध एकै समयमा बढ्यो वा घट्यो भने त्यो सकारात्मक सहसम्बन्ध हो। उदाहरणको लागि मानिसको उचाईको वृद्धि सँगै तौलको पनि तुलनात्मक रुपमा वृद्धि हुन्छ। त्यसैगरी जो विद्यार्थीहरू विद्यालयमा उच्च अङ्क हासिल गर्दछन्, तिनीहरू उच्च विद्यालयमा पनि उच्च अङ्क नै हासिल गर्दछन्। सकारात्मक सहसम्बन्ध ० देखि +१ सम्म जान्छ। जब +१ हुन्छ तब पूर्ण सहसम्बन्ध स्थापित हुन्छ।

२. **नकारात्मक सहसम्बन्ध (Negative Correlation):** नकारात्मक सहसम्बन्ध सकारात्मक सहसम्बन्धको ठिक विपरित हुन्छ। यसमा एउटा चरको वृद्धि हुँदा अर्को चर घट्दछ। जस्तो हामी हिमालको जति माथि जान्छौं, तापक्रम उति कम हुन्छ। त्यसैगरी मानिस जति तनावमा पर्दछ, उसको आत्मसम्मानमा उति कमी आउँछ। नकारात्मक सहसम्बन्ध ० देखि -१ सम्म हुन्छ। -१ नकारात्मक सहसम्बन्धको पूर्ण उदाहरण हो।

३. **शुन्य सहसम्बन्ध (Zero Correlation):** दुई चरहरूबीच कुनै सम्बन्ध रहेन भने शून्य सहसम्बन्ध हो। जस्तोकि मानिसको बौद्धिक क्षमता र चिया पिएको मात्रासँग कुनै सम्बन्ध हुँदैन।

## सहसम्बन्धका फाइदाहरू (Strengths of Correlation)

- सहसम्बन्धको सहयोगले मानिसहरूको काम गर्ने क्षमता, सामाजिक सद्भाव, सहअस्तित्व, सहनशीलता, सहिष्णुता जस्ता गुणहरू थाहा पाउन सकिन्छ।
- यसको सहयोगले अन्तर वैयक्तिक भिन्नता जान्न सकिन्छ।
- एउटा व्यक्ति वा व्यक्तिहरूको विविध क्षमताको पहिचान गरेपछि उनीहरूलाई पेशागत सुझाव दिन सकिन्छ। त्यसैगरी विद्यार्थीहरूले अध्ययन गर्ने विषयहरूको छनोटको लागि निर्णय गर्न सकिन्छ।
- दुई चरहरूको सम्बन्ध बुझेर भविष्यवाणी गर्न सकिन्छ।

## सहसम्बन्धका सीमितताहरू (Limitations of Correlation)

- यस विधिको प्रयोग गरी सूचना एउटा समयमा लिइन्छ। तर मानव शरीर र मनोविज्ञान परिवर्तनशील छ। नतिजा आउने बेलासम्म मानव गुणहरू परिवर्तन हुन सक्दछन्।
- जुनसुकै समयमा सहसम्बन्धको मापन गर्न महँगो हुन जान्छ।
- सहसम्बन्धले हामीलाई उपलब्ध तथ्याङ्क वा सम्बन्धभन्दा बाहिर जान नदिने हुँदा कारक अरू नै भएमा गलत निष्कर्ष निस्कन सक्छ।

## कार्यकारण सम्बन्ध (Action-Cause Relation)

कार्यकारण सम्बन्धले कुनै पनि व्यक्तिको कार्य प्रगति र त्यसको कारणको सम्बन्ध अध्ययन गर्दछ।

कार्यकारण सम्बन्ध भनेको कुनैपनि व्यक्तिले गरेको काम र त्यसको कारणसँग स्थापना गरिने सम्बन्ध हो । उदाहरणको लागि मानौ कि सुभमको बुबा र आमाको सम्बन्ध विच्छेद भएको छ । यसले गर्दा सुभम खुसी छैन । त्यसको परिणाम स्वरुप ऊ गाजा सेवन गर्दछ । यो एकतर्फी मात्र नहुन सक्दछ । कार्यकारण सम्बन्धले एउटा कार्यले अर्को कारणको सिर्जना गर्दछ भन्ने मान्यतामा विश्वास गर्दछ । यस प्रक्रियामा कहिलेकाँही कार्यभन्दा धेरै अगाडि कारण देखा पर्दछ । कहिलेकाँही कारण देखापर्ने वित्तिकै कार्य हुन्छ । सुभमकै परिवारमा सम्बन्ध विच्छेद हुनुमा सुभमको बुबाले गाँजा सेवन गर्नु पनि हुनसक्दछ । यसरी विद्यार्थीहरूले कार्य र कारण वा कारण र कार्यको सम्बन्ध स्थापना गरेर धेरै कुरा सजिलै सिक्न सक्दछन् ।

### कार्यकारण सम्बन्धको परिभाषा (Definition of Action-Cause Relation)

कार्यकारण सम्बन्ध विचारको संयोजन हो। *– Hume*

कार्यकारण सम्बन्ध आकस्मिक ज्ञान र मानव जीवनको महान मार्ग निर्देशक हो। *– Hitchcock*

कार्यकारण सम्बन्धहरू अवधारणाको संरचना र अन्तर्ज्ञान सिद्धान्तहरू प्रतिपादन गर्नका लागि अन्य सम्बन्ध भन्दा पनि महत्वपूर्ण हुने गर्दछ। *– Keil*

#### कार्यकारण सम्बन्धको फाइदाहरू (Strength of Correlation)

- यस सिद्धान्त अन्य सिद्धान्त भन्दा सहज छ ।
- यसले कुनै पनि कार्यक्षेत्रमा भएको प्रगति वा दुर्गतिको खास कारण तुरुन्त पत्ता लगाउँछ ।
- यस सिद्धान्तद्वारा कार्य र कारणको सम्बन्ध थाहा पाउन सकिन्छ ।

#### कार्यकारण सम्बन्धका सीमितताहरू (Limitations of Correlation)

- एउटा कार्यको धेरैवटा कारणहरू हुन सक्दछन् ।
- हरेक परिस्थितिमा कार्यकारण सम्बन्ध अध्ययन गर्न सहज हुँदैन ।
- हरेक विधि बारम्बार गर्नुपर्ने भएकाले महँगो हुन आउँछ ।

### स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. तपाईंको अध्ययनमा सहपाठीहरूले कस्तो प्रभाव पारेका छन् ? विश्लेषण गर्नुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. कार्यकारण सम्बन्ध भनेको के हो ?

२. सहसम्बन्ध भनेको के हो ?

छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. कार्यकारण सम्बन्धको सामाजिक अध्ययनमा उपयोगिता देखाउनुहोस् ।

२. सहसम्बन्ध र कार्यकारण सम्बन्धको भिन्नता लेख्नुहोस् ।

३. सामाजिक अध्ययनमा सहसम्बन्धको फाइदा उल्लेख गर्नुहोस् ।

लामो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. सहसम्बन्धको प्रक्रियाहरू उल्लेख गरी सामाजिक अध्ययनमा यसको फाइदा र बेफाइदा सूचीकृत गर्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य (Project Work)

तपाईंको समुदायमा कोही व्यक्ति गलत बाटोमा लागेका हुन सक्दछन् । एक जना गलत बाटोमा लागेको व्यक्तिको अध्ययन गर्नुहोस् । ऊ किन त्यस्तो मानिस बन्यो ? कार्यकारण सम्बन्धको विधि प्रयोग गरी सूचना पत्ता लगाउनुहोस् ।

# पाठ ३
# अध्ययन प्रस्तावनाको संरचना
# (Structure of Research Proposal)

**पाठ चिनारीः** कुनै पनि समस्याको अध्ययन कसरी र कुन संरचनामा गर्ने भनी तयार पारिएको योजना नै अध्ययन प्रश्तावना हो । प्रस्तावना तयार गर्दा परिचय, साहित्यको पुनरावलोकन, अध्ययन विधि र सन्दर्भ सूची राख्नु पर्दछ । एउटा राम्रो प्रस्तावनाले सोध कार्यलाई योजनाबद्ध र सही नतिजातर्फ लैजान सक्छ ।

## अध्ययन प्रस्तावनाको परिचय (Introduction to Research Proposal)

अधययन प्रश्तावनाको संरचना संस्था अनुसार फरक–फरक भएता पनि हरेक प्रस्तावनामा अध्ययनको औचित्य र त्यसलाई हासिल गर्ने संरचना तय हुनुपर्दछ।

अध्ययन प्रस्तावना कुनै पनि प्रस्तावित अध्ययनको संक्षिप्त सारांशको रुपरेखा हो । कुनै पनि विषयवस्तुको अध्ययन गर्नको लागि अध्ययन प्रस्तावनाको जरुरत पर्दछ। अध्ययन प्रस्तावनाको निश्चित संरचना वा ढाँचा हुन्छ । यस्तो संरचना विश्वविद्यालय अनुसार फरक-फरक हुन्छन् । संरचना फरक भएतापनि हरेक अध्ययन प्रस्तावनाको मूलतः दुई प्रमुख उद्देश्यहरू हुन्छन्। पहिलो कुनै पनि विषयको सन्दर्भमा अध्ययनको औचित्य र दोस्रो त्यो औचित्य पुष्टि गर्न आवश्यक प्रस्तावित संरचना। हरेक अध्ययन प्रस्तावनाले अध्ययनको विशिष्ट उद्देश्यहरू र सो उद्देश्य प्राप्त गर्न आवश्यक विधि र प्रक्रियाको बारेमा जानकारी दिन्छ । त्यसैगरी तथ्याङ्क सङ्कलन विधि र त्यसको विश्लेषण गर्ने प्रक्रियाको पनि जानकारी प्रदान गर्दछ।

अध्ययन प्रस्तावना तयार गर्नुपूर्व समय सान्दर्भिक, अनुसन्धानमूलक र अनुसन्धानकर्ताको रूचि अनुरुपको शीर्षक वा विषय छनोट गर्नु पर्दछ। आफूले अनुसन्धान गर्न खोजेको विषयमा सूक्ष्म अध्ययन गरेर लचिलो र विशिष्ट शीर्षक बनाउनु पर्दछ। विषयवस्तु आवश्यक सन्दर्भ सामग्री उपलब्ध हुन सक्ने मात्र छान्नु पर्दछ। यसरी शीर्षक र सन्दर्भ सामग्रीको टुङ्गो लागेपछि मात्र प्रस्तावना लेख्न शुरू गर्नु पर्दछ।

अध्ययन प्रस्तावना तयार गर्दा संस्था अनुसार भिन्नै संरचना हुने गर्दछ। समग्रमा नेपालमा प्रचलित अध्ययन प्रस्तावनाको संरचनालाई मध्यनजर गर्दै निम्न खाका प्रस्तुत गरिन्छ।

**१. परिचय (Introduction)**
- १.१ विषयवस्तुको पृष्ठभूमि (Background of Study)
- १.२ समस्याको कथन (Statement of the Problem)
- १.३ अध्ययनको उद्देश्यहरू (Objectives of the Study)
- १.४ अनुसन्धान प्रश्नहरू (Research Questions)
- १.५ अध्ययनको महत्त्व (Significance of Study)

१.६ अध्ययनको सीमितता (Limitation of the study)
१.७ प्राविधिक शब्दावलीहरू (Technical Vocabularies)

**२. सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन र अवधारणा ढाँचा (Review of Related Literatures and Conceptual framework)**

२.१ साहित्यको पुनरावलोकन (Review of Literature)
२.२ अवधारणात्मक ढाँचा (Conceptual Framework)

**३. अध्ययन विधि तथा प्रक्रिया (Methods and Procedures of Study)**

३.१ अनुसन्धान ढाँचा (Design of Study)
३.२ तथ्याङ्कको स्रोतहरू (Sources of Data)
३.३ तथ्याङ्क सङ्कलनका साधनहरू (Tools of Data Collection)
३.४ तथ्याङ्क सङ्कलन प्रक्रिया (Process of Data Collection)
३.५ तथ्याङ्क विश्लेषण प्रक्रिया (Data Analysis Process)

**४. सन्दर्भ सूचीहरू (References)**

## १. परिचय (Introduction)

यो अध्ययन प्रस्तावनाको पहिलो खण्ड हो । यस खण्डका विभिन्न उपखण्डहरू हुन्छन् ।

### १.१ विषयवस्तुको पृष्ठभूमि (Background of the study)

प्रस्तावनाको यस खण्डमा हामी मूल विषयवस्तुको पृष्ठभूमिको चर्चा गर्दछौँ । उदाहरणको लागि 'नेपाली समाज र सामाजिक समस्याहरू शीर्षकमा अध्ययन गर्दछौँ भने पृष्ठभूमिमा नेपाली समाजको परिचय, जातजातिको विविधता, सामाजिक समस्याहरूको परिचय तथा नेपालमा देखिएका तमाम समस्याहरूको बारेमा छलफल गरिन्छ ।

### १.२ समस्याको कथन (Statement of Problem)

समस्याको कथन भन्नाले कुन अनुसन्धान गर्ने हो र किन गर्न लागिएको हो त्यसको स्पष्ट रुपमा व्याख्या गरिनुपर्दछ । कुनै पनि अध्ययन गर्दा हामी खास उद्देश्य सहित गर्दछौँ । तसर्थ परिचय खण्डको यस भागमा अध्ययनकर्ताले समस्यालाई स्पष्ट रुपमा राख्न सक्नुपर्दछ । त्यसैगरी यस खण्डमा अनुसन्धान वा अध्ययनको आवश्यकता किन पऱ्यो ? यसको सान्दर्भिकता के छ ? के कारणले समस्या सिर्जना भयो, कसरी सिर्जना भयो, कहाँ सिर्जना भयो भन्ने जस्ता प्रश्नको छलफल गरिन्छ ।

### १.३ अध्ययनको उद्देश्यहरू (Objectives of Study)

हरेक अध्ययन अनुसन्धानका केही निश्चित उद्देश्यहरू हुन्छन् । यस्ता उद्देश्यहरू प्रस्ट रुपमा लेखिनु पर्दछ । यस खण्डमा विशिष्ट उद्देश्यहरू तार्किक सिलसिलामा उल्लेख गरिन्छ ।

### १.४ अनुसन्धान प्रश्नहरू (Research Questions)

अनुसन्धान प्रश्नहरू अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छन् । यस्ता प्रश्नहरूले विशिष्ट उद्देश्यहरूलाई समेटेका हुन्छन् । अध्ययनकर्ताको लागि अनुसन्धान प्रश्नहरू अनुसन्धान अघि बढाउनका लागि अति उपयोगी हुन्छन् । गुणात्मक अध्ययनमा अनुसन्धान प्रश्नहरूले सहभागीको

प्रतिक्रिया पनि समेट्दछ । अनुसन्धानका प्रश्नहरू मौलिक, स्पष्ट र सकभर विगत्का अनुसन्धानमा समावेश नभएको हुनुपर्छ । प्रश्नहरू समय सान्दर्भिक र समकालिन, समाजलाई प्रतिबिम्बित गर्ने हुनुपर्छ ।

### १.५ अध्ययनको महत्त्व (Singnificance of Study)

अध्ययन तथा अनुसन्धान विभिन्न प्रयोजनको लागि अत्यन्तै उपयोगी हुन्छ । उदाहरणको लागि नेपाली समाज र सामाजिक समस्याहरूको विषयमा अध्ययन गर्दछौं भने यस अध्ययनले सामाजिक अध्ययनको क्षेत्रमा काम गर्ने मानिसहरूको सामाजिक समस्या बुझ्नलाई सहयोग गर्दछ । त्यसैगरी यसले सामाजिक समस्या समाधान गर्ने तरिकाहरू पनि प्रदान गर्दछ ।

