एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानहरू

खगेन्द्र घोडासैनी (विद्यावारिधि)
उपप्राध्यापक : नेपाली विभाग
नेसंवि, जनता विद्यापीठ, बिजौरी, दाङ, नेपाल
Email : kghodasaini2017@gmail.com
https://doi.org/10.3126/haimaprabha.v21i01.44839

सारसङ्क्षेप

प्रस्तुत लेख एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानहरू खोजी गर्ने उद्देश्यले तयार पारिएको हो । यसमा एपिए ढाँचाका प्रावधानसँग सम्बन्धित समस्याको समाधान गर्ने प्रयास गरिएको छ । यसमा दस्तावेजको विश्लेषणमा आधारित गुणात्मक ढाँचा अवलम्बन गरी सोद्देश्यमूलक नमुना छनोट विधि अपनाइएको छ । एपिएका प्रावधानहरूको वर्णन र विश्लेषण गरिएको यस लेखमा एपिए शैलीलाई नै सैद्धान्तिक पर्याधार बनाइएको छ । अनुसन्धानको प्रस्तुति गर्ने एपिए, एमएलए, सिकागो स्टाइल, तुरेबियन स्टाइल, वेन्कुवर स्टाइल, हावर्ट स्टाइल र ब्रिली चाइनिज साइटेसन स्टाइल गाइडजस्ता बहुप्रचलित ढाँचाहरू रहेका छन् । तीमध्ये एपिए ढाँचाको प्रयोग वाङ्मयका शिक्षा, विज्ञानलगायतका विभिन्न क्षेत्रमा गरिन्छ । एपिएको सर्वप्रथम प्रकाशन सन् १९२९ मा भएको थियो भने २०२० मा यसको सातौँ संस्करण प्रकाशित भएको छ । यसमा गुणात्मक, परिमाणात्मक र मिश्रित अनुसन्धान विधिको चर्चासँगै अनुसन्धानात्मक लेख, प्रतिवेदन तथा पुस्तकहरू सेटिङ गर्ने तरिकाबारे पनि उल्लेख गरिएको छ । यसमा अनुसन्धानको भाषाशैली, छपाइ प्रविधि, वर्णविन्यास, पृष्ठाङ्कन, मार्जिन छोडाइ, अङ्क, तथ्याङ्कको प्रयोगका तरिका, उद्धरण, टिप्पणी र भावहरणका तरिकादेखि लेख, पुस्तक र विद्युतीय माध्यममा प्रकाशित सामग्रीको सन्दर्भाङ्कन गर्ने तरिकालाई सरलीकृत गरिएको छ । यस लेखमा अङ्ग्रेजी भाषामा पहुँच नभएका नेपाली, संस्कृत, मैथिली, थारु, नेवारी आदि भाषामा एपिए शैलीको प्रयोग गर्न चाहने अनुसन्धाताहरूका लागि उपयोगी हुने निष्कर्ष निकालिएको छ ।

शब्दकुञ्जी
अनुसन्धान, उद्धरण, देवनागरी, भावरहण, सन्दर्भ ।

विषयपरिचय

अनुसन्धाताले गरेका अनुसन्धानलाई प्रस्तुत गर्ने विभिन्न शैलीहरू प्रचलित छन् । त्यस्ता शैलीमध्ये अमेरिकन साइकोलोजिकल एसोसियसन (एपिए), मेम्बर अफ द ल्यागिस्ल्यटिभ एसेम्बिनी (एमएलए), सिकागो स्टाइल, तुरेबियन स्टाइल, वेन्कुवर स्टाइल, हावर्ट स्टाइल र ब्रिली चाइनिज साइटेसन स्टाइल गाइड बहुप्रचलित म्यानुअल रहेका छन् । यस लेखमा एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानहरू के कस्ता छन् तिनको खोजी गर्ने प्रयास गरिएको छ । एपिए म्यानुअलको प्रयोग शिक्षा, मनोविज्ञान र समाजिक विज्ञानका विभिन्न क्षेत्रमा प्रयोग हुन्छ । एपिएको सर्वप्रथम प्रकाशन सन् १९२९ मा भएको थियो । त्यतिखेर यो

केवल सात पृष्ठको थियो । त्यस यता यसका विभिन्न संस्करणमध्ये वर्तमानमा यसको सातौँ संस्करण २०२० मा प्रकाशन भएको छ। अहिले यो ७०३ पृष्ठ लामो बन्न गएको छ। एपिए म्यानुअलमा गुणात्मक, परिमाणात्मक र मिश्रित अनुसन्धान विधिको चर्चाका साथै अनुसन्धानात्मक लेख, अनुसन्धान पत्र, ट्रम्प पेपर, शोधपत्र, शोधप्रबन्ध तथा पुस्तकहरू सेटिङ गर्ने तरिकाबारे पनि उल्लेख गरिएको छ । यो स्वतन्त्र अनुसन्धाताहरूदेखि लिएर विभिन्न तहका विद्यार्थीहरूका लागि उपयोगी देखिन्छ । यसमा अनुसन्धानमा पूर्वाग्रहरहित भाषाको प्रयोग गर्न र लेखकलाई कस्तो आदरको प्रयोग गर्ने भन्ने कुरादेखि छपाइ प्रविधि, वर्णविन्यास, विराम, मात्रा, चिह्न आदिको प्रयोग, पृष्ठाङ्कन, मार्जिन छोडाइ, अङ्क, तथ्याङ्कको प्रयोगका तरिका, उद्धरण, टिप्पणी, भावहरण तथा सन्दर्भ आदिको कसरी उल्लेख गर्ने भन्ने तरिकालाई सरलीकृत गरिएको छ । यसमा रेकर्ड वा लिपिबद्ध ज्ञान र लिपिबद्ध नभएका ज्ञानको उद्धरण र सन्दर्भबारे पनि उल्लेख गरिएको छ । अडियो, भिडियो, पावर प्वाइन्ट स्लाइड, कार्यशाला तथा गोष्ठीपत्रहरू, लेक्चर नोट, टेलिभिजनवार्ता, सामाजिक सञ्जाल, वेभ पेज आदिको कसरी उद्धरण र सन्दर्भ दिने भन्ने कुरालाई समावेश गरिएको छ ।