### १.६ अध्ययनको सीमितता (Limitation of Study)

हरेक अध्ययनको आफ्नो निश्चित क्षेत्र तथा सिमाना हुन्छ । यसले अध्ययनलाई निश्चित गोरेटोबाट हिँड्नलाई सहयोग गर्दछ । खासमा अध्ययन अनुसन्धानले कति विषयवस्तु समेट्छ र कति समेट्न सक्दैन भन्ने विषय स्पष्ट पार्दछ ।

### १.७ प्राविधिक शब्दावलीहरू (Technical Terms)

प्रस्तावना तयार गर्ने क्रममा अनुसन्धानकर्ताहरूले केही प्राविधिक शब्दहरू प्रयोग गर्दछन् । त्यस्ता शब्दहरूको अर्थ स्पष्ट नपार्दा अर्को अर्थपनि लाग्न सक्दछ । त्यसैले प्राविधिक शब्दहरूको अर्थ लेखी स्पष्ट पार्ने गरिन्छ ।

## २. सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन र अवधारणात्मक ढाँचा (Review of Related Literature and Conceptual Framework)

### २.१ साहित्यको पुनरावलोकन (Review of Related literature)

साहित्यको पुनरावलोकनले अध्ययनको औचित्यलाई प्रष्ट पार्दछ । सम्बन्धित विषयवस्तुको क्षेत्रमा यस अघि भएको अध्ययनको बारेमा जानकारी नभइकन अध्ययन गर्न सकिँदैन । त्यसैगरी पहिले भएको अध्ययनको बारेमा जानकारी हासिल गरिसकेपछि त्यस विषयमा अब गर्नुपर्ने कामहरूको बारेमा स्पष्ट हुन सकिन्छ । यसले पहिले नै पत्ता लागेको तथ्यको सन्दर्भमा फेरि हुने अध्ययनको औचित्य पनि स्पष्ट पार्न सक्दछ ।

### २.२ अवधारणात्मक ढाँचा (Conceptual Framework)

अध्ययन कसरी अघि बढाइन्छ भन्ने कुराको चित्रात्मक प्रस्तुतिलाई अवधारणात्मक ढाँचा भनिन्छ । यो अध्ययनको लागि ठूलो आधार हो । यसले अध्ययनका विभिन्न चरणहरूबीचको सम्बन्ध स्पष्ट पार्दछ । अवधारणात्मक ढाँचालाई व्याख्यात्मक रुपमा पनि प्रस्तुत गरिने भएतापनि अधिकांश अनुसन्धानकर्ताहरूले चित्रात्मक ढाँचा नै प्रयोग गरेको भेटिन्छ ।

## ३. अध्ययन विधि तथा प्रक्रिया (Methods and Procedures of Study)

### ३.१ अनुसन्धान ढाँचा (Design of Study)

अनुसन्धान गर्दा गुणात्मक, परिमाणात्मक वा दुवै मिश्रित ढाँचा प्रयोग गर्न सकिन्छ । यस

खण्डमा हामी हाम्रो अध्ययनमा कुन ढाँचाको प्रयोग गर्ने हो त्यो स्पष्ट रुपमा लेख्दछौँ र पछि अध्ययन अघि बढाउँदा त्यसलाई पूर्ण रुपले पालना गर्दछौ ।

### ३.२ तथ्याङ्कको स्रोत (Sources of Data)

अनुसन्धान कुनै मनगणन्ते विचारलाई प्रस्तुत गर्ने लेख होइन । यसका लागि तथ्याङ्कको जरुरत पर्दछ । हामी निष्कर्षको रुपमा वा पत्ता लगाएका कुराको रुपमा जो लेख्दछौँ त्यसलाई तथ्याङ्कले पुष्टि गर्नुपर्दछ । तथ्याङ्कका मूलरुपमा दुई स्रोतहरू हुन्छन् । प्राथमिक स्रोत अनुसन्धानकर्ता आफैंले भ्रमण, अवलोकन, तथा अन्य विधिबाट प्राप्त गर्दछन् भने द्वितीय स्रोतले पत्रपत्रिका, लेख, रचना, किताब, सञ्चारका विभिन्न माध्यमबाट प्राप्त गर्ने तथ्याङ्कलाई जनाउँदछ । अनुसन्धातकर्ताले प्रस्तावना तयार गर्दा आफूले प्रयोग गरेका तथ्याङ्कको स्रोत उल्लेख गर्नुपर्दछ ।

### ३.३ तथ्याङ्क विश्लेषण प्रक्रिया (Processes of Data Analysis)

अनुसन्धानबाट प्राप्त तथ्याङ्कलाई जस्ताको तस्तै व्यक्त नगरी विभिन्न तालिका, चित्र, ग्राफ इत्यादिको सहायताले विश्लेषण गरिन्छ ।

### ३.४ तथ्याङ्क सङ्कलन प्रक्रिया (Process of Data Collection)

तथ्याङ्क सङ्कलन विना अध्ययन पूरा गर्न सकिँदैन । तर तथ्याङ्क कसरी सङ्कलन गर्ने यसको प्रक्रिया पनि निधो गर्नुपर्दछ । हामी अन्तवार्ता, अवलोकन, सर्वेक्षण लगायतका माध्यमबाट तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न सक्दछौँ । अध्ययन प्रश्तावनामा तथ्याङ्क सङ्कलन र त्यसको प्रक्रियाको बारेमा स्पष्ट गर्नुपर्दछ ।

### ३.५ तथ्याङ्क सङ्कलनका साधनहरू (Tools of Data Collection)

तथ्याङ्क सङ्कलन गर्नका लागि अनुसन्धानकर्ताहरूले विभिन्न साधनहरू प्रयोग गर्न सक्दछन् । जस्तै दस्तावेज अध्ययन, लक्षित समूहसँग छलफल, अन्तवार्ता इत्यादि ।

## ४. सन्दर्भसूची (References)

सन्दर्भसूची भनेको प्रस्तावना तयार गर्दा अध्ययन गरिएका पुस्तक, पत्रपत्रिकाको लेख, रचना, अनुसन्धान प्रतिवेदन जर्नल इत्यादि हुन् । सामान्यतया हामी सन्दर्भसूची राख्दा वर्णानुक्रममा प्रस्तुत गर्दछौँ । सन्दर्भसूची साभार गर्दा M L A वा APA विधिको प्रयोग गरिन्छ ।

## कक्षा क्रियाकलाप

१. सामाजिक समस्यासँग सम्बन्धित एक अध्ययन प्रतिवेदन खोजी गर्नुहोस् । उक्त प्रतिवेदनको संरचना बारे छलफल गर्नुहोस् ।

२. पाठमा दिइएको अध्ययन प्रस्तावनाको स्वरुप हेर्नुहोस् । नेपालमा रहेका कुनै दुई विश्वविद्यालयहरूको प्रश्तावनासँग तुलना गर्नुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

**धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. अनुसन्धान भनेको के हो ?

२. अध्ययन प्रश्तावना भनेको के हो ?

**छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. सोधकार्यमा साहित्यको पुनरावलोकन गर्न किन जरुरी छ ? लेख्नुहोस् ।

**लामो उत्तर दिने प्रश्न**

१. अध्ययन प्रश्तावनामा समेट्नु पर्ने मुलभूत पक्षहरू के-के हुन् ?

## परियोजना कार्य (Project Work)

तपाईंले अध्ययन गरेको शिक्षण संस्थाको भौतिक पक्ष अध्ययन गर्नका लागि एउटा अध्ययन प्रस्तावना तयार गर्नुहोस् ।

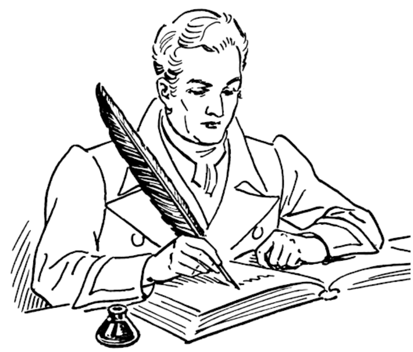
# पाठ - ४
# लेखन कार्यमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू
## (Things to Consider in Writing Work)

**पाठ चिनारी :** लेखन कार्य प्राज्ञिक र बौद्धिक कार्य हो । यस विधामा लाग्ने सर्जकले धेरै अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्नुपर्ने हुन्छ । लेखन कार्यको मूल उद्देश्य भनेको सञ्चार गर्नु अर्थात् सूचना तथा जानकारी सम्बन्धित पाठकमा पुऱ्याउन सक्नु हो । तसर्थ लेखन कार्य गर्दा धेरै पक्षहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ ।

### लेखन कार्यको परिचय (Introduction to Writing)

लेखन कार्य एक जटिल मध्येको एक कार्य हो । लेखन भन्ने बित्तिकै विभिन्न प्रश्नहरू उठ्न सक्दछन् । सर्वप्रथम हामीले तीनवटा कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ । पहिले कुन विषयमा लेख्ने, कस्तो पाठकको लागि लेख्ने र के उद्देश्यको लागि लेख्ने भन्ने कुरामा प्रस्ट हुनुपर्छ । लेखनलाई अर्को ढङ्गबाट विश्लेषण गर्ने हो भने विभिन्न प्रकारमा विभाजित गर्न सक्दछौँ । साहित्यिक लेख रचना जुन मनोरञ्जन तथा साधनाको लागि लेखिन्छ, समाचारजन्य लेख, जुन तत्कालका घट्नाहरू सम्प्रेषण गर्नका लागि लेखिन्छ, धार्मिक ग्रन्थ तथा लेख, ईश्वरको सन्देश प्रवाहको लागि लेखिन्छ र प्राज्ञिक लेखन विद्यालय तथा विश्व विद्यालयमा विद्यार्थीको प्राज्ञिक वृद्धि विकासको लागि लेख्ने गरिन्छ । यसरी यावत ढङ्गले विश्लेषण तथा व्याख्या गर्दै जाने हो भने लेखनको व्यापकता अझ वृहत् तथा फराकिलो पाउन सक्दछौँ ।

लेखन कार्य सूचना दिन, मनोरञ्जन दिन, धार्मिक सन्देश दिनको लागि गर्ने गरिन्छ।



लेखन कार्यको विषय, उद्देश्य र अध्ययन गर्ने पाठक तथा अन्य प्रयोजन जे जस्तो भए तापनि यो एउटा सिर्जनशील कार्य हो भन्ने कुरामा कसैको पनि दुईमत हुन सक्दैन । त्यसैगरी लेखन कार्य गर्दा सबै कुरा आफ्ना विचार र सोचाइ मात्र प्रयोग हुँदैन । हामी अन्य लेखकका पुस्तकबाट महत्त्वपूर्ण र सान्दर्भिक भनाइ पनि प्रक्रियागत ढङ्गले राख्ने गर्दछौँ ।

### लेखन कार्य र सन्दर्भ सामग्रीको साभार (Writing and Citation of Reference Materials)

प्राज्ञिक लेखन तथा अनुसन्धान प्रतिवेदनमा अनिवार्य रूपमा सन्दर्भ सामग्री तथा अन्य लेखकहरूको लेख तथा रचना प्रयोग गरिन्छ । यसरी अन्य लेखकको लेख वा रचना आफ्नोभन्दा राम्रो वा नराम्रो भएर साभार गरिएको होइन । यसको पछाडिको प्रमुख कारण भनेको आफ्नो दृष्टिकोणलाई तिखार्नु तथा प्रस्ट पार्नु हो । जसरी हामी दैनिक जीवनमा हुने कुराकानीबाट आफ्नो चेतनामा वृद्धि गर्न सक्दछौँ, त्यसैगरी अन्य लेखकको लेख तथा अनुसन्धान कार्यबाट आफ्नो लेखनमा ठूलो सुधार गर्न सक्दछौँ । खासगरी प्राज्ञिक लेखनमा पाठकलाई हाम्रो लेखको निष्कर्ष कसरी प्राप्त भयो भन्ने देखाउनु पर्ने हुन्छ । लेख तथा रचनाको स्रोत स्पष्ट नभएमा त्यो प्राज्ञिक लेखन जस्तो वैधता नपाएर सामान्य साहित्य कृति बन्न जान्छ । तसर्थ सन्दर्भ सामग्री साभार गर्नुपर्ने हुन जान्छ । अन्य लेखकहरूको लेख तथा रचना साभार गर्ने विभिन्न प्रक्रिया र अभ्यासहरू छन् । ती प्रक्रिया र अभ्यासहरूको बारेमा छलफल गर्नु अगाडि केही लेखनका महत्त्वपूर्ण पक्षहरूको बारेमा जानकारी हासिल गर्नु पर्दछ ।

आफ्नो लेख तथा रचनालाई वैधता दिन तथा मूल विषयवस्तु प्रष्ट्याउन सन्दर्भ सामाग्री साभार गरिन्छ।

## प्राज्ञिक निष्ठा (Academic Integrity)

प्राज्ञिक निष्ठा अन्तर्गत पाँच प्रमुख मूल्य तथा मान्यताहरू सान्दर्भिक देखिन्छन् । ती हुन् इमान्दारिता, विश्वसनीयता, निष्पक्षता, आदर र जिम्मेवारी । इमान्दारिता भन्नाले आफ्नो कृति सम्पन्न गर्नका लागि आफ्नो मेहनत, कर्म तथा अन्य व्यक्तिको योगदानलाईँ जस्ताको त्यस्तै स्वीकार गर्ने र त्यसलाई पाठक समक्ष प्रस्तुत गर्ने हो । विश्वसनीयता भनेको वैध र तथ्यलाई मात्र समावेश गर्ने ताकी आफ्नो लेख पूर्ण रूपमा पुष्टि गर्न सकियोस् । लेखन कार्यमा निष्पक्षता वा तट्स्थता हुनुपर्दछ । लेखन कार्यमा कुनै प्रकारको पूर्वाग्रह झल्किनु हुँदैन । कसैलाई व्यक्तिगत रूपमा वा निश्चित समुदायको भावनामा विचलन आउने कार्य हुनु हुँदैन । सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा आफ्नो लेख तथा रचनाप्रति आफै जवाफदेही हुन सक्नु पर्दछ । अन्यथा हाम्रो उद्देश्य पूरा हुन सक्दैन । यी विषयहरू नै प्राज्ञिक निष्ठाका मूलभूत पक्षहरू हुन् ।

## प्राज्ञिक दुराचार (Academic Mis conduct)

प्राज्ञिक दुराचार भनेको आफ्नो लेख तथा सूचनामा निष्ठा कायम गर्न असमर्थ हुनु हो । प्राज्ञिक दुराचारले शैक्षिक जगतमा हुने विभिन्न नकारात्मक क्रियाकलापलाई जनाउँदछ । यस अन्तर्गत बौद्धिक चोरी, बनावटी तथ्याङ्कको प्रयोग, गलत सूचनाको प्रवाह लगायत अन्य अनैतिकको गतिविधि पर्दछन् ।

**बौद्धिक चोरी (Plagiarism):** अंग्रेजी भाषाको Plagiarism लाई नेपाली बौद्धिक चोरी अर्थात् बौद्धिक सम्पत्तिको चोरीको रूपमा बुझ्न सकिन्छ । बौद्धिक चोरी भन्नाले अन्य लेखकको लेख रचनालाई आफ्नो दाबी गरी प्रयोग, प्रकाशन तथा वितरण गर्नु, अरुको कृतिलाई तोडमोड गर्नु, अन्य लेखकको भनाइ वा लेख साभार गर्दा सर्वमान्य विधि नअपनाउनु वा भुलचुक भएर गल्ती हुनु, प्रतिलिपि अधिकार (Copy right) को हनन् गर्नु जस्ता अनैतिक कार्यहरू हुन् । विद्यार्थी तथा सोधकर्ताले विद्यालय, विश्व विद्यालयमासोधपत्र बुझाउँदा अन्य व्यक्तिले गरेको सोधको केही अंश वा पूरै नक्कल गरी बुझाउने प्रचलन बढ्दै गएको छ । कतिपय अवस्थामा प्राज्ञिक क्षेत्रकै माथिल्लो तहमा रहेका पदाधिकारीहरू यस्तो कार्यमा संलग्न भएको पुष्टि भएको छ । यस्ता घटनाले खोज अनुसन्धानको महत्त्व मात्रै घटाउँदैन । यसले सत्य प्राप्त गर्ने मानिसको आवश्यकतालाई पनि कुण्ठित गर्दछ ।

हरेक देशले कानूनद्वारा नै बौद्धिक सम्पत्ति संरक्षणको प्रबन्ध मिलाएको हुन्छ । तर कतिपय मानिसहरू क्षणिक स्वार्थ पूर्तिको लागि यस्ता क्रियाकलापमा भाग लिन्छन् । तर अन्ततः उनीहरू कानूनी कारबाहीको भागिदार हुनुपर्ने हुन्छ । तसर्थ बौद्धिक चोरी अन्य भौतिक सम्पत्तिको चोरी जस्तै जघन्य अपराध हो । गीत सङ्गीतको हुबहु नक्कल गर्नु, अर्काको पुस्तकबाट जस्ताको त्यस्तै आफ्नो पुस्तकमा सारी बिना अनुमति प्रकाशन गर्नु, कुनै भिडियो वा चलचित्र निर्माताको अनुमति बिना पुन निर्माण गर्नु आदिदी बौद्धिक चोरीका केही विशेष उदाहरणहरू हुन् । बौद्धिक चोरी सधैँ जानाजान हुन्छ भन्न सकिन्न । कहिलेकाही अज्ञानताको कारणले पनि हुन सक्दछ । तसर्थ प्रतिलिपि अधिकार ऐनको बारेमा पनि जान्नु अति आवश्यक छ ।

**प्रतिलिपि अधिकार (Copy right) :** प्रतिलिपि अधिकारको सन्दर्भमा नेपालमा निम्न लिखित कानूनको व्यवस्था गरिएको छ ।

## परिच्छेद–२ प्रतिलिपि अधिकारको संरक्षण र प्राप्ति

प्रतिलिपि अधिकारको संरक्षणः (१) कुनै पनि रचनालाई प्रतिलिपि अधिकारको संरक्षण प्राप्त हुनेछ ।

(२) प्रस्तुतिकरण, सङ्कलन वा अभिव्यक्तिको दृष्टिकोणबाट मौलिक रुपमा प्रस्तुत भएका अनुवाद, संयोजन, क्रमबद्ध संयोजन, रचना वा कृतिहरूको सङ्ग्रह, यन्त्रको सहायताले वा यन्त्रको सहायता बेगर पढ्न सकिने गरी सङ्कलन गरिएको तथ्याङ्क वा तथ्याङ्कको आधार, लौकिक अभिव्यक्ति विधा अन्तर्गतका उखान, लोककथा, लोकगीत वा अन्य कुनै लोक अभिव्यक्तिमा आधारित व्युत्पन्न रचनालाई मूल रचनाको प्रतिलिपि अधिकारमा प्रतिकूल असर नपुयाउने किसिमले मौलिक रचना सरह नै प्रतिलिपि अधिकारको संरक्षण प्राप्त हुनेछ ।

## परिच्छेद–४ अनुमति विना प्रतिलिपि अधिकार प्राप्त सामग्री प्रयोग गर्न पाइने अवस्था

१. व्यक्तिगत प्रयोजनको लागि पुनरुत्पादन गर्न पाइने
२. उद्धरण गर्न पाइने
३. पठनपाठनको लागि पुनरुत्पादन गर्न पाइने
४. पुस्तकालय तथा अभिलेखालयले पुनरुत्पादन गर्न पाइने
५. सर्वसाधारणलाई जानकारी गराउने उद्देश्यले पुनरुत्पादन, प्रसारण र अन्य किसिमको सञ्चार गर्न पाइने
६. कम्प्युटर प्रोग्रामको पुनरुत्पादन गर्न पाइने
७. सार्वजनिक प्रदर्शन गर्न पाउने ।

**प्रतिलिपी ऐन, २०५९ को परिच्छेद ६ ले निम्नलिखित अवस्थामा संरक्षित अधिकारको उल्लङ्घन भएको मानिने जनाएको छ ।**

(क) रचयिता वा प्रतिलिपि अधिकार धनीको अनुमति प्राप्त नगरी वा अनुमति प्राप्त गरेको भए तापनि सम्झौता वा अनुमतिपत्रमा उल्लेख भएको शर्तको उल्लङ्घन गरी आर्थिक लाभ उठाई वा नउठाई व्यापारिक वा अन्य कुनै उद्देश्यले आफ्नो हक नपुग्ने रचना वा ध्वनिअङ्कनको प्रतिलिपिहरू उत्पादन गरी बिक्री वितरण वा सार्वजनिक सञ्चार गरेमा वा भाडामा दिएमा

(ख) अर्काको रचनाले आर्जित गरेको प्रतिष्ठाको फाइदा उठाउने नियतले त्यस्तो रचनाको अनुकरण गरी विज्ञापन वा प्रचार प्रसार गरेमा,

(ग) अर्काको रचनाको स्वरुप वा भाषाको माध्यम परिवर्तन गरी आर्थिक लाभ उठाउने उद्देश्यले अर्कै विषय वा प्रकृतिको रचना निर्माण गरेमा,

(घ) विज्ञापन वा अन्य कुनै माध्यमबाट दर्शक वा श्रोता वा पाठकलाई अर्कै रचना हो भन्ने भान पार्ने नियतले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपले कुनै कुरा निर्माण वा तयार गरी फाइदा उठाउने प्रयत्न गरेमा ।

(ङ) अनधिकृत पुनरुत्पादन गर्न हतोत्साहित गर्न गरिएको व्यवस्थालाई असफल गराउने ध्येय राखी तयार गरिएको उपकरण वा माध्यमको आयात, उत्पादन वा भाडामा दिने कार्य गरेमा,

(च) साङ्केतिक भाषामा गोप्य रुपमा (इन्क्रिप्ट गरी) प्रसारण गरिएको कार्यक्रमलाई अनधिकृत रुपमा हेर्न मद्दत गर्ने उपकरण बिक्री गर्ने उद्देश्यले उत्पादन वा आयात गर्ने कार्य गरेमा,

(छ) खण्ड (ङ) र (च) मा उल्लेख भए बाहेक प्रतिलिपि अधिकार उल्लङ्घन गर्ने उद्देश्यले मात्र तयार गरिएको यान्त्रिक उपकरण आयात, बिक्री, वितरण तथा प्रयोग गरेमा ।

(२) कसैले उपदफा (१) उल्लङ्घन गरी कुनै रचना वा ध्वनिअङ्कन प्रकाशन गरेको कुरा थाहा पाउँदा पाउँदै वा विश्वास गर्ने पर्याप्त कारण हुँदा हुँदै त्यसरी प्रकाशन गरिएका रचनाका प्रतिहरू एवं ध्वनिअङ्कनका प्रतिहरू बिक्री वितरण गर्न वा वहालमा दिनु हुँदैन ।

२६. **अनधिकार प्रतिलिपिहरूको पैठारीमा प्रतिबन्ध**

नेपाल "" भित्र तयार गरिएको भए अनधिकार प्रकाशन ठहरिने कुनै रचना वा ध्वनि अङ्कनको प्रतिलिपिहरू विदेशमा तयार गरी वा अन्य कुनै तरिकाले प्राप्त गरी व्यपारिक प्रयोजनको लागि नेपाल "" भित्र पैठारी गर्न हुँदैन ।

२७. **संरक्षित अधिकारको उल्लङ्घन गरेमा दण्ड सजाय**

(१) कसैले दफा २५ उल्लङ्घन गरेमा त्यस्तो उल्लङ्घन गर्ने व्यक्तिलाई कसूरको मात्रा अनुसार दश हजार रुपैयाँदेखि एक लाख रुपैयाँसम्म जरिबाना वा छ महिनासम्म कैद वा दुबै सजाय हुनेछ र दोस्रोपटक देखि पटकै पिच्छे बीस हजार रुपैयाँदेखि दुई लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना वा एक वर्षसम्म कैद वा दुवै सजाय हुनेछ । त्यसरी प्रकाशन वा पुनरुत्पादन गरेको वा वितरण गरेको वा पुनरुत्पादन गर्न प्रयोग गरिएका सामग्रीहरू जफत हुनेछ ।

(२) संरक्षित अधिकारको उल्लङ्घन गर्ने व्यक्तिबाट प्रतिलिपि अधिकार प्राप्त व्यक्तिलाई परेको नोक्सानीको क्षतिपूर्ति समेत भराई दिनु पर्नेछ ।

**२८. अनाधिकार प्रतिलिपि पैठारी गरेमा सजाय**

कसैले दफा २६ उल्लङ्घन गरी कुनै रचनाको अनाधिकार प्रतिलिपिहरू पैठारी गरेमा त्यस्तो प्रतिलिपिहरू जफत गरी निजलाई कसूरको मात्रा अनुसार दश हजार रुपैयाँदेखि एकलाख रुपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ र प्रतिलिपि अधिकार प्राप्त व्यक्तिलाई त्यस्तो पैठारीबाट भएको नोक्सानीको क्षतिपूर्ति समेत सो पैठारी गर्ने व्यक्तिबाट भराई दिनु पर्नेछ ।

**२९. अन्य सजाय**

कसैले यो ऐन र यस ऐन अन्तर्गत बनेको नियममा लेखिएका अन्य कुनै कुरा उल्लङ्घन गरेमा कसूरको मात्रा अनुसार पाँचहजार रुपैयाँदेखि पचासहजार रुपैयाँसम्म जरिबाना हुनेछ ।

**स्रोतः नेपाल प्रतिलिपि ऐन, २०५९**

## लेखन कार्यमा अरुको लेख रचनाको प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने पक्षहरू

आफ्नो लेख, रचना, अन्य लेखकको सामग्री राख्दा उचित तरिका अपनाउन नसकेमा बौद्धिक चोरी ठहर्छ।

लेखन कार्य अत्यन्त जटिल र प्राविधिक विषय हो । कुनै पनि प्राज्ञिक लेखनकार्य गर्दा खेरी लेखकले विभिन्न कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्दछ। कुनै पनि पुस्तक, पाठ्यपुस्तक लेख्दाखेरी हामी अन्य लेखकका लेख रचना वा भनाइहरू साभार गर्ने गर्दछौं । यस्तो कार्य गर्दा विशेष ध्यान पुऱ्याउन सकिएन भने बौद्धिक चोरी हुन सक्दछ। बौद्धिक चोरी भन्नाले अरुको लेख रचना भनाइलाई आफ्नो लेख या रचनामा साभार गर्दा खेरी उपयुक्त विधि वा प्रक्रिया नअपनाउनु हो । कहिलेकाहीँ लेखक अञ्जानमा परेर बौद्धिक चोरीको सिकार हुने गर्दछ भने कहिलेकाहीँ जानाजान अर्काको लेख रचनालाई आफ्नो दाबी गरेर प्रस्तुत गर्ने गर्दछन्। यी दुवै अवस्थामा बौद्धिक चोरी हुन्छ र लेखकलाई प्रतिलिपि ऐन अनुसार कारबाही हुने गर्दछ। तसर्थ लेखन कार्य गर्दा बौद्धिक चोरी नहोस् भन्ने हिसाबले गर्नुपर्दछ । अरुको लेख रचना साभार गर्दा ध्यान दिनु पर्ने यहाँ केही कुराहरू उल्लेख गरिएका छन् ।

- कुनै पनि लेखकको भनाइ वा विचारलाई साभार गर्दा उद्धरण चिह्न भित्र जस्ताको तस्तै राख्नुपर्दछ ।
- आफूले अध्ययन गरेका पाठ्यपुस्तकहरूको सूची सन्दर्भ सूचीमा उल्लेख गर्नुपर्दछ ।
- सन्दर्भ सूची राख्दा स्थापित पद्धति MLA(Morden Language Association, APA (American Psychological Association) वा अन्य विधि पालना गर्ने ।
- प्रतिलिपि अधिकार मिच्ने गरी कसैको लेख या रचनालाई आफ्नो पुस्तकमा समावेश गर्नु हुँदैन ।
- कुनै पनि विषयवस्तुको बारेमा लेख्दा अर्काको भनाइलाई जस्ताको त्यस्तै नराखी सरलीकरण (Paraphrasing) गर्नुपर्दछ ।
- हरेक लेखकको आफ्नै शैली वा संरचना हुन्छ। शब्द फरक भए तापनि शैली उस्तै भयो भने बौद्धिक चोरी हुने गर्दछ, त्यसकारण शब्द वा भनाइमात्र नभएर शैली पनि फरक बनाउन सक्नु पर्दछ ।

## स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. लेखन कार्य शिर्षकमा एक निबन्ध लेख्नुहोस् । उक्त निबन्धमा प्रतिष्ठित लेखकहरूको भनाइलाई नियम पूर्वक समावेश गर्नुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

**धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. प्राज्ञिक निष्ठा भनेको के हो ?

२. प्रतिलिपी ऐन के को बारेमा छ ?

**छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू**

१. अरुको लेख तथा रचना आफ्नो लेखमा समावेश गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू केके हुन् ?