एपिएका सबै प्रावधानहरू अङ्ग्रेजी भाषामा उपलब्ध छन् । प्रकाशक तथा अनुसन्धान सम्पन्न गराउने संस्थाहरूले लेख तथा अनुसन्धान एपिए ढाँचामा तयार पार्न लगाउँछन् । अङ्ग्रेजी भाषामा पहुँच नभएका नेपाली, संस्कृत, मैथिली, थारु, हिन्दीलगायतका भाषामा अनुसन्धान गर्न चाहने व्यक्तिहरूलाई समस्या भएको देखिन्छ। एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानलाई आधार बनाएर केही विद्वान्हरूले लेख पनि तयार पारेका छन् तर तिनमा एपिएका सबै प्रावधानलाई समेटिएको पाइँदैन । श्रेष्ठ (२०७७) ले एपिए र एमएलए शैलीका सन्दर्भ र उद्धरण गर्ने तरिकाहरूको उल्लेख गरेका छन् । उनले एपिएको कुन संस्करण उपयोग गरेका हुन् भन्ने कुरा कतै खुलाइएको पाइँदैन तर सन्दर्भ सामग्रीसूचीको उदाहरणबाट छैटौँ संस्करण नै हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ। पाण्डेय (२०७८) ले एमएलए र एपिएका सन्दर्भ सामग्रीसूचीबारे प्रकाश पारेका छन् । यसमा एपिए सातौँ संस्करणअनुसार सन्दर्भ राख्ने प्रावधानको उदाहरण दिइएका छन् । घोडासैनी (२०७७) ले एपिए छैटौंका प्रावधानहरूलाई आधार बनाएर गरेको अध्ययनलाई समेत आधार बनाई यस लेखमा सन्दर्भका रूपमा प्रयोग गरिएको छ। यीबाहेक नेपाली भाषामा एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानहरूको वर्णन गरिएको कतै नपाइने हुँदा त्यसतर्फ कलम चलाउनुपर्ने आवश्यकता देखिएको छ । त्यसैले एपिए सातौं संस्करणका मुख्य प्रावधानहरू पहिल्याएर समीक्षा गर्ने उद्देश्यले प्रस्तुत लेख तयार पारिएको छ। एपिए सातौँ संस्करणका के कस्ता प्रावधानहरू छन् ? तिनको के सरी समीक्षा गर्न सकिन्छ भन्ने प्रमुख समस्यालाई लिएर प्रस्तुत लेख तयार पारिएको छ। यसबाट अङ्ग्रेजी भाषामा पहुँच नभएका नेपाली, संस्कृत, मैथिली, थारु, हिन्दीलगायतका भाषामा अनुसन्धान गर्न चाहने व्यक्तिहरूलाई सघाउ पुग्ने अपेक्षा गरिएका छ। यसमा एपिए सातौँ संस्करणका प्रावधानबाहेक अन्य म्यानुअलका बारेमा उल्लेख गरिएको छैन ।

अध्ययन विधि

यस अध्ययनमा निम्नानुसारको अध्ययन विधि अवलम्बन गरिएको छ :

अनुसन्धानको ढाँचा : यो दस्तावेजको विश्लेषणमा आधारित गुणात्मक ढाँचाको अध्ययन हो ।

यसमा कृतिबाट प्राप्त तथ्यको समीक्षात्मक विश्लेषण गरी निष्कर्षमा पुग्ने काम गरिएको छ ।

नमुना छनोट : प्रस्तुत अध्ययनमा अनुसन्धानका विभिन्न ढाँचासँग सम्बन्धित पक्षमध्ये सोद्देश्यमूलक नमुना छनोट पद्धतिका आधारमा 'एपिए' ढाँचाको सातौँ संस्करणका मुख्य प्रावधानहरूको समीक्षा गर्ने कार्य छनोट गरिएको छ ।

तथ्य सङ्कलन : प्रस्तुत अध्ययनमा एपिए सातौँ संस्करणसँग सम्बन्धित विभिन्न कृति, लेखका साथै सूक्ष्म अवलोकन र प्रयोगलाई आधार बनाएर तथ्य सङ्कलन गरिएको छ ।

तथ्य सङ्कलनका साधन : यस अध्ययनमा प्राथमिक र द्वितीय स्रोतका दस्तावेजको विश्लेषण गरिएको छ । यसका लागि विभिन्न प्रकाशित पुस्तक, पत्रिका, लेख र विद्युतीय माध्यमको उपयोग गरिएको छ । त्यसैले यसमा प्रकाशित दस्तावेज र विद्युतीय माध्यमबाट प्राप्त तथ्यको समीक्षात्मक विश्लेषण गरी निष्कर्ष निकाल्ने प्रयास गरिएको छ ।

तथ्य विश्लेषण प्रक्रिया : प्राप्त तथ्यको वर्णन, तुलना र त्यसको पुष्टिका लागि उदाहरणसमेत दिई विश्लेषण गरेर निष्कर्षमा पुग्ने काम गरिएको छ । अवलोकन, उदाहरण र प्रयोगबाट निष्कर्ष निकाल्ने प्रयास गरिएको यस लेखमा आगमन विधिबाट विश्लेषण गरी निष्कर्ष निकालिएको छ ।