२. बौद्धिक चोरी भनेको के हो ? उदाहरण सहित लेख्नुहोस् ।

**लामो उत्तर दिने प्रश्न**

१. प्रतिलिपी ऐन २०५९ ले कस्तो अवस्थामा प्रतिलिपी अधिकार हनन भएको मानिने उल्लेख गरेको छ ? लेख्नुहोस् ।

## परियोजना कार्य (Project Work)

विद्यालय तथा विश्वविद्यालयको सोधकार्य गर्दा बौद्धिक चोरी गरेको प्रशस्त समाचार सुन्दछौ । सामाजिक सञ्जाल वा पत्रपत्रिकाबाट यस्ता समाचार संकलन गर्नुहोस् र यसले उक्त कार्यमा सम्लग्न व्यक्तिको जीवनमा पार्ने प्रभाव छलफल गरि लेख तयार गर्नुहोस् ।

■

# पाठ - ५
# सामाजिक अध्ययनमा समस्या निर्माण, तथ्याङ्क तथा सूचना सङ्कलन विधि तथा साधन
## (Forming Problem, Data and Information Collection Methods and Tools in Social Studies)

**पाठ चिनारीः** अध्ययन तथा अनुसन्धान समस्या समाधानको लागि गर्ने गरिन्छ । सामाजिक अध्ययन विभिन्न विधिहरूको प्रयोग गरी अनुसन्धान गर्न सक्दछौं । आजकल सूचना प्रविधिको विकासले गर्दा गुगल सर्वे फर्म, विभिन्न सामाजिक सञ्जाल तथा कमर्सियल सफ्टवेयर प्रयोग गरी सूचना सङ्कलन गर्न सक्दछौं ।

## सामाजिक अध्ययनका लागि समस्या निर्माण र अध्ययन विधि चयन

बाग्मती मानव सभ्यता वा बाग्मती सभ्यताको अध्ययन गर्नु पऱ्यो भने सर्वप्रथम त बाग्मती क्षेत्रमा मानव कसरी आए ? उनीहरू कुन देशका थिए ? उनीहरूलाई कसले प्रतिस्थापन गर्दै गयो ? यो कुराको जानकारी किन सबै मानिसहरूमा भएन ? उनीहरूको चित्र किन प्राप्त भएन ? उनीहरूले हरेक पुस्तामा कस्ता सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक गतिविधिहरू गरे जस्ता विविध प्रश्नहरू उब्जिन्छन् । ती प्रश्नहरूको समाधान गर्नका लागि हामीले अध्ययन गर्नुपर्ने हुन्छ । यो नै अध्ययनका लागि समस्या निर्माण प्रक्रिया हो । अर्कोतर्फ विपत् व्यवस्थापनमा हामीले अध्ययन गर्नु पऱ्यो भने हामीले बाढी-पहिरोको अध्ययन गर्ने कि, आधीबेहरीको अध्ययन गर्ने की, जलवायु परिवर्तनको अध्ययन गर्ने की जस्ता विषयको छिनोफानो गर्नुपर्ने हुन्छ । हामीले बढी पहिरोको अध्ययन गर्ने हो भने बाढी पहिरो नेपालको कुन कुन स्थानमा अथवा विश्वभरी हो भने विश्वमा सबैभन्दा बढी कुन कुन स्थानमा जान्छ । बाढी पहिरोको प्रमुख कारणहरू केके हुन् ? बाढी पहिरोले नेपालमा के के असर गरेको छ ? क्षति हुनुका अन्य कारणहरू केके हुन् ? त्यसलाई राम्ररी अध्ययन गर्दा कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ जस्ता कुराहरू समस्या निर्माण अन्तर्गत पर्दछन् । यसरी हामीले समस्या निर्माण गरिसकेपछि कुनचाहिँ विषयवस्तुमा कुन खालको विधि अपनाउने भन्ने निधो गर्न सकिन्छ । प्रचलित विधि मध्ये सर्वे, अन्तर्वाता, क्षेत्र अवलोकन सबैलाई अथवा कुनै एउटा वा दुईटालाई प्रयोग गर्न सक्दछौं । जस्तैः विपत व्यवस्थापनअन्तर्गत हामीले सर्वेक्षण गर्न सक्दछौं ।

स्थलगत भ्रमण गर्न सक्दछौ भने आवश्यक मान्छेसँग अन्तर्वार्ता लिन सक्दछौं । त्यसैगरी बाग्मती सभ्यताको अध्ययन गर्दा सर्वप्रथम क्षेत्र भ्रमण गरेर अवलोकन गर्न सक्दछौं । त्यसको सर्वेक्षण गर्न सक्दछौं अनि विज्ञहरूसँग अन्तर्वार्ता लिन पनि सक्दछौं । समस्या निर्माण प्रक्रियाबाटै कुनै पनि विषयको अध्ययन अनुसन्धान गर्नु किन जरुरी हुन्छ ? त्यसको तात्पर्यता के हुन सक्ला ? त्यसका अवयवहरू केके हुन् सक्लान ? त्यसबाट कसरी जान्न

चाहेको कुरा थाहा पाउन सकिन्छ ? केके प्रक्रियाहरू छन् ? लगायतका कुराहरू समस्या निर्माण अन्तर्गत नै आउँछन् । यसले कुनै कुरा माथि अध्ययन अनुसन्धान गर्नुपर्ने कुरा स्पष्ट पार्दछ अर्थात् अध्ययनको औचित्य प्रष्ट्याउँछ । तसर्थ समस्या निर्माण प्रक्रिया महत्वपूर्ण हुन्छ ।

अध्ययन वा अनुसन्धान गर्दा समस्याको कथनलाई आधार मानेर अनुसन्धानको लागि विशिष्ट प्रश्नहरू तयार गरिन्छ । उक्त अनुसन्धान प्रश्नहरूको उत्तर प्राप्ति तथा अनुसन्धान सम्पन्न गर्नको लागि आवश्यक तथ्यहरू जोडजाम गर्ने तरिका नै अनुसन्धान विधि हो । अनुसन्धानको क्रममा के कस्ता सूचना तथा तथ्याङ्क सामग्रीको आधारमा अध्ययनको निचोड निकाल्न सकिन्छ सोही अनुरुप अध्ययन विधि छान्नु पर्दछ । समस्या समाधानका लागि विभिन्न अध्ययन विधिहरू छन् जसमध्ये हामी चार प्रमुख विधिहरूको बारेमा चर्चा गर्नेछौं ।

सत्य तथा तथ्य पत्ता लगाउन विभिन्न प्रश्नहरू गरेर जानकारी हासिल गरी गरिने खोज सर्वेक्षण हो ।

१. **सर्वेक्षण (Survey):** सर्वेक्षण भनेको एक अनुसन्धान विधि हो जसमा पुर्वनिर्धारित सहभागीहरूलाई केही निश्चित प्रश्नहरू सोधेर उनीहरूले दिएको उत्तरको आधारमा तथ्य पत्ता लगाउने गरिन्छ । सामाजिक अध्ययनका विद्यार्थीहरूले यस विधिको प्रयोग गरेर विभिन्न घटना तथा समस्याको अध्ययन गर्न सक्दछन् । उदाहरणको लागि कुनै एक स्थानमा बाढीले ठूलो जनधनको क्षति गऱ्यो भने त्यस स्थानका मानिसहरूलाई तुरुन्तै सहयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । यसका लागि उद्धार टोली पठाउने पहिलो कदम हुन सक्दछ । त्यसपछि त्यहाँको विस्तृत अवस्था पत्ता लगाउनका लागि सर्वेक्षण गर्न जरुरी छ । यस्तो सर्वेक्षणमा निम्न प्रश्नहरू सोध्न सकिन्छ:

- बाढी कति समयसम्म खतरनाक अवस्थामा रह्यो ?
- बाढीले कति धनसम्पत्तिको क्षति गऱ्यो ?
- बाढीको कारण कसैको ज्यान क्षति भयो कि भएन ?
- तपाईंहरू सरकारबाट के अपेक्षा गर्नु हुन्छ ?
- उद्धार टोली कति बेला आइपुग्यो ?

माथि उल्लिखित र यस्तै प्रश्नहरू स्थानीय बासीलाई सोधीसकेपछि हामी त्यहाँको अवस्थाको बारेमा थाहा पाउन सक्दछौं । यसले त्यस स्थानमा बाढीको कारण देखा परेका समस्या समाधान गर्ने आधार पनि तय गर्न सक्दछौं । यसरी सर्वेक्षणले सामाजिक समस्यालाई समाधान गर्न सक्दछ ।

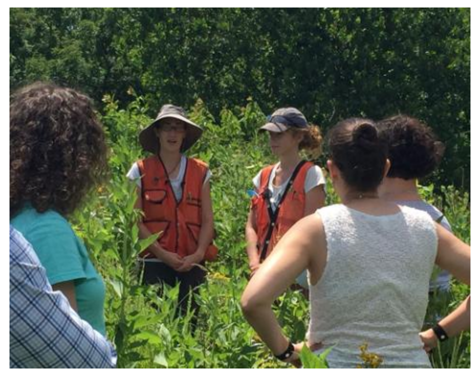
अन्तरवार्ता अन्तरिक्रयाको उत्कृष्ट विधि हो । यसले वास्तविक सामाजिक, आर्थिक वा अन्य अवस्थाको बारेमा व्यक्तिबाट सोधिएका र नसोधिएका दुवै जानकारी हासिल गर्न सकिन्छ ।

२. **अन्तवार्ता (Interview):** अन्तर्वाता सामाजिक अन्तक्रियाको लागि अत्यन्तै उत्कृष्ट, प्रभावकारी र बहुप्रचलित विधि

हो । सामाजिक अध्ययनमा पनि विविध सामाजिक पक्षहरूको, सामाजिक अवस्था तथा परिस्थितिको बारेमा जान्नको लागि अन्तर्वाताको प्रयोग गरिन्छ । उदाहरणको लागि डोल्पा जिल्लाको आर्थिक तथा सामाजिक अवस्थाको बारेमा जान्नका लागि हामी डोल्पा जिल्लाको जनप्रतिनिधि, स्थानीय स्वयमसेवी वा नागरिक अगुवासँग अन्तरवार्ता लिन सक्छौँ । सर्वेक्षण गर्दा कतिपय कुराहरू सहभागीको प्रश्नले नसमेटेको विषयमा आफ्ना विचार व्यक्त गर्न नसक्ने हुन सक्दछन् तर अन्तर्वातामा एउटा व्यक्तिले नसोधिएको कुरा पनि आफ्नो भनाइ राख्ने क्रममा राख्न सक्दछन् ।

क्षेत्र अवलोकन विधिबाट सिकारुहरूले प्रत्यक्ष रुपमा सिक्न सक्दछन् । खास गरी सामाजिक अध्ययन जस्तो समाजको अध्ययन गर्ने विषयको लागि यो अति नै उपयोगी हुन्छ ।

३. **क्षेत्र अवलोकन (Field Visit):** सामाजिक अध्ययनका विद्यार्थीहरूले विषयवस्तुको ज्ञान प्रदान गर्न क्षेत्र अवलोकन पाठ्यक्रमको एउटा अभिन्न अङ्गको रुपमा रहन्छ । क्षेत्र अवलोकनले विद्यार्थीहरूलाई प्रत्यक्ष रुपमा हेर्न र पाठ्यक्रमले राखेका उद्देश्यहरू प्राप्तिमा सहयोग गर्दछ । क्षेत्र अवलोकनले विद्यार्थीहरूमा उत्सुकता र इच्छाको सिर्जना गर्दछ । यसले विद्यार्थीहरूलाई समाजमा पनि जोड्न सक्दछ । कतिपय कुरा विद्यार्थीले कक्षाकोठामा जति प्रयास गरेतापनि सिक्न सक्दैनन् । यस्ता विषयवस्तु क्षेत्र अवलोकनबाट सजिलै सिकाउन सकिन्छ । सामाजिक अध्ययन कक्षा कोठामा मात्रै सीमित विषय होइन । हामीले समाजसँग जोडेर जीवन्त सिकाइ गतिविधि सञ्चालन गर्नुपर्दछ । उदाहरणको लागि नेपालको पश्चिमी क्षेत्रमा छाउपडी प्रथा प्रचलित छ । यसले त्यस क्षेत्रका महिलाहरूको जीवनमा नकारात्मक असर पारिरहेको छ । यस विषयमा विद्यार्थीलाई कक्षाकोठामा भाषण विधिबाट पढाउनुको सट्टामा उनीहरूलाई क्षेत्र अवलोकमा लगियो भने उनीहरूले प्रत्यक्ष रुपमा बुझ्ने अवसर पाउँछन् जसले शिक्षण अत्यन्त प्रभावकारी र दिगो हुन्छ ।



## पाठ–६

## सामाजिक तथ्याङ्क र सूचना सङ्कलनका विधि र साधनहरू (Social Data and Information Collection Method and Tools)

पाठ चिनारी: सामाजिक अध्ययनका विद्यार्थीहरूले आफ्नो अध्ययन तथा अनुसन्धानलाई सहज बनाउन नयाँ सूचना प्रविधिको प्रयोग गर्न सक्दछन् । खासगरी सूचना संकलनका लागि गुगल सर्भे फर्म, सामाजिक संजाल तथा कर्मसियल सफ्टवेयरको प्रयोगमा व्यापकता आएको छ ।

तथ्याङ्क सङ्कलन भनेको अध्ययन गर्न चाहेको विषयको लागि आवश्यक विवरण विश्वसनीय स्रोतबाट जम्मा गर्नु हो । अध्ययनको प्रकृति र प्रकार अनुसार तथ्याङ्क संकलन विधि फरक पर्दछ । अनुसन्धान कार्यमा आवश्यक विवरण, सूचना तथा तथ्याङ्कहरू विश्वसनीय, प्रामाणिक तवरबाट सङ्कलन गर्न सकेमा मात्र अध्ययनले सही दिसा लिने र उपयुक्त निष्कर्ष वा निचोड निकाल्न सकिन्छ । केही तथ्याङ्क सङ्कलनका विधि तथा साधनहरू निम्नानुसार रहेका छन् ।

गुगल सर्वे फर्म इन्टरनेटको प्रयोग गरी ठूलो क्षेत्रका मानिसहरूको प्रतिक्रिया लिन प्रयोग गरिने एक निशुल्क रुपमा उपलब्ध साधन हो।

१. **गुगल सर्वे फर्म (Google Survey Form):** गुगल सर्वे फर्म इन्टरनेटको माध्यमबाट तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने एक साधन हो । यो सर्वेक्षणको प्रतिक्रिया सङ्कलन गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसमा हामी प्रश्नहरू निर्माण गरेर अनलाइन राख्दछौँ । यस्तो फर्मलाई हामी कुनै पेजमा, इमेलमा वा वेवसाइटमा राख्न सक्दछौं । हरेक प्रश्नको उत्तर वा प्रतिक्रिया अटोमेटिक स्प्रेडसीटमा सङ्कलित हुन्छ । यसलाई हामीले सिर्जना गरेको खाकामा हेर्न सक्दछौं ।

गुगल सर्वे फर्म गुगलद्वारा सिर्जना गरिएको निःशुल्क सर्वे प्रणाली हो । यसमा गुगलद्वारा निर्मित Google Docs, Google Keep, Google sheet लगायतका साइटहरू छन् । गुगलले फर्म प्रयोगकर्ताले आफैँ सम्पादन (Edit) गर्न मिल्ने बनाएको छ । यद्यपि गुगल सर्वे फर्म निरन्तर रुपमा परिमार्जित गरिदै लगिएको सेवा हो । सामाजिक सूचना अर्थात् समाजका लागि आवश्यक सूचना प्राप्त गर्नका लागि हामी गुगल सर्वेक्षण फर्मको प्रयोग गर्न सक्छौं । यसले हामीलाई ठूलो क्षेत्रका (Wide range) धेरै मानिसहरूको विचार तथा प्रतिक्रिया सङ्कलन गर्न सहयोग गर्दछ । यो खर्चको हिसाबले अत्यन्तै न्युन खर्चमा सञ्चालन गर्न सकिने र समयको हिसाबले अत्यन्तै लचक मानिन्छ । त्यसैगरी यो एकै जना व्यक्तिले पनि प्रयोगमा ल्याउन सक्ने साधन हो । उदाहरणको लागि सरकारले ल्याउन लागेको मिडिया विधेयकको सन्दर्भमा आम नागरिकको धारणा बुझ्न चाहेको खण्डमा हामी आवश्यक सङ्ख्यामा प्रश्नावली राखेर गुगल सर्वे फर्मको प्रयोग गरी सर्वेक्षण गर्न सक्दछौं । यस सर्वेक्षणमा नेपालमा रहेका नेपाली मात्र नभएर विदेशमा रहेका नेपाली नागरिक पनि भाग लिन सक्दछन् ।

### गुगल सर्वे फम प्रयोग गर्ने तरिकाहरू

- गुगल सर्वे फम प्रयोग गर्न गुगल अकाउन्ट बनाउने,
- त्यसपछि गुगल सर्च बटनमा गएर https://docs.google.com/forms मा क्लिक गर्ने,
- आफ्नो सर्वेक्षणको नाम राख्ने,
- Untitled question मा प्रश्नहरू राख्ने,
- विभिन्न प्रकारका प्रश्नहरू मध्ये आफूलाई उपयुक्त लागेको प्रश्न छान्ने (जस्तैः ठिक बेठिक, बहुवैकल्पिक, खाली ठाउँ गर्ने, छोटो उत्तर दिने इत्यादि ।)
- दायातिर रहेको मेनुमा क्लिक गरेर प्रश्नहरू थप्ने
- आवश्यक भए अनिवार्य (Required) बटन क्लिक गर्ने,
- Palette आइकन क्लिक गरेर फोटो वा रङ मिलाउने,
- आफ्नो सर्वे कस्तो छ जाँच्न आँखा (Eye) आइकलनमा क्लिक गर्ने,
- Gear आइकनमा क्लिक गरेर सर्वेको Setting मिलाउने,
- त्यसपछि इमेल वा अन्य माध्यमबाट फम अरुलाई पठाउने ।

यसरी हामी गुगल सर्वे फम प्रयोग गर्न सक्दछौं ।

सामाजिक सञ्जाल इन्टरनेटको माध्यमबाट चल्ने फेसबुक, युटुव, जिमेल जस्ता साधनहरू हुन् । यसबाट मानिसहरूको विचार भावना तथा उनीहरूको दृष्टिकोण जान्न सक्दछौं ।

२. **सामाजिक सञ्जाल (Social Network):** सामाजिक सञ्जाल भनेको कुनै एप्लीकेसन वा वेवसाइट हो जसमा अनगिन्ती मानिसहरू एक अर्कामा कम्प्युटर प्रविधिबाट जोडिएर आफ्ना विचार, भावना, फोटो, भिडियो इत्यादि साटासाट गर्न सक्दछौं । सामाजिक सञ्जाललाई भर्चुअल समाज वा समुदाय हो । फेसबुक, ट्वीटर, टिकटक, युटुव, गुगल इत्यादि सामाजिक सञ्जालका उदाहरण हुन् । हरेक सामाजिक सञ्जालको विशेषता र उपयोगिता फरक फरक छन् । तर सबै सामाजिक सञ्जालको समानता भनेको समाजका धेरैभन्दा धेरै मानिसहरूलाई प्रविधिको माध्यमले जोड्ने र सञ्चारलाई सहज बनाउनु नै हो ।

सामाजिक तथ्याङ्क सङ्कलनको लागि सामाजिक सञ्जाल सबैभन्दा उपयुक्त साधन हो । आजकाल विश्वका अधिकांश मानिसहरू कुनै न कुनै सामाजिक सञ्जाल को प्रयोग गर्दछन् । तसर्थ मानिसहरूको रुचि, चाहना, विचार, भावना इत्यादि बुझ्नलाई सामाजिक

सञ्जाल अति उपयोगी हुन्छ । हामी फेसवुकबाट रुचि (likes), अनुयायी (Followers), मानिसहरूको विचार, इत्यादि थाहा पाउन सक्दछौं । ट्वीटरबाट विचार तथा कसैले व्यक्त गरेको विचारलाई रिट्वीट तथा लाइक इत्यादि थाहा पाउन सक्दछौं ।

कमर्सियल सफ्टवेयरले पनि सामाजिक सूचना तथा जानकारी प्राप्त गर्न सहयोग गर्दछ।

३. **कमर्सियल सफ्टवेयर (Commercial software):** कमर्सियल सफ्टवेयर भनेको त्यो सफ्टवेयर हो जुन कुनै कम्पनिले बेच्न, लाइसन्स दिन निर्माण गर्दछ । सामान्यतया कमिर्सयल सफ्टवेयर प्रयोगकर्ताले आफैँ Edit वा Modify गर्न मिल्दैन । एन्ड्रोइड, (Android), IOS वा कम्प्युटरमा प्रयोग हुने विण्डो (Window), नेटफ्लिक्स (Netflix) र अमेजन प्राइम (Amazon Prime) जस्ता कमर्सियल सफ्टवेयर प्रत्यक्षरुपमा सूचना सङ्कलनको लागि निर्मित नगरिएको भएता पनि यिनै कमर्सियल सफ्टवेयरको सहायताले विभिन्न प्रोग्रामहरू, एप्लीकेसनहरू चल्ने गर्दछन् । उदाहरणको लागि हामीले प्रयोग गर्ने फोनमा IOS, Android लगायतका सफ्टवेयरहरू प्रयोग गरिएको हुन्छ । त्यही फोनबाट हामी इमेल, फेसबुक, युटुव, याहु, ट्वीटर जस्ता एप्लीकेशनहरू प्रयोग गर्दछौं । सूचना प्रविधिको विकासले संसारलाई निक्कै बदलेको छ । हामी प्रत्येक सेकेन्ड हाम्रो हातकै मोबाइलको साहाराले संसारमा नविनतम घटनाहरू प्रत्यक्ष रुपमा थाहा पाउन सक्दछौं । सामाजिक अध्ययनमा सामाजिक घटनाको ठूलो महत्त्व रहन्छ । यसर्थ यस्ता कमर्सियल सफ्टवेयरले विद्यार्थीहरूलाई सामाजिक तथ्याङ्क सहजैरुपमा प्राप्त गर्नका लागि पनि सहयोगी सिद्ध भएका छन् ।

**तथ्याङ्क सं**कलनका लागि प्रयोग गरिने व्यवसायिक सफ्टवेयर प्रयोग गर्ने प्रक्रिया निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ ।

१. कुन उद्देश्यको लागि व्यवसायिक सफ्टवेयर प्रयोग गर्न लागिएको हो स्पष्ट हुने ।

२. **स**फ्टवेयरलाई चुस्त रुपले संचालन हुने कम्प्यूटर, ल्यापटप तथा अन्य सामाग्री प्रयोग गर्ने ।

३. **स**फ्टवेयरलाई तथ्याङ्क संकलन गर्ने लक्षित समुदायसम्म सर्बसुलभ ढङ्गले पुऱ्याउने ।

४. **तथ्याङ्क प्रदानकर्तालाई कुनै स**मस्या परेमा तुरुन्तै खबर लिई समाधान गर्ने ।

५. **स**फ्टवेयरले प्रयोगको क्रममा प्रतिकृया नदिई काम गर्न छोडेमा तुरुन्तै सफ्टवेयर निर्मातालाई खबर गरी समस्या समाधान गर्ने ।

६. **सं**कलित तथ्याङ्कलाई राम्ररी भण्डारण गरी प्रशोधन गर्ने ।

७. **प्रशोधन तथा नतिजा तयार गर्दा कुनै अप्ठेरो परेमा स**म्बन्धित सफ्टवेयर निर्माता कम्पनीलाई सम्पर्क गरी दीर्घकालीन रुपले समस्या समाधान गर्ने ।

## स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. सामाजिक सञ्जालबाट के–कस्ता सूचना प्राप्त गर्न सकिन्छ ? त्यस्ता सूचनाले तपाइको जीवन कस्तो प्रभाव पारेको छ ?

## अभ्यास EXERCISE

धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. समस्या निर्माण भनेको के हो ?

२. कमर्सीयल सफ्टवेयर भनेको के हो ?

छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. सर्वेक्षण विधिका फाइदा र बेफाइदा लेख्नुहोस् ।

२. तालिका भनेको के हो ? एउटा उदाहरण प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

३. सामाजिक अध्ययनमा उपयोगी हुने विधिहरूको छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।

४. सामाजिक अध्ययनमा समस्या निर्माणको अध्ययन विधिहरू केके हुन् ?

लामो उत्तर दिने प्रश्न

१. सामाजिक सूचना तथा तथ्याङ्क संकलनका विधी र साधनहरूको व्याख्या गर्नुहोस् ।

### परियोजना कार्य (Project Work)

तपाईंको समाजमा कस्ता सामाजिक समस्याहरू छन् । ती समस्या पत्ता लगाउन प्रश्नहरू निर्माण गरी समाजका सदस्यहरूलाई सोध्नुहोस् । उनीहरूले दिएको उत्तर रेकर्ड गरी त्यसैको आधारमा एउटा प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

# पाठ– ७

# सामाजिक तथ्याङ्क र सूचना विश्लेषण र प्रस्तुतीकरण (Analysis and Presentation of Social Data and Information)

**पाठ चिनारी:** सामाजिक अध्ययन तथा जीवनोपयोगी शिक्षा प्रयोगमा आधारित व्यवहारीक शिक्षा हो । यसका विद्यार्थीहरूले अध्ययनको क्रममा विभिन्न प्रकारका सूचना संकलनका विधि तथा साधनहरू प्रयोग गर्दछन् । आजकाल गुगल सर्भे फर्म, सामाजिक संजाल र कर्मसियल सफ्टवेयरहरूको प्रयोगमा व्यापकता आएको छ ।

## तथ्याङ्क तथा सूचनाको विश्लेषण र प्रस्तुतीकरण (Analysis and Presentation of Statistics and Information)

### सूचना प्रविधि र सामाजिक तथ्य प्रस्तुतीकरण (Inforamtion Technology and Social Data Presentation)

हाम्रो समाजमा विभिन्न घटनाहरू दिनहुँ घट्दछन् । यसरी समाजका मूल्य, मान्यता, घट्ना तथा विभिन्न कार्यक्रमजन्य सूचनालाई सामाजिक तथ्य भनिन्छ । उदाहरणको लागि कुनै एउटा गाउँमा गाउँलेहरूको छलफलद्वारा बाटो निर्माण गर्ने निर्णय गऱ्यो भने त्यो सम्बन्धी समाचार सामाजिक तथ्य वा सूचना हो ।

सामाजिक सूचनालाई विगतमा सभा सम्मेलन, चिठीपत्र, सार्वजनिक क्षेत्रमा लेखेर, कुनै पनि स्थानको अग्लो ठाउँमा गएर ढोल वा नरसिंह बजाएर प्रवाह गर्ने गरिन्थ्यो । त्यसबेला आजको जस्तो सूचना प्रविधिको विकास भएको थिएन । तर समयले हाम्रो जीवनमा धेरै परिवर्तनहरू ल्याएको छ । टेलिफोन, टेलिभिजन र पत्रपत्रिकाको विकास सँगै सूचना प्रसारण गर्ने प्रणालीमा नयाँ क्रान्ति आयो । पछिल्लो दशकमा सूचना प्रविधिको क्षेत्रमा व्यापक विकास भएको छ । खासगरी इन्टरनेटको व्यापकताले समग्र प्रणालीम परिवर्तन आएको छ । सामान्यतया सूचना प्रविधिको प्रयोग गरी सामाजिक तथ्यलाई निम्नअनुसार प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

सामाजिक अध्ययनमा उपयोगी हुने सूचना वा तथ्याङ्कलाई विभिन्न चार्ट, ग्राफ, कथात्मक, बुँदागत तथा टेबलमा राखेर प्रस्तुत गर्न सक्दछौँ ।

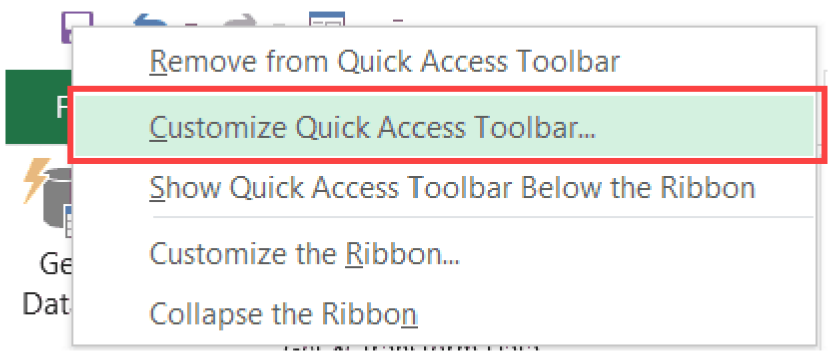
अनुसन्धानबाट प्राप्त विभिन्न तथ्याङ्कहरूलाई सरल, सहज र स्पष्ट रूपमा प्रस्तुत तथा विश्लेषण गर्नुपर्ने हुन्छ । अध्ययनका सफल परिणााम प्राप्त विवरण तथा सूचनाहरूको उचित विश्वसनीय विश्लेषण र प्रस्तुतीकरणमा भर पर्दछ । तथ्याङ्कहरू सङ्कलन गरेर मात्र अनुसन्धान सार्थक बन्दैन । यसलाई सफल, अर्थपूर्ण र विश्वसनीय बनाउनको लागि सही रूपमा प्रस्तुत गर्नु आवश्यक हुन्छ । प्रस्तुती र विश्लेषण जति वैज्ञानिक हुन्छ अनुसन्धान उति अर्थपूर्ण हुन्छ । तथ्याङ्क तथा सूचना विश्लेषण भन्नाले प्राप्त तथ्याङ्कलाई ग्राफ, स्तम्भचित्र, चार्ट वा तालिकामा राखेर सबैले बुझ्न सक्ने बनाउनु हो । उदाहरणको लागि यदि कुनै समाज वा गाउँपालिकाको बजेट प्राप्त गरियो भने त्यसलाई प्रतिशतका आधारमा वृतचित्रमा देखाउन सकिन्छ । त्यसैगरी कुनै स्थानको वा कक्षाको विद्यार्थीहरूको लैङ्गिक अनुपात देखाउनु पऱ्यो भने स्तम्भचित्रमा देखाउन सकिन्छ । कुनै विषयको एक शीर्षकको आधारमा उपशीर्षकको पनि उपशीर्षक देखाउनु पऱ्यो भने Flow chart मा देखाउन सकिन्छ । गुणात्मक तथ्याङ्कलाइई बुँदा टिपोट, तथ्यहरूको सूची, उद्धरण आदिमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । तथ्याङ्कको विश्लेषणद्वारा नै तथ्याङ्कलाई दर, अनुपात, मध्यक, मध्यिका इत्यादि केमा देखाउने हो त्यसमा देखाउन सकिन्छ । यसो गर्दा तथ्याङ्क सहजै रूपमा बुझ्न सहयोग हुन्छ । यहाँ केही सूचना तथा तथ्याङ्क प्रस्तुत गर्ने तरिकाहरू व्याख्या गरिएको छ :

१. **डाटा इन्ट्री (Data Entry):** डाटा इन्ट्रि भनेको हामीसँग उपलब्ध भएको सूचना वा तथ्याङ्कलाई एक्सेलमा रहेको टेम्प्लेटमा राख्ने कार्य हो । एक्सेलले तथ्याङ्क राख्नको लागि उपयुक्त प्रकारको फर्म निर्माण गरेको छ । एक्सेलको फर्मबाट डाटा सिटमा हामी तथ्याङ्क राख्ने, राखिएको तथ्याङ्क खोज्ने र आवश्यक परे सम्पादन वा मेटाउने (delete) पनि गर्न सक्दछौँ ।

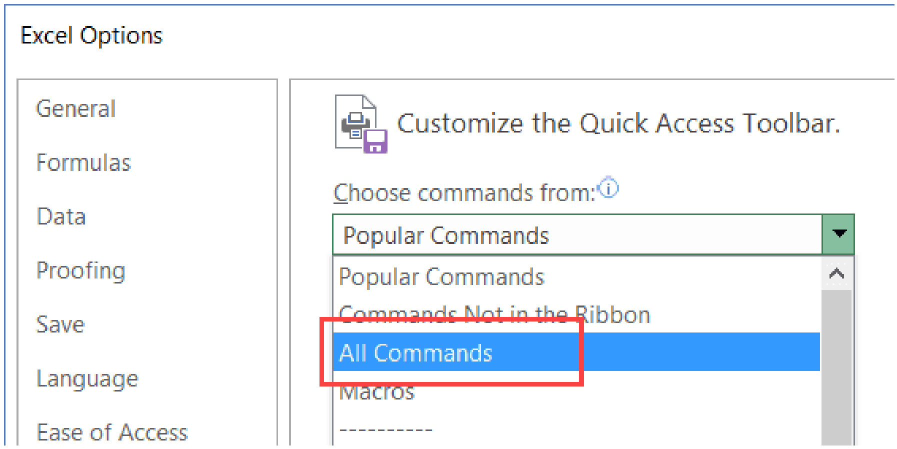
एक्सेलमा तथ्याङ्क समाविष्ट (Data entry) गर्न निम्नलिखित प्रक्रियाहरू अपनाउनु पर्दछ :