सैद्धान्तिक पर्याधार

प्रस्तुत लेखमा 'पब्लिकेसन म्यानुअल अफ अमेरिकन साइकोलोजिकल एसोसिएसन'को सातौँ संस्करणका प्रावधानहरूको समीक्षात्मक विश्लेषण गर्ने कार्यलाई मुख्य आधार बनाइएको छ । यसलाई सङ्क्षिप्तमा एपिए म्यानुअल वा एपिए ढाँचामात्र भनेर चिनिन्छ । यसमा अनुसन्धान र प्रकाशनसँग सम्बन्धित सबै पक्षका बारेमा प्रकाश पारिएको छ । प्रस्तुत लेखमा उक्त कृतिमा भएका प्रावधानहरूलाई आधार बनाइएको छ । यसका अघिल्ला संस्करणहरूमा रोमन लिपिलाई मात्रै स्वीकार गरिएकामा सातौँ संस्करणले सबैको पहुँचका लागि फन्टसम्बन्धी नियममा खुकुलो बनाएको छ । यसमा १० प्वाइन्टका लुसिदा र सन्स युनिकोड, ११ प्वाइन्टका क्यालिवरी, एरियल र गोगिया तथा १२ प्वाइन्टको टाइम्स न्यु रोमन गरी जम्मा छओटा फन्ट सिफारिस गरिएका छन् । अनुसन्धाताले एपिए सातौँ संस्कणअनुसार अनुसन्धानलाई व्यवस्थित गर्न, प्रकाशन र प्रसारण गर्न यसका प्रावधान बुझ्नुपर्ने हुन्छ । अनुसन्धानलाई व्यवस्थित तरिकाले प्रस्तुत गर्ने एपिए शैली जस्तो छ त्यसका बारेमा एपिएमा भएका प्रावधानहरूलाई नै यस लेखमा सैद्धान्तिक आधार मानिएको छ । यो निर्मित आधार नभई एपिएद्वारा निर्धारित आधारको वर्णन मात्र हो । त्यसैले यस लेखमा विशेष गरी एपिए ढाँचानुसार अनुसन्धानात्मक लेखको व्यवस्थित प्रस्तुति, प्रकाशन र प्रसारण गर्ने कुरालाई नै सैद्धान्तिक पर्याधारका रूपमा लिई सोही आधारमा लेखको समीक्षात्मक विश्लेषण गरिएको छ ।

छलफल र विमर्श/विश्लेषण

एपिए सातौँ संस्करणका मुख्य प्रावधानहरूको उदाहरणसहित आवश्यक ठाउँमा वर्णन गरिएको छ । त्यसका लागि अध्यायगत रूपमा एपिए सातौँ संस्करणमा प्रस्तुत विषयवस्तु, एपिए शैलीमा कागजको ढाँचा, जर्नल लेखहरू, अध्ययनको शीर्षक, सारसङ्क्षेप, शब्दकुञ्जी, विषयपरिचय, अनुसन्धान विधि,

उद्धरण, (समाख्यान र गर्भे), पृष्ठ नभएको उद्धरण गर्ने तरिका, कुराकानी/अन्तर्वार्ताको उद्धरण, सङ्ख्या शब्दको प्रयोग, चित्र/आरेख, तालिकाहरू, सन्दर्भसूची अङ्कन गर्ने तरिका, सन्दर्भसूची प्रविष्टिको सिद्धान्त, पत्रिकाको सन्दर्भाङ्कन, विद्युतीय स्रोतका सामग्रीहरूको सन्दर्भाङ्कन, पुस्तकको सन्दर्भाङ्कन, कार्यशालामा प्रस्तुत कार्यपत्र, शोत्रपत्र र शोधप्रबन्ध, भूमिका, अप्रकाशित (किताब/पाण्डुलिपि) जस्ता शीर्षकमा सैद्धान्तिक र तिनको प्रयोगिक पक्षबारे आवश्यकतानुसार उदाहरण, वर्णन र विश्लेषण गरिएको छ ।

एपिए सातौँ संस्करणमा प्रस्तुत विषयवस्तु

एपिए सातौँ संस्करणलाई १२ अध्यायमा विभाजन गरिएको छ । यी १२ अध्यायमा समावेश गरिएका विषयवस्तुलाई निम्नलिखित तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ :

तालिका १

एपिए सातौँ संस्करणमा अध्यायगत विषयवस्तु

अध्याय	अध्यायगत विषयवस्तु
१	प्राज्ञिक लेखन र प्रकाशनका सिद्धान्तहरू : यस अध्यायमा प्राज्ञिक लेखन र प्रकाशनका सिद्धान्तहरूबारे उल्लेख गरिएको छ। यसमा कागजको सेटिङ, लेखकको ठेगाना, गुणात्मक, परिमाणात्मक र मिश्रित विधिसम्बन्धी मार्गदिर्नेशन, लेख, शोधप्रबन्ध, शोधपत्रको कागज आदिका बारेमा उल्लेख गरिएको छ ।
२	कागजका तत्त्व र ढाँचा : दोस्रो अध्याय कागजका ढाँचा र फरमेट के कसरी गर्ने भन्ने विषयमा केन्द्रित छ । यसमा नयाँ सिकारुहरूका लागि एपिए शैलीको चयन र कागजको फरमेट गर्ने तरिका बताइएको छ। शीर्षक पृष्ठ व्यावसायिक लेखकहरूका लागि अद्यावधिक गरिएको छ । शीर्षक र लेखकको नाम तथा विवरण सँगै हुन्छ । सबैको पहुँचका लागि फन्टसम्बन्धी नियममा खुकुलो बनाई जम्मा छओटा फन्ट सिफारिस गरिएका छन्, ती हुन् : १० प्वाइन्टका लुसिदा र सन्स युनिकोड, ११ प्वाइन्टका क्यालिवरी, एरियल र गोगिया तथा १२ प्वाइन्टको टाइम्स न्यु रोमन । यसरी यो पेसेवर र सिकारु विद्यार्थीहरूलाई उपयोगी हुने गरी तयार पारिएको छ ।
३	जर्नल लेख र प्रतिवेदन लेखनका मानकहरू : यस अध्यायमा जर्नल लेख र प्रतिवेदन लेखनका मानक नियमहरूको उल्लेख गरिएको छ । यसमा गुणात्मक, परिमाणात्मक र मिश्रित अनुसन्धान विधिको प्रयोग गर्दा अपनाइने तरिका र तालिका निर्माणका मानदण्डका रूपरेखाको प्रस्तुति गरिएको हुन्छ । परिमाणात्मक अनुसन्धानका बारेमा धेरै विस्तार र अद्यावधिक गरिएको छ भने गुणात्मक र मिश्रित विधिको अद्यावधिकमात्र गरिएको छ ।