१. Quick Access Toolbar मा रहेको कुनै एक आइकनलाई Right क्लिक गर्ने ।

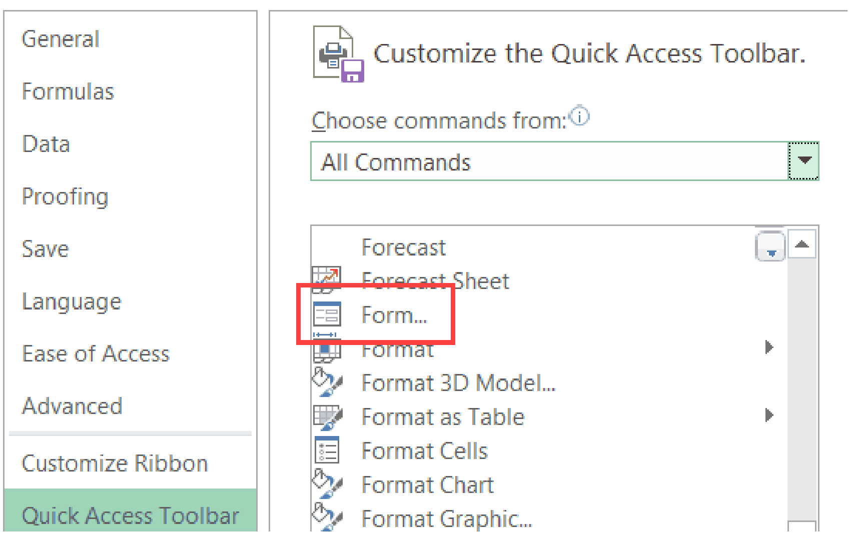
२. त्यसपछि Customize quick access toolbar मा क्लिक गर्ने ।



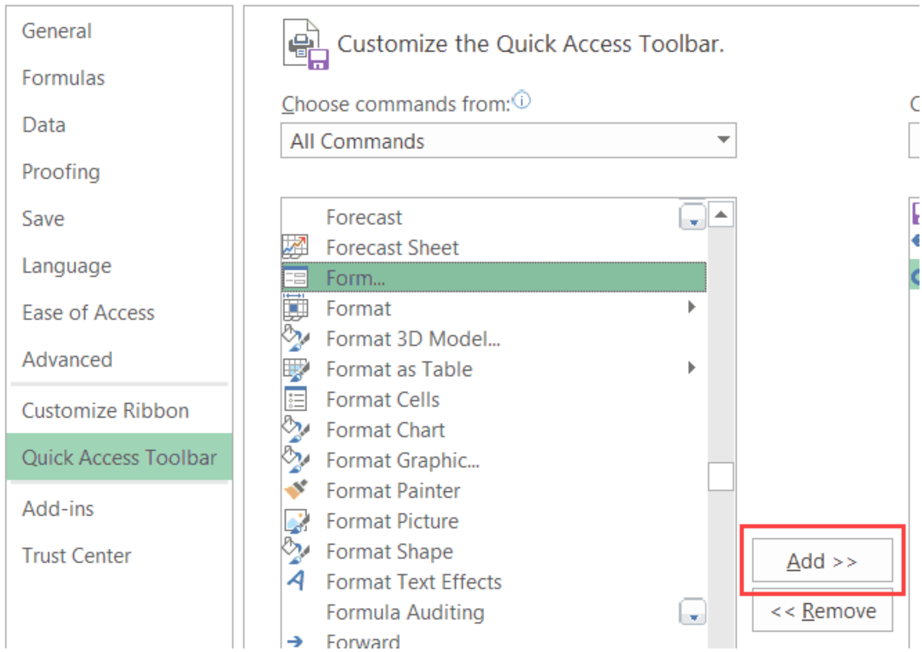

३. एक्सेल अपसन्सको डाइलक बक्समा All commands लाई क्लिक गर्ने ।




४. सूचीमा रहेका Commands लाई Scroll गर्ने र फमलाई छान्ने ।

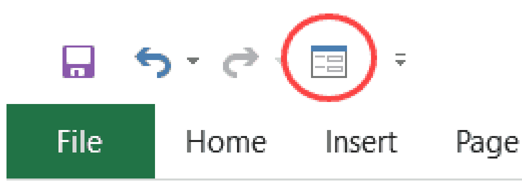



५. Add button लाई क्लिक गर्ने ।




६. त्यसपछि OK लाई क्लिक गर्ने ।

माथिको प्रक्रिया पूरा गरिसकेपछि Quick access toolbar मा तल दिइएको जस्तो आइकन देखिन्छ ।




एक पटक Quick access toolbar मा आइकन आइसकेपछि तपाईं कुनै पनि cell मा क्लिक गरेर तथ्याङ्क राख्न सक्नु हुन्छ ।

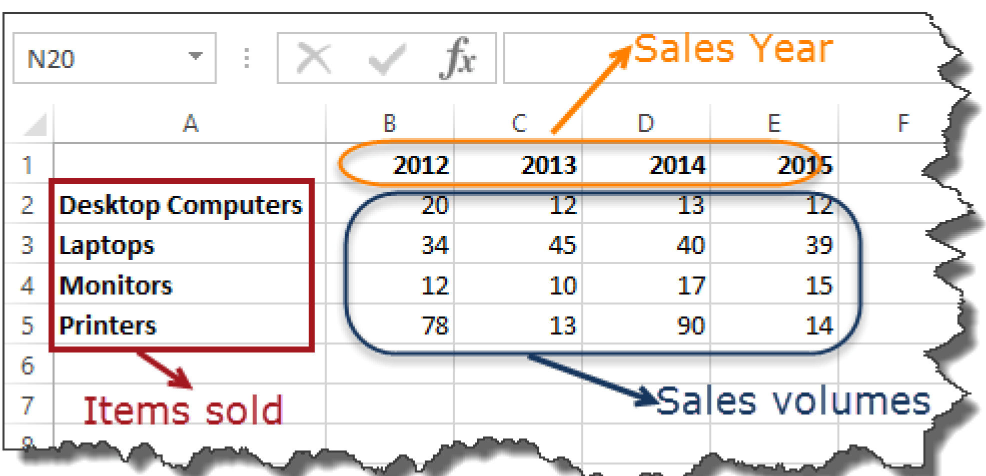
२. **तालिका, ग्राफ, चार्टमा प्रस्तुत गर्ने (Presenting in table, graph and chart):** हामीसँग उपलब्ध तथ्याङ्कलाई एक्सेलको प्रयोगबाट उपयुक्त तालिकामा राख्न सक्दछौं । त्यसका लागि एक्सेलको Spreadsheet खोल्नु पर्दछ । Spread sheet मा तथ्याङ्क राखेर सजिलै तालिकामा परिवर्तन गर्न सक्दछौं । त्यो तालिकालाई सेभ (save) गरेर हाम्रो प्रतिवेदन वा कुनै डकुमेन्टमा राख्न सक्दछौं । तालिकामा मात्र नभएर एक्सेलको प्रयोग गरेर लाईनग्राफ, वृत्तचित्र, स्तम्भचित्र इत्यादि सहजै बनाउन सक्दछौं ।

एक्सेलबाट तालिका, ग्राफ, चार्ट बनाउदा हुने फाइदाहरू ।

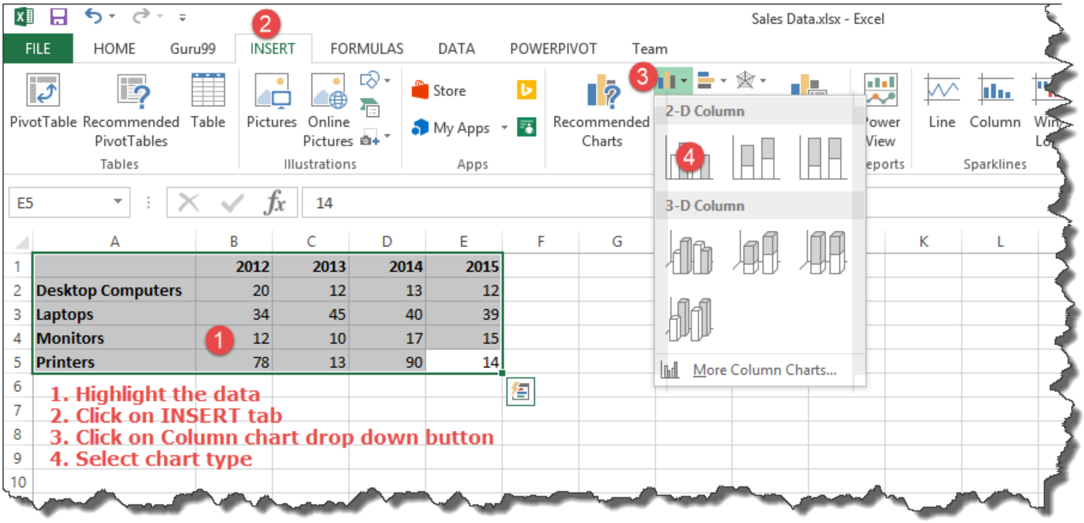
- यो विद्युतीय प्रविधिबाट निर्माण गरिने भएकाले मानिसबाट हुने गल्ती बाहेक कम्प्युटरले कुनै गल्ती गर्दैन ।
- छोटो समयमा धेरै चार्ट, ग्राफ वा तालिका बनाउन सकिन्छ ।
- निश्चित प्रक्रिया र सुत्र प्रयोग गरेपछि ग्राफ, चार्ट वा तालिका आफैँ बन्दछ । यसको लागि कुनै विशेष कला वा ज्ञान हुन जरुरी छैन ।
- यसबाट बनेका तालिका, ग्राफ, वृत्तचित्र र प्रतिशत सही (Accurate) हुन्छन् ।
- समयको बचत हुन्छ ।
- अनावश्यक रुपमा कागजको खर्च हुँदैन ।
- तथ्याङ्कमा परिवर्तन आएसँगै सम्पादन गर्न सकिन्छ ।
- आफूलाई आवश्यक सङ्ख्यामा तालिका, ग्राफ, स्तम्भभित्र प्रिन्ट गर्न सकिन्छ ।
- एक्सेल वा यस्तै अन्य साधनको प्रयोगबाट विभिन्न स्प्रेडसिटहरू तयार गर्ने तथा औषत, मध्यक, बहुलाङ्क, तथ्याङ्कको फैलावट आदिको गणनाबाट तथ्याङ्कको विश्लेषण गर्न सकिन्छ ।
- घण्टी लगाएर विश्लेषण गर्नुपर्ने तथ्याङ्क सजिलै बुझाउन सकिन्छ ।

एक्सेलमा ग्राफ, चार्ट तथा तालिका बनाउन निम्न लिखित प्रक्रियाहरू अपनाउनु पर्छ :

- सर्वप्रथम एक्सेल खोल्ने ।
- त्यसपछि आफूसँग उपलब्ध तथ्याङ्कलाई राख्ने ।
- तपाईंको एक्सेलमा तल देखिएको जस्तो तालिका आउनु पर्दछ ।

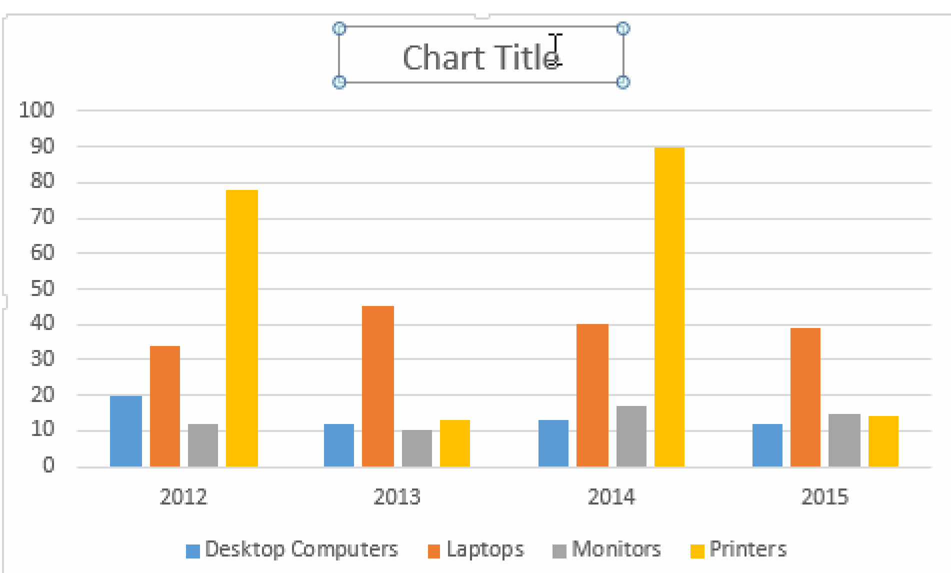



आफूलाई आवश्यक परेको ग्राफ, चार्ट तथा तालिका बनाउन निम्न लिखित कार्य गर्नुहोस् :




- ग्राफ, चार्ट वा तालिकामा राख्न चाहेको तथ्याङ्क छान्नु होस् ।
- त्यसपछि Insert tab मा click गर्नुहोस् ।
- Column मा रहेको चार्ट, ग्राफ वा तालिका मध्ये एकमा क्लिक गर्नुहोस् ।

यदि तपाईंले ग्राफ छान्नु भएमा तल दिइएको जस्तो चित्र देखा पर्दछ ।



(माथि दिइएको ग्राफको अर्को नमुना आफै बनाएर राख्ने ।)

## सामाजिक अध्ययनमा तथ्याङ्क विश्लेषण गर्ने तरिका (Methods of Data Analysis in Social Studies)

१. **औसत (Mean):** औसत भन्नाले विभिन्न स्वरूपका तथ्याङ्कहरूको मध्यम रुप वा अंक हो । खास गरी तुलनात्मक अध्ययनको लागि औसत अत्यन्त उपयोगी हुन्छ । यसले समग्र तथ्याङ्क तथा सूचनाको प्रतिनिधित्व गर्दछ । औसतलाई अङ्क गणितीय र स्थानअनुसार दुई तरिकाले प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

**(क) अङ्क गणितीय औसत (Arithmetic Mean):** अङ्क गणितीय औसत सरल र विश्वसनीय विधि हो । यसलाई सामान्य र भारयुक्त गरी दुई तरिकाले निकाल्न सकिन्छ ।

a. **सामान्य औसत (Simple Mean):** सामान्य औसतलाई विभिन्न विधि प्रयोग गरेर निकाल्न सक्दछौ । उदाहरणको लागि व्यक्तिगत श्रेणी निकाल्न हामी प्रत्यक्ष विधि (Direct method) प्रयोग गर्न सक्छौ । प्रत्यक्ष विधिको प्रयोग गर्दा निम्न सूत्र प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

$$\overline{x} = \frac{\sum x}{n}$$

$\overline{x}$ = औसत (Mean)

x = पदहरू (Variety value)

n = पदको सङ्ख्या

उदाहरणको लागि तल दिइएको तथ्याङ्कको औसत निम्नानुसार निकाल्न सकिन्छ ।

x: 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80

समाधान

$\overline{x}$ = ?

$$\overline{x} = \frac{\sum x}{n}$$

$$= \frac{20+30+40+50+60+70+80}{7} = 50$$

तसर्थ दिइएको तथ्याङ्कको औसत 50 हो ।

**b. भारयुक्त औसत (Weighted Mean):** भारयुक्त औसत भन्नाले विभिन्न पदहरूलाई आफ्नो महत्त्वको आधारमा भार दिई निकालिने औसत हो । जस्तैः एउटा विद्यालयमा 7 जना प्रा.वि. शिक्षक, 8 जना नि.मा.वि. शिक्षक, 7 जना मा.वि. शिक्षक र 5 जना उच्च मा.वि. शिक्षक कार्यरत छन् र तिनीहरूको तलब तहगत रूपमा क्रमशः रु. 15,000, 17,000, 19,000 र 24,000 छ भने शिक्षकहरूको औसत तल कति होला ?