४ लेखनका ढाँचा र व्याकरण : यस अध्यायमा लेखनका ढाँचा र व्याकरण कस्तो हुनुपर्छ भन्ने विषयमा मार्गनिर्देशन गरिएको छ। यसमा अनुसन्धानमूलक लेखन र प्रकाशनका सन्दर्भमा प्रयोगमा आउने विभिन्न प्रकृतिका ढाँचाहरूको वर्णन गरिएको छ । टाइपिङ, अन्तराल वा ठाउँ छोडाइ, लम्बाइ, फन्टहरू र रङको प्रयोग सबै प्रकारका पाण्डुलिपिहरूमा एपिए शैलीका ढाँचाहरूलाई कसरी प्रयोग गर्ने भन्ने विषयमा उल्लेख गरिएको छ। यसका साथै प्रभावकारी लेखनका लागि केही व्याकरणात्मक पक्षमा ध्यान दिनुपर्छ। प्रभावकारी प्राज्ञिक लेखन गर्न सबै लेखक, विद्यार्थी र प्रस्तोताले सङ्क्षिप्त, स्पष्टता, प्रवाहशीलता, सन्तुलन, विभिन्न प्रविधि र सिद्धान्तको प्रयोग, प्रस्तुति र सञ्चारमा सुधार गर्नुपर्ने आवश्यकता औंल्याइएको छ ।

५ पूर्वाग्रहमुक्त भाषासम्बन्धी मार्गनिर्देशन : यस अध्यायमा लेखकहरूलाई पूर्वाग्रहमुक्त भाषाको प्रयोग गर्ने सम्बन्धमा मार्गनिर्देशन गरिएको छ । उमेर, अपाङ्गता, लिङ्ग, यौनिकता, जातीय र जातीय पहिचानमा आधारित वर्गका बारेमा सन्तुलित र समावेशी भावनाको सम्मान हुने प्रकृतिको भाषाको प्रयोग गर्न जोड दिइएको छ । अनुसन्धानमा सामाजिक, आर्थिक र सहभागितामूलक पक्षको उपयोगमा जोड दिइएको छ ।

६ यान्त्रिक वा प्राविधिक पक्ष : यस अध्यायमा अनुसन्धानमा समेटिने भाषाका सङ्क्षिप्तरूप, सङ्ख्या, तथ्याङ्क, विराम चिह्न, संयुक्ताक्षर आदिको यान्त्रिक वा प्राविधिक पक्षमा बयान गरिएको छ । कुनै शिक्षक वा प्रकाशकले अनुरोध नगरेसम्म अद्यावधिक गरिएको मार्गनिर्देशनबाट समस्याको समाधानमा मद्दत पुग्ने देखिन्छ । यसमा अपवादलाई नराखी स्पष्टरूपमा उल्लेख गरिएको छ ।

७ तालिका र आरेख/चित्र : यस अध्यायमा तालिका र आरेक निर्माण गर्ने तरिका उल्लेख गरिएको छ । ४० भन्दा बढी नमुना भएको अवस्थामा तिनलाई तालिका र आरेखमा देखाउनुपर्छ । यो कुरा अनुसन्धानका विभिन्न विषय, शीर्षक र प्रकारमा पनि भर पर्छ । पाठमा तालिका र आरेखको प्रस्तुति गर्ने तरिका लचिलो छ। उही पृष्ठमा वा अर्को पृष्ठमा पनि राख्न सकिन्छ तर एउटा तालिका र आरेख भने एउटै पृष्ठमा राख्नुपर्छ। तालिका र आरेक निर्माण गर्दा तिनको सङ्ख्या, शीर्षक, शैली आदिको समानरूपमा प्रस्तुति गर्नुपर्छ। यिनमा कस्तो रङ्ग प्रयोग गर्ने भन्ने कुराको पनि सुनिश्चित गरिएको छ ।

८ पाठको उद्धरणमा श्रेय लिने तरिका : यस अध्यायमा आफ्नो अध्ययनमा अरूका पाठबाट उद्धरण गर्दा तिनलाई हुबहु नगरी चोरीबाट बच्न भावहरण, नैतिक लेखन कसरी गर्ने भन्ने कुरा समेटिएको छ। उद्धरण गर्ने तरिकालाई सरलीकृत ढङ्गले प्रस्तुत गरिएको छ। सबै प्रकारका अध्ययनमा पाठभित्र उद्धरण गर्दा तीन वा तीनभन्दा बढी लेखकहरू भएको अवस्थामा पहिलो लेखकको नाम लेखी त्यसपछि अन्य लेख्नुपर्छ। नयाँ मार्गनिर्देशनमा लिखित वा अलिखित दुवै सामग्रीको उद्धरण गर्न सकिने प्रावधान बनाइएको छ। अलिखित सामग्रीमा आदिवासी जनजातिहरूको परम्परागत ज्ञान र मौखिक परम्पराहरूलाई पनि समेट्न सकिने छ। यसमा थोरै उद्धरण नगरीकन र भावहरण वा व्याख्या र उद्धरणहरूबाट कसरी स्पष्ट पार्ने भन्ने जस्ता विशेषताबाट बताइएको छ। अनुसन्धातालाई अनुसन्धानमा उद्धरणका विभिन्न ढाँचाहरू कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने विषयमा मार्गनिर्देशन गरिएको छ।