समाधान,

औसत निकाल्नका लागि निम्न सूत्र प्रयोग गरिन्छ ।

मानौं, $w_1, w_2 \ldots w_n$ पद मूल्य $x_1, x_2 \ldots x_n$ को भार हुन भने भारित अङ्क गणितीय औसत ($\overline{x}_w$) यसरी गणना गरिन्छ ।

१. पदहरूको मूल्य (x) लाई सम्बन्धित पदभारले (w) गुणन गरी गुणनफलको योग निकाल्ने

२. $\sum wx$ लाई पद मूल्य र भारहरूको गुणनफलको जोड,

$\sum w$ = भारहरूको जोड

$(\overline{x}_w)$ = भारित समानान्तर

माथिको तथ्याङ्कलाई निम्नानुसार विश्लेषण गर्न सकिन्छ :

| तलब (रु.) (x) | सङ्ख्या (w) | xw |
|---|---|---|
| 15,000 | 6 | 90,000 |
| 17,000 | 8 | 136,000 |
| 19,000 | 7 | 133,000 |
| 24,000 | 5 | 120,000 |
| | $\sum w = 26$ | |

Now, $\overline{x}_w = \frac{\sum wx}{\sum w} = \frac{479,000}{26}$

अतः अङ्क गणितीय औसत रु. 18,423

**२. गुणोत्तर औसत (Geometric Mean)**

गुणोत्तर मध्यक निकाल्दा n वटा पदहरू दिइएको छ भने त्यसको गुणतफलको x औं मूल ($n^{th}$ root) बाट निकालिन्छ । जुन सामान्य औसतको बराबर हुन्छ । गुणोत्तर औसत निकाल्दा निम्न सूत्र प्रयोग गरी व्यक्तिगत श्रेणी (Individual series) निकालिन्छ ।

$$G.M. = \text{Antilog}\left(\frac{\sum \log x}{N}\right)$$

उदाहरण, तलको आँकडाको गुणोत्तर औसत निकाल्नुहोस् ।

x: 150, 160, 170, 180, 185

गुणोत्तर औसत गणना

| x | log x |
|---|---|
| 150 | 2.1761 |
| 160 | 2.2041 |
| 170 | 2.2175 |
| 180 | 2.2305 |
| 185 | 2.2553 |
| | 2.2672 |
| | $\sum \log x = 13.3507$ |

$$G.M. = \text{Antilog}\left(\frac{\sum \log x}{N}\right) = \text{Antilog}\left(\frac{13.3507}{6}\right)$$

$$= \text{Antilog}\ (2.2251)$$

$\therefore$ G.M. = 167.9

**३. हरात्मक औसत (Harmonic Mean):** पदहरूको अङ्कगणितीय औसतलाई हरात्मक औसत भनिन्छ । यसलाई निम्न तरिकाबाट निकाल्न सकिन्छ :

व्यक्तिगत श्रेणी निकाल्दा,

i. विभिन्न पद (x) हरूको व्युत्क्रम $\left(\frac{1}{x}\right)$ पत्ता लगाउने

ii. $\frac{1}{x}$ को योग $\left(\sum \frac{1}{x}\right)$ निकाल्ने

iii. त्यसपछि n लाई $\sum \frac{1}{x}$ ले भाग गर्ने

iv. सूत्र प्रयोग गरी हरात्मक औसत गणना गर्ने

$$\text{हरात्मक औसत (H.M.)} = \frac{1}{\frac{1}{N}\left(\frac{1}{x_1} + \frac{1}{x_2} + \frac{1}{x_3}\right) + \ldots + \frac{1}{x_n}} = \frac{n}{\sum\left(\frac{1}{x}\right)}$$

**उदाहरणः**

तलको तथ्याङ्कको हरात्मक औसत निम्नानुसार निकालिन्छ :

x: 50, 55, 60, 65, 68, 70, 74, 78

**गणना तालिका**

| x | $\frac{1}{x}$ |
|---|---|
| 50 | 1/50 = 0.020 |
| 55 | 1/55 = 0.018 |
| 60 | 1/60 = 0.017 |
| 65 | 1/65 = 0.015 |
| 68 | 1/68 = 0.014 |
| 70 | 1/70 = 0.014 |
| 74 | 1/74 = 0.013 |
| 78 | 1/78 = 0.012 |
| | $\sum \frac{1}{x} = 0.126$ |

$$\text{Now, H.M.} = \frac{N}{\sum \frac{1}{x}} = \frac{8}{0.126} = 63.49$$

२. **मध्यक (Median):** मध्यक भनेको दिइएको तथ्याङ्कलाई दुई भागमा विभाजन गरी गरिने गणना हो । उपलब्ध तथ्याङ्कको स्वरूपले मध्यक निकाल्ने प्रक्रियालाई निर्धारण गर्दछ । व्यक्तिगत श्रेणीमा रहेको तथ्याङ्कलाई मध्यक निकाल्न निम्न विधिको प्रयोग गरिन्छ ।

पदहरूको सङ्ख्या विजोर भएमा क्रम मिलाएको सङ्ख्याहरूको बिचमा पर्ने सङ्ख्या मध्यक हो । जस्तैः 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35 मा 20 माध्यक हो । त्यसैगरी पदहरूको सङ्ख्या जोर भएमा बिचमा पर्ने 2 ओटा सङ्ख्याको औसत नै मध्यक हो । जस्तैः 20, 25, 30, 35, 40 ,45, 50, 55 मा मध्यक निकाल्दा,

$$\text{मध्यक} = \left(\frac{N+1}{2}\right) \text{औं स्थान} = \frac{8+1}{2} = 4.5 \text{ औं पद}$$

4.5 औं पद भनेको चौथो र पाँचौको बिचमा पर्दछ ।

$$\text{त्यसैले, } \frac{35+40}{2} = \frac{75}{2} = 37.5$$

## ३. बहुलक (रीत) (Mode)

दिइएको तथ्याङ्कमा सबैभन्दा बढीपटक दोहोरिएको सङ्ख्यालाई रीत (Mode) भनिन्छ । खण्डित श्रेणीमा पनि जसको सबैभन्दा बढी बारम्बारता छ, त्यो सङ्ख्या नै रीत हुन्छ । त्यसैगरी, वर्गीकृत श्रेणी (Continuous series) मा भने सबभन्दा बढी बारम्बारता भएका श्रेणीलाई रीत श्रेणी (Model class) भनिन्छ । रीतलाई संकेतमा ($M_0$) ले जनाइन्छ । यो व्यावसायिक र बजार अध्ययनहरूमा व्यापक रूपम उपयोगी छ । जहाँ निर्णय निर्माताले आकारको बारेमा जान्न रुचि राख्छ, जुन चीजहरूको अधिकतम् एकाग्रता हुन्छ तथा रीतको प्रयोग हुन्छ । त्यहाँ रितको प्रयोग हुन्छ । विभिन्न परिस्थितिहरू जहाँ हामी ज्याला, प्राय साधारण आय, सबभन्दा साधारण उचाइ, वा सामान्य शर्टको धेरै कलर आकारको कुरा गर्दछौं तथा रीतको प्रयोग हुन्छ । रीतको भोट औषत र मध्यस्थ भन्दा बढी हुन्छ ।

**रीतका फाइदाहरू (Advantages of the Mode)**

- रीतलाई बुझ्न र गणना गर्न सजिलो छ ।
- रीतलाई अति ठूला वा अति साना मानले प्रभावित पार्दैन ।
- रीत व्यक्तिगत वा खण्डित श्रेणीबाट पत्ता लगाउन धेरै सजिलो छ ।
- रीत गुणात्मक तथ्याङ्कको लागि समेत उपयोगी हुन्छ ।
- खुल्ला र अन्त्य नहुने बारम्बारता तालिका समेतबाट रीत गणना गर्न सकिन्छ ।
- रीतलाई चित्रात्मक रूपमा देखाउन (निर्धारण गर्न) सकिन्छ ।
- अति ठूला वा साना मानले रीतलाई असर गर्दैन ।

**रीतका बेफाइदाहरू (Disadvantage of Mode)**

- यदि तथ्याङ्कमा दोहोरिएको मान छैन भने रीत परिभाषित हुँदैन ।
- रीत सबै मानहरूमा आधारित हुँदैन ।
- यदि तथ्याङ्कमा सानो संख्याको मान भए रीत अस्थिर हुन्छ ।
- कहिलेकाही तथ्याङ्कसँग एउटा मात्र रीत हुने गर्दछ । कहिलेकाही एकभन्दा बढी रीत हुने गर्छ भने कहिलेकाही रीत नै पनि नहुन सक्छ ।

**उदाहरण १:** दिइएको आँकडाबाट रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

i. व्यक्तिगत श्रेणीको रीत (Mode of Individual Series)

10, 12, 14, 15, 11, 12, 16, 12, 14, 14, 11, 12, 12

**समाधान,** यहाँ,

$10 \rightarrow 1$ पटक दोहोरिएको छ ।

$11 \rightarrow 2$ पटक दोहोरिएको छ ।

$12 \rightarrow 5$ पटक दोहोरिएको छ ।

$14 \rightarrow 3$ पटक दोहोरिएको छ ।

$15 \rightarrow 1$ पटक दोहोरिएको छ ।

माथिको जानकारीलाई नियाल्दा, सबैभन्दा बढी पटक दोहोरिन आएको संख्या 12 हो । अतः रीत ($M_o$) = 12 हुन्छ ।

ii. **खण्डित श्रेणीको रीत (Mode of Discrete Series):**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| तापक्रम (°c) | 18 | 17 | 25 | 35 | 38 |
| दिनको संख्या | 12 | 15 | 28 | 25 | 20 |

**समाधान,**

यहाँ सबैभन्दा बढी बारम्बारता (दिनको सङ्ख्या) 28 छ । जुन तापक्रम 25 (°c) को हो । अतः उक्त तथ्याङ्कको रीत ($M_o$) = 25°C हुन्छ ।

iii. **वर्गीकृत (अभिच्छिन्न) श्रेणीको रीत (Mode of individual series):**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| प्राप्ताङ्क | 50–60 | 60–70 | 70–80 | 80–90 | 90–100 |
| विद्यार्थी संख्या | 3 | 12 | 32 | 20 | 6 |

**समाधान,**

सूत्र,

रीत $(M_o) = L + \frac{\Delta_1}{\Delta_1 + \Delta_2} \times h$

जहाँ, L = मोडेल वर्गान्तरको तल्लो सीमा

$\Delta_1 = f_m - f_0$, fm $\rightarrow$ अधिकतम बारम्बारता

$f_0 \rightarrow$ मोडेल वर्गान्तरको पहिलो (ठीक माथि पर्ने) बारम्बारता

$\Delta_2 = f_m - f_2$

h $\rightarrow$ मोडेल वर्गान्तरको अन्तर (फरक)

$f_2 \rightarrow$ मोडेल वर्गान्तरको ठीक निम्न बारम्बारता (ठीक तल पर्ने बारम्बारता)

त्यसैले, सबैभन्दा ठूलो (अधिकतम्) बारम्बारता ($f_m$) = 32 सो बारम्बारताको वर्गान्तर = 70 – 80

अतः नमुना वर्गान्तर = 70 – 80

नमुना वर्गान्तरको तल्लो सीमा (L) = 70

नमुना वर्गान्तरको माथिल्लो बारम्बारता ($f_o$) = 12

नमुना वर्गान्तरको तल्लो बारम्बारता ($f_2$) = 20

अब, सबैको मान प्रतिस्थापन गर्दा,

रीत $(M_o) = 70 + \frac{20}{20 + 12} \times 10$

$= 70 + \frac{20}{32} \times 10$

$= 70 + \frac{200}{32}$

$= 70 + 6.25$

$= 76.25$

अतः रीत ($M_o$) = 76.25

**उदाहरण २**

तलको तथ्याङ्कको रीत 42 छ भने x को मान पत्ता लगाउनुहोस् ।

| वर्गान्तर | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 | 50–60 | 60–70 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता | 12 | 20 | x | 26 | 6 | 7 |

**समाधान,**

यहाँ, रीत $(M_o) = 42$ पर्ने वर्गान्तर 40 – 50 छ ।

तल्लो सिमा $(L) = 40$

वर्गान्तर $(h) = 10$

$f_m = 26, f_0 = x, f_0 = 6$

त्यसैले, $\Delta_1 = f_m - f_0 = 26 - x$

$\Delta_2 = f_m - f_2 = 26 - 6 = 20$

अब रीत $(M_o) = L + \dfrac{\Delta_1}{\Delta_1 + \Delta_2} \times h$

$42 = 40 + \dfrac{26 - x}{26 - x + 20} \times 10$

or, $42 - 40 = \dfrac{(26 - x)10}{46 - x}$

or, $2(46 - x) = 260 - 10x$

or, $92 - 2x =- 260 - 10x$

or, $10x - 2x = 260 - 92$

or, $8x = 168$

or, $x = \dfrac{168}{8}$

$\therefore$ $x = 21$

अतः $x = 21$ Ans:

**४. विस्तार/तथ्याङ्कको फैलावट (Range):**

कुनै पनि तथ्याङ्कको वितरणमा भएको सबैभन्दा ठूलो र सबैभन्दा सानो पदको फरकलाई विस्तार भनिन्छ । विस्तारले तथ्याङ्कको फैलावट कति छ भन्ने कुराको जानकारी दिन्छ । विस्तारलाई संकेतमा (R) ले जनाइन्छ । त्यसैले, विस्तार (R) = सबैभन्दा ठूलो सङ्ख्या (L) – सबैभन्दा सानो सङ्ख्या (S) हुन्छ ।

**उदाहरण १**

(व्यक्तिगत श्रेणी) तलको तथ्याङ्कबाट विस्तार पत्ता लगाउनुहोस् : 41, 45, 68, 72, 90, 95, 30, 46, 52

**समाधान,**

सबैभन्दा सानो सङ्ख्या (S) = 41

सबैभन्दा ठूलो सङ्ख्या (L) = 95

$\therefore$ विस्तार (R) = L – S = 95 – 41 = 54

अतः उक्त तथ्याङ्कको फैलावट (R) = 54 छ ।

**उदाहरण २**

(खण्डित श्रेणी) तल दिइएको तथ्याङ्कबाट विस्तार पत्ता लगाउनुहोस् :

| ज्याला (रु. मा) | 750 | 1000 | 1250 | 1500 | 1750 | 2000 | 2250 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| कामदार सङ्ख्या | 5 | 6 | 3 | 4 | 7 | 8 | 2 |

**समाधान,** यहाँ

सबैभन्दा थोरै ज्याला (न्यूनतम्) (S) = रु. 750

सबैभन्दा धेरै (अधिकतम्) ज्याला (L) = रु. 2250

विस्तार (R) = L – S = रु. 2250 – रु. 750

= रु. 1500

अत: दिइएको ज्याला तालिकाको विस्तार (R) = रु. 1500 छ

**उदाहरण ३**

(अभिच्छिन्न श्रेणी) तल दिइएको तथ्याङ्बाट विस्तार पत्ता लगाउनुहोस् ।

| वर्गान्तर | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 | 50–60 |
|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता | 5 | 7 | 11 | 9 | 6 |