९ सन्दर्भसूची : सन्दर्भले लेखक, मिति, शीर्षक र प्रकाशनजस्ता चारओटा तत्त्वका बारेमा सूचना दिन्छ। सन्दर्भ प्रविष्टिमा लेखकहरूको सङ्ख्या २० सम्म भएमा तिनीहरू सबैको नाम नछुटाईकन राख्नुपर्ने प्रावधान समावेश गरिएको छ। मितिमा डिजिटल वस्तु पहिचानकर्ता (DOI) र URL जस्ता मानकीकृत रूपको प्रस्तुति आवश्यक ठानिन्छ। दुबैमा हाइपर लिङ्क अनिवार्य रूपमा राख्नुपर्छ। यदि URL को सन्दर्भ छ भने पुनः प्राप्ति मिति पनि राख्नुपर्ने छ। अद्यावधिक गरिएको मार्गनिर्देशनले सन्दर्भ सूचीमा संलग्न सामग्रीको DOI र URL राख्नुपर्ने उल्लेख छ। यसो गर्दा कतिपय प्राज्ञिक र शैक्षिक अध्ययनहरूमा भएको परिवर्तन पनि अद्यावधिक हुन्छ। टिप्पणी गरेर सामगीको सन्दर्भ निर्माण गर्ने नयाँ ढाँचा प्रस्तुत गरेको छ।

१० सन्दर्भसूचीका उदाहरणहरू : एपिए शैलीमा प्रत्येक सन्दर्भहरूका १०० भन्दा बढी उदाहरणहरू प्रस्तुत गरिएका छन्। यसमा उद्धरणहरूसँगै कोष्ठक र कोष्ठक उद्धरणसमेत समावेश छन्। प्रत्येक सन्दर्भ श्रेणीका लागि आदर्श उदारहण प्रस्तुत गरिएका छन्। जर्नल लेखका सन्दर्भलाई अङ्क, नम्बर र पुस्तक सन्दर्भलाई प्रकाशकबाट चिनाउने गरी सुव्यवस्थित गरिएका छन्। युटुव भिडियो, पावर प्वाइन्ट स्लाइडहरू, व्याख्यान टिपोटहरू, प्रविधि, मनोरञ्जन आदिमा आधारित कुराकानी जस्ता अडियो र भिडियो सामग्रीहरूलाई सन्दर्भमा व्यवस्थित गर्न उदाहरण प्रस्तुत गरिएको छ।

११ कानुनी सन्दर्भ : यस अध्यायमा अद्यावधिक र विस्तारित गरिएका कानुनी सन्दर्भहरू उदाहरणका रूपमा प्रस्तुत छन्। उद्धरण गर्दा समानता कायम होओस् भनी एपिए शैलीमा केही परिमार्जन गरिएको छ। यसमा नयाँ सान्दर्भिक कानुनी सन्दर्भहरू प्रस्तुत गरिएका छन्।

१२ प्रकाशन प्रक्रिया : यस अध्यायमा प्रकाशन प्रक्रियाका विषयमा मार्गदर्शन गरिएको छ । नयाँ सामग्रीले अनुसन्धानका क्षेत्रमा नवप्रवेशीहरूलाई शोधपत्र र शोधप्रबन्ध तयार गर्न मद्दत गर्दछ। जर्नलमा लेख प्रकाशनका लागि घात गर्ने र भ्रामक जर्नल र प्रकाशकहरूलाई छोडी उचित जर्नल र प्रकाशकको चयन गर्नुपर्छ। प्रकाशनका लागि लेखको पाण्डुलिपि पेस गर्नुअघि लेख पेस गर्ने प्रक्रिया र नीतिहरूप्रति सचेत हुनुपर्छ। जर्नल प्रकाशन प्रक्रियामा परिमार्जित मार्गनिर्देशनले वर्तमानलाई प्रतिबिम्बित गर्दछ। यसमा उल्लेख गरिएका नयाँ मार्गदर्शनले लेखकहरूले कसरी आफ्नो काम अरूसमक्ष पुऱ्याएर प्रवर्धन गर्न सक्छन् भन्ने कुराको जानकारी दिन्छ । यसका लागि थप जानकारी तलका साइटहरू हेर्न सुझाव दिइएको छ : https://apastyle.apa.org. https://apastyle.apa.org/jars. https://apastyle.apa.org/blog. https://digitallearning.apa.org/academic-writer.

एपिए शैलीमा कागजको ढाँचा

एपिए ढाँचा अमेरिकी मनौवैज्ञानिक संघद्वारा प्रयोगमा ल्याइएको आधिकारिक प्रकाशन शैली हो। सामान्यतया मनोविज्ञान, शिक्षा र अन्य सामाजिक विज्ञानका क्षेत्रमा यसको प्रयोग गरिन्छ। यसको सातौँ संस्करण सन् २०२० मा प्रकाशन भएको हो। यो एपिए कागजको ढाँचाका लागि आधिकारिक मार्गनिर्देशन पुस्तक हो। एपिए शैलीको प्रयोग गर्नका लागि यसको कागजको ढाँचा उपयुक्त बनाउनुपर्दछ। यसका लागि कागजको मानक आकार (८.५ × ११ इन्च) हुनुपर्छ। यसका चारैतिर १ इन्च मार्जिन राख्नुपर्दछ। अनुच्छेद अन्तरालमा २ स्पेस हुनु आवश्यक ठानिन्छ। अङ्ग्रेजी फन्ट १२, डबल स्पेस भनिए पनि युनिकोड १० राख्न सिफारिस गरिएको छ। यसमा दोहोरो अन्तराल राख्न भनिए पनि नेपालीमा १.५ को अन्तराल राख्ने प्रचलन देखिन्छ। प्रत्येक अनुच्छेदको पहिलो लहरमा ०.५ इन्च अन्तराल राख्नुपर्छ। पुरै पृष्ठलाई जस्टिफिकेसन नगर्ने बरु बायाँतिर राख्ने, सुरुको पृष्ठमा शीर्षक राख्ने, शीर्षकलाई बोल्ट गर्ने तीन स्पेसपछि अर्को पङ्क्ति राख्नुपर्दछ। यसको अर्थ हो शीर्षक आकर्षक र अरूभन्दा फरक देखाउनु हो। लामो शीर्षक भएमा तल्लो पङ्क्तिमा पनि पार्न सकिन्छ।

तालिका २

एपिएअनुसार शीर्षक/उपशीर्ष/प्रशीर्ष राख्ने ढाँचा

तह Level	ढाँचा Format
१	केन्द्रमा, बोल्ड, दोहोरो स्पेसमा राख्ने
२	बायाँतिर, बोल्ड, फरक अनुच्छेदमा राख्ने
३	अनुच्छेदसँग जोडेर राख्ने, बोल्ड गर्ने
४	अनुच्देदसँग जोडेर राख्ने, इटालिक र बोल्ड गर्ने
५	अनुच्छेदसँग जोडेर राख्ने, इटालिक गर्ने ।

शीर्षकका अगाडि अङ्क उल्लेख नगरेर तिनलाई माथि उल्लेख गरिएको ढाँचामा राख्नुपर्छ ।

जर्नल लेखहरू

वैज्ञानिक जर्नलहरूमा मात्रात्मक, गुणात्मक र मिश्रित ढाँचामा आधारित विभिन्न प्रकृतिका लेखहरू प्रकाशित हुन्छन् । यिनमा प्रकाशित हुने लेखहरू प्राथमिक वा मौलिक प्रकृतिका अनुसन्धान हुन्छन् । यिनमा त्यस्तो विषयमा लेख्नुपर्छ जुन पहिले औपचारिक रूपमा प्रकाशित गरिएको हुँदैन । सैद्धान्तिक र पद्धतिगत लेखहरूले अनुसन्धान प्रस्तुत गर्दैनन् तर सिद्धान्त वा विधिका बारेमा वर्णन गर्ने काम गर्दछन् । पहिले औपचारिक रूपमा प्रकाशित नभएका जर्नल लेखहरूले प्राथमिक वा मौलिक अनुसन्धान प्रस्तुत गर्दछन् । यस्ता लेखमा साहित्यको समीक्षा गर्दा गुणात्मक, मात्रात्मक वा मिश्रित कुन विधिको प्रयोग गरिएको छ भन्ने कुरा बुझेर गर्नुपर्दछ । ती लेखमा पाइने विशेषता र जानकारीहरू के छन् तिनलाई कुशलतापूर्वक व्यक्त गरेको अवस्थामा आफूलाई आवश्यक पर्ने उपयुक्त लेखनको विषय चयन गर्न मद्दत पुग्ने छ ।

अध्ययनको शीर्षक

शीर्षक समस्यायुक्त, वर्णनात्मक र सङ्क्षिप्त हुनु आवश्यक ठानिन्छ । शीर्षकमा शब्दसङ्ख्याको कुनै निश्चित मानदण्ड छैन तर यो धेरै लामो हुनु हुँदैन । अनुसन्धानकर्ताको तह, स्तर आदि विभिन्न कुराले पनि यसलाई प्रभावित पारेको हुन्छ । अनुसन्धानमूलक लेखहरूमा शीर्षक सबैभन्दा माथि सिरानमा र त्यसपछि लेखकको पूरा नाम, विभाग, पद, काम गर्दै गरेको संस्थाको पूरा विवरण र इमेल उल्लेख गर्नुपर्दछ । उपाधि जस्तै डा. लेख्नुपर्‍यो भने नामका पछाडि वा अगाडि दुवै तरिकाले लेख्न सकिन्छ, जस्तै : उदाहरणका लागि लेखकको परिचय माथि लेखका मुनि राखिएको छ ।

सारसङ्क्षेप

एपिए ढाँचाले अनुसन्धानको सार लेख्नुपर्ने आवश्यकता ठान्दछ । अनुसन्धानमा सारको अलग पृष्ठ राख्नुपर्छ तर लेखमा लेखकको विवरणपछि लगत्तै राखिन्छ । सबैभन्दा पहिले गाढा अक्षरमा सार लेख्नुपर्छ । सारमा सामान्यतया अनुसन्धानको विषय, अनुसन्धान प्रश्न, सहभागीहरू, विधि, तथ्य विश्लेषण र मुख्य निष्कर्ष समावेश गर्नुपर्छ । सार एउटै अनुच्छेदमा समेटिने गरी लेख्नुपर्छ । सामान्यतया लेखसार २५० शब्दभन्दा बढी हुनुहुँदैन । लेखसार लेख्दा विधिलाई सूक्ष्मतरिकाले लेख्नुपर्छ । आफ्नो लेखको प्रमुख प्राप्ति के हो त्यसको उल्लेख गर्नुपर्छ । अरूको भन्दा आफ्नो लेख के कति कारणले नयाँ वा मौलिक छ भन्ने कुरा स्पष्ट पानुपर्छ । राम्रो सार उपयुक्त, सुसङ्गत र सङ्क्षिप्त हुनुपर्ने कुरामा एपिए ढाँचाले जोड दिन्छ ।