**समाधान,**

सबैभन्दा सानो वर्गान्तरको तल्लो सिमा (S) = 10

सबैभन्दा ठूलो वर्गान्तरको माथिल्लो सिमा (L) = 60

विस्तार (R) = L – S

= 60 – 10 = 50

अत: उक्त तथ्याङ्कको फैलावट (R) = 50 सम्म छ

**विस्तारका फाइदाहरू (Advantages of Range):**

i. विस्तार स्पष्टसँग परिभाषित हुन्छ ।

ii. विस्तार गणना गर्न सजिलो र बुझ्नका लागिा पनि सरल छ ।

iii. विस्तारको गणन गर्न छिटो र थोरै समयले पुग्छ ।

iv. विस्तारमा सबैले एउटै उत्तर पाउँछन् ।

**विस्तारका बेफाइदाहरू (Disadvantages of Range)**

i. विस्तार सबै तथ्याङ्कहरूमा आधारित हुँदैन ।

ii. विस्तार नमुनाको उत्तरचढाबबाट प्रमाणित हुन्छ ।

iii. यो खुल्ला र अन्त्य वर्गान्तरहरूको लागि उपयुक्त छैन ।

iv. यो थप गणितीय उपचारको लागि लागू हुँदैन ।

## कक्षा क्रियाकलाप

१. निम्नलिखित आँकडाबाट रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

| x | 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 | 40 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| f | 6 | 8 | 4 | 3 | 5 | 7 | 2 | 4 |

Ans: 10

## अभ्यास EXERCISE

१. निम्न लिखित तथ्याङ्कबाट रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

i. a, b, c, d, c, d, b, c, d, c [Ans: c]

ii. 2, 4, 6, 8, 6, 4, 2, 2, 4, 6, 6, 4, 6 [Ans: 6]

iii. 70, 80, 60, 50, 60, 75, 60 [Ans: 60]

iv. 13kg, 12kg, 13kg, 12kg, 12kg, 13kg, 15kg, 13kg, 15kg [Ans: 13 kg]

2. i. 'Curriculum' मा रितिय अक्षर कुन हो ? [Ans: u]

ii. 28 जना विद्यार्थी भएको कक्षामा 12 जना प्रत्येकले 80 अंक, 10 जना प्रत्येकले 72 अंक, बाँकी विद्यार्थीले 95 अंक प्राप्त गरे भने प्राप्ताङ्कको रीत पत्ता लगाउनुहोस् । (Ans: 80 अंक)

3.

i. एउटा तथ्याङ्कको सबैभन्दा ठूलो पद (L) र सबैभन्दा सानो पद (S) भए विस्तार (R) कति हुन्छ ?
Ans: R = L – S

ii. एउटा तथ्याङ्कको सबैभन्दा सानो पद (50) र सबैभन्दा ठूलो पद (95) भए विस्तार (R) कति हुन्छ ? (Ans: 35)

iii. यदि तथ्याङ्कको सबैभन्दा ठूलो पद 670 र विस्तार 250 छ । सो तथ्याङ्कको सबैभन्दा सानो पद पत्ता लगाउनुहोस् ।

iv. एउटा तथ्याङ्कमा सबैभन्दा सानो पद 150 र विस्तर 370 छ । सो तथ्याङ्कको सबैभन्दा सानो पद 150 र विस्तार 370 छ । सो तथ्याङ्कको सबैभन्दा ठूलो पद पत्ता लगाउनुहोस् । (Ans: 520)

4. तलको व्यक्तिगत आँकडााट विस्तार पत्ता लगाउ ।

i. 64, 60, 70, 72, 68, 80, 85, 56 (Ans: 29)

ii. 60, 62, 67, 54, 59, 61, 62, 56, 60, 58 (Ans: 13)

iii. 8, 1, 3, 3, 1, 7, 4, 1, 4, 4 (Ans: 7)

iv. 12, 1, 10, 1, 9, 3, 4, 9, 7, 9 (Ans: 11)

छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू

१. निम्नलिखित आँकडाबाट रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

i.

| उचाइ cm मा | 90 | 100 | 110 | 120 | 130 | 140 | 150 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी संख्या | 15 | 18 | 22 | 25 | 20 | 15 | 40 |

Ans: 120

ii.

| प्राप्ताङ्क | 45 | 55 | 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी संख्या | 12 | 17 | 15 | 30 | 19 | 42 | 8 | 5 | 7 |

Ans: 75

iii.

| बच्चाको सङ्ख्या | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|---|

| परिवार सङ्ख्या | 7 | 23 | 15 | 6 | 3 | 2 |
|---|---|---|---|---|---|---|

Ans: 2

iv.

| रङ | रातो | कालो | निलो | पहेँलो | सेतो | पर्पल (वैजनी) | फुस्रो |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता (f) | 7 | 8 | 5 | 6 | 3 | 2 | 5 |

Ans: कालो

2. निम्न लिखित आँकडाहरूबाट रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

i.

| जमिनको क्षेत्रफल (हेक्टरमा) | 1–3 | 3–5 | 5–7 | 7–9 | 9–11 | 11–13 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| मानिसको संख्या | 20 | 45 | 80 | 55 | 40 | 12 |

Ans: 6.17 हेक्टर

ii.

| प्राप्ताङ्क | 0–10 | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 |
|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी सङ्ख्या | 6 | 10 | 12 | 8 | 7 |

Ans: 23.33

iii.

| वर्गान्तर | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 | 50–60 | 60–70 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता | 30 | 16 | 12 | 18 | 5 | 10 |

Ans: 16.82

iv.

| उचाइ (से.मि.मा) | 160–162 | 163–165 | 166–168 | 169–171 | 172–174 |
|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी सङ्ख्या | 15 | 118 | 142 | 127 | 18 |

Ans: 167.35

v.

| कारको सङ्ख्या | 0–10 | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 | 50–60 | 60–70 | 70–80- |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता | 7 | 14 | 13 | 12 | 20 | y | 15 | 8 |

लामो उत्तर दिने प्रश्न

1. तलका तथ्याङ्कहरूको विस्तार पत्ता लगाउनुहोस् ।

i.

| ज्याला | 35 | 45 | 55 | 65 | 75 |
|---|---|---|---|---|---|
| कामदार संख्या | 50 | 54 | 85 | 45 | 30 |

ii.

| प्राप्ताङ्क | 5 | 25 | 45 | 15 | 35 |
|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी संख्या | 5 | 8 | 6 | 4 | 7 |

iii.

| आकार | 4 | 5 | 5 | 7 | 8 | 9 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| मान्छेको संख्या | 15 | 13 | 12 | 16 | 14 | 11 |

Ans: 5

iv.

| उमेर (वर्षमा) | 25 | 30 | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| मानिसको सङ्ख्या | 7 | 8 | 3 | 2 | 6 | 4 | 5 | 9 |

Ans: 35)

v.

| ज्याला (रु. मा) | 10–20 | 20–30 | 30–40 | 40–50 | 50–60 |
|---|---|---|---|---|---|
| कामदार संख्या | 5 | 8 | 12 | 10 | 5 |

(Ans: 50)

vi.

| उचाइ (cm मा) | 95–105 | 105–115 | 115–125 | 125–135 | 135–145 |
|---|---|---|---|---|---|
| बारम्बारता | 9 | 13 | 25 | 30 | 13 |

| 145 – 155 |
|---|
| 10 |

(Ans: 60)

vii.

| उचाइ (इन्चमा) | 50–53 | 53–56 | 56–59 | 59–62 | 62–65 | 65–68 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| विद्यार्थी संख्या | 2 | 7 | 24 | 27 | 13 | 3 |

Ans: 18)

## परियोजना कार्य (Project Work)

तलका तथ्याङ्कहरूको विस्तार पत्ता लगाउनुहोस् ।

| दैनिक खर्च | 0–20 | 20–40 | 40–60 | 60–80 | 80–100 |
|---|---|---|---|---|---|
| परिवार संख्या | 1 | 4 | 7 | 8 | 10 |

Ans: 100

# पाठ-आठ
# शाब्दिक जानकारी (Verbal Information)

**पाठ चिनारी:** अध्ययन अनुसन्धान प्रश्चात् विभिन्न प्रकारका सूचनाहरू प्राप्त हुन्छन् । केही सूचना गुणात्मक हुन्छन् भने केही सूचना परिणात्मक हुन्छन् । गुणात्मक सूचनालाई प्रस्तुत गर्दा गणितीय पद्धति प्रयोग गर्न सकिदैन । यसले गर्दा सूचनालाई स्पष्ट र बुझ्ने गरी व्यक्त गर्न अन्य विधि अपनाउनु पर्दछ । मूलत उद्धरण संग्रह, फ्लोचार्ट, तालिका वा सूची प्रयोग गर्न सक्दछौं ।

## शाब्दिक जानकारीलाई प्रस्तुत गर्ने तरिका (Ways to Presenting Verbal Information)

अध्ययन प्रतिवेदनमा परिमाणात्मक र गुणात्मक दुवै प्रकारका तथ्याङ्क तथा जानकारी प्रस्तुत गर्न सक्दछौं । गुणात्मक जानकारी भन्नाले मूलत शाब्दिक जानकारीलाई बुझ्नु पर्दछ । शाब्दिक जानकारीलाई विश्लेषण गर्ने विभिन्न तरिकाहरू छन् । त्यस मध्ये आगमन र निगमन प्रमुख दुई विधिहरू हुन् । निगमत विधिमा सोधकर्ताले पूर्व निर्धारित संरचनाको प्रयोग गरी तथ्याङ्क विश्लेषण गर्दछन् भन्ने आगमन विधिमा कुनै पूर्व निर्धारित संरचना हुँदैन । सोधकर्ताले वास्तविक डाटा नै प्रयोग गरी विश्लेषणको आधार तयार गर्दछन् । निगमन विधि सहभागीको सम्भावित प्रतिक्रिया पहिले नै थाहा पाएको अवस्थामा बढी सान्दर्भिक हुन्छ । आगमन विधिमा निगमन विधिको तुलनामा बढी समय खर्च हुने गर्दछ । शाब्दिक जानकारी वा सूचना भन्नाले भाषाको प्रयोग गरेर प्रदान गरिने सूचना वा भाषाको माध्यमबाट प्राप्त गरेको सूचना वा जानकारी हो । प्रायगरी हामी धेरैजसो जानकारी पत्रपत्रिका, पुस्तक, लेख, रचना पढेर, रेडियो वा टेलिभिजन सुनेर वा हेरेर, अन्य व्यक्तिहरूसँग अन्तरक्रिया गरेर प्राप्त गर्न सक्दछौं । यसरी प्राप्त जानकारीलाई प्रस्तुत गर्ने विभिन्न तरिकाहरू छन् । गुणात्मक तथ्यलाई विश्लेषण गरिसेकपछि यसलाई विभिन्न तरिकाबाट प्रस्तुत गर्न सकिन्छ ।

१. **उद्धरण संग्रह :** अन्तरवार्ता, छलफल जस्ता विधिबाट तथ्याङ्क सङ्ग्रह गर्दा धेरै भनाइहरू टिप्न सकिन्छ । यस्ता शाब्दिक तथ्याङ्कलाई उद्धरण सङ्ग्रहको रुपमा व्यक्त गर्न सकिन्छ । जस्तैः नेपालमा सङ्घीयता कति उपयोगी छ भन्ने विषयमा विभिन्न व्यक्तिहरूसँगै अन्तरवार्ता लिइयो भने प्राप्त महत्त्वपूर्ण भनाइ एकीकृत गरेर प्रस्तुत गर्न सक्दछौं ।

२. **फ्लो चार्ट :** तथ्याङ्कलाई हामी फ्लो चार्टमा प्रस्तुत गर्न सक्दछौं । खासगरी हामीले कुनै प्रक्रियाको सन्दर्भमा मानिसहरूको धारणा लिइयो भने त्यो फ्लो चार्टको रूपमा राख्दा स्पष्ट हुन्छ । उदाहरणका लागि नेपालका सांसदहरूले संविधान निर्माणको क्रममा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय व्यक्तित्वहरूसँग छलफल गर्दा उनीहरूले संविधान निर्माणको प्रक्रियाको बारेमा दिएको राय फ्लो चार्टमा राखेर व्यक्त गर्न सकिन्छ ।

३. **तालिका वा सूची :** गुणात्मक वा शाब्दिक जानकारीलाई प्रस्तुत गर्ने अर्को तरिका भनेको तालिका वा सूची निर्माण गर्नु हो । यसबाट हामी विभिन्न प्रकारका गुणात्मक सूचना तथा जानकारी सजिलै व्यक्त गर्न सक्दछौं । उदाहरणको लागि निजी विद्यालय र सामुदायिक विद्यालय रोजेका अभिभावकहरूको रोजाइको फाइदाहरू टिपी सकेपछि एकापट्टि निजी विद्यालयको फाइदाहरू र अर्कोपट्टि सामुदायिक विद्यालयमा सन्तान पढाउँदाका फाइदाहरू राखेर व्यक्त गर्न सक्दछौं ।

- **समानता र भिन्नता देखाउने:** हामीले गुणात्मक सूचना प्रस्तुत गर्दा कुनै पनि दुई विषयवस्तुहरूको तुलना गर्नुपर्ने हुन सक्दछ । दुई विषयहरूको तुलना गर्दा समानता र भिन्नताहरू देखाउन सक्दछौं । समानता वा भिन्नता देखाउदा अनुच्छेद वा तालिका दुवैमा व्यक्त गर्न सकिन्छ ।

- **फाइदा र बेफाइदा:** फाइदा र बेफाइदा देखाउनु शाब्दिक जानकारी प्रस्तुत गर्ने एक प्रमुख तरिका हो । यसले कुनै पनि नियम, विधि वा पद्धतिको सबल पक्ष र सीमितता पनि व्यक्त गर्न सक्दछ ।
- **कथात्मक लेखन:** कुनै पनि विषयवस्तुलाई रोचक तथा स्मरणयोग्य बनाउन कथाको सहारा लिइन्छ । खासगरी नैतिक शिक्षा प्रदान गर्नको लागि कथा अत्यन्तै उपयोगी सिद्ध भएको छ । कथाले मानिसलाई भावनात्मक बनाउँछ । यसले घटना सँग मानिसलाई जोड्दछ । यसले तथ्यलाई महत्त्वपूर्ण तथा प्रभावकारी बनाउँछ ।
- **बुँदा:** शाब्दिक जानकारीलाई हामी बुँदागत ढङ्गले पनि प्रस्तुत गर्न सक्दछौं । बुँदागत रुपमा प्रस्तुत गर्दा व्यक्त गर्न खोजेको कुरा जस्ताको तस्तै व्यक्त गर्न सकिन्छ । पाठकले अनावश्यक शब्दावलीहरू पढेर समय व्यतिथ गर्न पर्दैन । प्रतिवेदनको निष्कर्ष लेख्दा पाठको विशिष्ट उद्देश्यहरू लेख्दा वा अन्य यस्तै निश्चित विषयवस्तु राख्दा हामी बुँदाको प्रयोग गर्दछौं ।

## स्वमूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।

१. गुणात्मक सूचनाको सूची बनाउनुहोस् ।

## अभ्यास EXERCISE

धेरै छोटो उत्तर दिने प्रश्न

१. शाब्दिक सूचना भनेको के हो ?

छोटो उत्तर दिने प्रश्न

१. शाब्दिक जानकारीलाई प्रस्तुत गर्ने तरिकाहरू केके हुन् ?

## परियोजना कार्य (Project Work)

गुणात्मक सूचनालाई प्रस्तुत गर्दा आइ पर्ने जटिलताहरूको सन्दर्भमा कुनै एक अनुसन्धानकर्तालाई भेटी सोध्ने प्रश्नहरूको नमुना बनाउनुहोस् ।

■