शब्दकुञ्जी

लेखमा महत्त्वपूर्ण अर्थ राख्ने प्रकृतिका मुख्य शब्दावलीलाई शब्दकुञ्जीका रूपमा राख्नुपर्छ । यसको उद्देश्य लेख अनलाइनमा खोज्न सहयोग पुर्‍याउनु हो । शब्दकुञ्जी ३-५ शब्द राख्नुपर्ने प्रावधान एपिएले राखेको छ । यसले अनुक्रमणिकाको काम गर्छ ।

विषयपरिचय

यसमा शीर्षक परिचय दिइन्छ । यही शीर्षकमा अध्ययन किन गरेको ? के अध्ययन गर्ने ? भन्ने

सीमा उल्लेख हुनुपर्छ । अध्ययनको उद्देश्य र समस्या खुलाउनुपर्छ । परिचय पाँच सयदेखि-एक हजार शब्दको लम्बाइमा आधारित हुनुपर्छ । परिचयमा पूर्वअध्ययनलाई पनि राख्न सकिन्छ । कसैले अलग पनि राखेका हुन्छन् । जर्नलले कसरी मागेको छ सोहीअनुसार लेख्नुपर्दछ । पूर्वअध्ययनमा आफूले अध्ययन गर्न लागेको विषयमा के अध्ययन गरिएको छ ? के गर्न बाँकी छ ? भन्ने कुरा खुलाएर पूर्वअध्ययनसँग आफ्नो अध्ययनलाई जोडेर त्यसको अन्तर्सम्बन्ध पहिल्याउनुपर्दछ । पूर्वअध्ययन र आफ्नो अध्ययनका बिचको अन्तराल के हो ? त्यसको खोजी गर्नुपर्छ । कुनै अन्तराल वा फरक नभए अध्ययन गर्नुको कुनै अर्थ रहँदैन । यदि अध्ययन परिमाणात्मक हो भने त्यसमा प्राक्कल्पना पनि राख्नुपर्दछ । लेखका बारेमा सामान्य सूचना पाठकले पाउने गरी विषयपरिचय लेखिनुपर्दछ ।

अनुसन्धान विधि

अनुसन्धानमा विधिको उल्लेख्य भूमिका हुन्छ । मुख्यतः अनुसन्धानका परिमाणात्मक, गुणात्मक र मिश्रित गरी तीनओटा विधि प्रचलित छन् । यिनका पनि सूक्ष्म प्रकार छन् । विधिको उल्लेख गर्दा तिनको समेत उल्लेख गरिनुपर्दछ । परिमाणात्मक विधिअन्तर्गत प्रयोगात्मक, सर्वेक्षणात्मक, अन्तर्सम्बन्ध, समस्या अध्ययन र वर्णनात्मक विधि रहेका छन् । गुणात्मक विधिअन्तर्गत घटना क्रियाविज्ञान, जातीय विज्ञान, स्वतः जातीय विज्ञान, वृत्तान्त खोज, ग्राउन्डेड सिद्धान्त, समीक्षात्मक, छलफल र विश्लेषण, विषयवस्तु विश्लेषण, सङ्कथन विश्लेषण, दस्तावेज अध्ययन, क्रियात्मक अनुसन्धान, ऐतिहासिक अध्ययन आदि देखिन्छन् । अनुसन्धानको मिश्रित विधि नयाँ नभएर गुणात्मक र परिमाणात्मक वा परिमाणात्मक र गुणात्मक मध्ये कुनै एकलाई बढी महत्त्व दिई दुवै विधिको प्रयोग गरेर तथ्यसङ्कलन गरेर अध्ययन गरिएको विधि हो । मिश्रित अनुसन्धान विधि (Mixed Methods Research) का मुख्य छओटा ढाँचा छन्, ती हुन् ; १. एक केन्द्राभिमुख ढाँचा (Convergent design) मा गुणात्मक र परिमाणात्मक विधिको मिश्रण हुन्छ । २. व्याख्यात्मक ढाँचा (Explanatory design) मा परिमाणात्मक र गुणात्मक विधिको मिश्रण हुन्छ । ३. अन्वेषणात्मक ढाँचा (Exploratory design) मा गुणात्मक र परिमाणात्मक विधिको मिश्रण हुन्छ । ४. अन्तर्निहित ढाँचा (Embedded design) गुणात्मक र परिमाणात्मक विधिमध्ये कुनै एकलाई प्राथमिकता दिने गरिन्छ । ५. रूपान्तर ढाँचा (Transformative design) र बहुआयामिक ढाँचा (Multiphase) रहेका छन् । यिनका बारेमा विस्तृत जानकारी लिन *https://apastyle.apa.org/jars* लिङ्कमा जान सुजाइन्छ । अध्ययनको ढाँचा परिमाणात्मक भए जनसङ्ख्या भन्न सकिन्छ तर गुणात्मक भए नमुना वा सहभागी भन्नुपर्दछ । अनुसन्धानको ढाँचा तयार भएपछि जसङ्ख्या/सहभागी र नमुना छनोट, तथ्याङ्क/तथ्य सङ्कलन, तथ्याङ्क/तथ्य सङ्कलनका साधन र तथ्याङ्क/तथ्य विश्लेषण प्रक्रिया स्पष्ट पानुपर्दछ ।

उद्धरण

अनुसन्धाताले आफ्नो अनुसन्धानमा प्रयोग गरेका सामग्रीको अध्ययनका बिचमा दिइने सूचनालाई उद्धरण भनिन्छ । उद्धरणमा उल्लेख गरिएका विवरणलाई सन्दर्भ सामग्रीसूचीमा र सन्दर्भ सामग्रीसूचीमा उल्लेख गरिएकालाई उद्धरणमा उल्लेख गर्नुपर्दछ । एपिए ढाँचाको उद्धरणलाई लेखक-मिति पद्धति भनिन्छ । त्यसैले प्रत्येक पटक लेखकको थर र त्यसपछि लगत्तै मिति राखेर लेखक-मिति पद्धतिको प्रयोग गरिन्छ

(एपिए, सन् २०२०, पृ.३८६-३९८) । लेखकहरूको सङ्ख्याअनुसार तिनको प्रयोग हुन्छ जसलाई निम्नलिखित रूपमा उल्लेख गर्न सकिन्छ :

समाख्यान उद्धरण (Narrative Citation) : पूर्वकार्यको समीक्षा गर्दा एकदेखि दुईजना लेखक भएमा समाख्यान उद्धरण गरिन्छ । यसमा पृष्ठ, मिति जस्ता कुरा उल्लेख गरिँदैन (एपिए, सन् २०२०, पृ.३९९-४११) । यो सूचनामूलक वा समीक्षात्मक प्रकृतिको हुन्छ, जस्तै :

१. घोडासैनी (२०७७) ले गालीलाई लोकोक्तिअन्तर्गत राखी तिनको वर्गीकरण गरेका छन् ।

२. शर्मा र श्रेष्ठ (२०५७) ले नेपाली साहित्यका विभिन्न विधाहरूलाई आधार बनाएर तिनको ऐतिहासिक रूपरेखा प्रस्तुत गरेका छन् ।

गर्भे उद्धरण (In-Text Citation) : यो दुई प्रकारको हुन्छ :

लेखकको नामबाट सुरु गर्दा १. घोडासैनी (२०७७) ले अछामी गालीको अध्ययनमा यसको वर्गीकरण गरेका छन् ।

यसरी उद्धरण गर्दा लेखकको भनाइलाई आफ्नो शैलीमा परिवर्तन गरेर लेख्नुपर्छ । यसलाई Paraphrase भनिन्छ । Paraphrase भनेको अरूका वाक्यंशको भावहरण गरेर उद्धरण गर्नु हो ।

एक लेखकको नाम अन्तमा राख्दा- “प्रायः मानिसहरूले आवेशको शमनका लागि गालीको प्रयोग गर्छन् तर ‘म गाली दिन्छु’ भनी कमैले स्विकार्दछन्” (घोडासैनी, २०७७, पृ.३४) ।

दुई लेखकको नाम अन्तमा राख्दा- “लिखित सामग्रीलाई आवाज निकाली पढ्नु नै सस्वर पढाइ हो” (अधिकारी र शर्मा, २०६१, पृ.७२) ।

तीन जनाभन्दा बढी लेखक भएमा

सुरुमा उद्धरण गर्दा- बन्धु र अन्य. । बाँकी माथिको जस्तै ढाँचामा लेख्नुपर्छ ।

पृष्ठ नभएको उद्धरण गर्ने तरिका :

“गाली जत्तिको प्रभावकारी वाक्क्रिया सायद अर्को छैन कि ?” (बन्धु, २०७७, पहिलो अनुच्छेद) ।

पृष्ठ सङ्ख्या उल्लेख नभएका कृतिको स्रोत उद्धरण गर्दा त्यसमा अनुच्छेद सङ्ख्या उल्लेख गर्नुपर्दछ ।

कृतिको नाम लामो छ तर सङ्क्षिप्त नाम नै प्रसिद्ध छ भने त्यसको पहिलो पटक पूरा नाम उल्लेख गर्ने त्यसपछि दोस्रो पटक त्यसैको सन्दर्भ दिनुपरेमा सङ्क्षिप्त तरिकाले उद्धरण गर्नुपर्दछ, जस्तै :

अप्रत्यक्ष उद्धरण गर्दा-

नेपाली कसरी शुद्ध लेख्ने (नेकशुले, १९९२) को प्रकाशन भएपछि नेपाली वर्णविन्यासका कठोर नियम प्रयोग गर्ने र प्रयोगअनुसार लेख्नुपर्छ भन्नेहरूका बिच निकै विवाद उत्पन्न भएको देखिन्छ ।

पहिलो पटक प्रत्यक्ष उद्धरण गर्दा-

(नेपाली कसरी शुद्ध लेख्ने [नेकशुले], १९९२)

दोस्रो पटक उद्धरण गर्दा-

पहिलो पटक प्रयोग भइसकेका कृतिको पुनः उद्धरण गर्नुपर्ने भएमा निम्नानुसार विवरण उल्लेख गरिन्छ :

अप्रत्यक्ष	प्रत्यक्ष
नेकशुले (१९९२)	(नेकशुले, १९९२)

यस्तोमा वा द्वितीय स्रोतको तथ्य लिइएको छ र त्यसको स्रोत दिनुपर्दा- बन्धुद्वारा उद्धृत, २०५७, पृ.५१ भनेर उद्धरण चिह्नभित्र राख्नुपर्दछ नभएर त्यो चोरीमा गनिन्छ ।

कुनै पनि उद्धरण ३९ शब्दसम्मको भए त्यसलाई उद्धरण चिह्नभित्र राख्नुपर्दछ भने ४० शब्दभन्दा बढी भएमा अलग अनुच्छेदमा राख्नुपर्दछ । यसरी अलग अनुच्छेद संरचना गर्दा बायाँतिर डेढ इन्च छोडेर गर्नुपर्दछ (एपिए, २०२०, पृ.४१२-४२६) ।

कुराकानी/अन्तर्वार्ताको उद्धरण

आहुजी, गोपाल (व्यक्तिगत कुराकानी, २०७१, ३/२३) बाट प्राप्त जानकारीअनुसार भनी उल्लेख गर्नुपर्छ । यसलाई सन्दर्भसूचीमा समावेश गरिँदैन ।

सैद्धान्तिक पर्याधार

लेख विश्लेषणमा अपनाइएको तरिका वा विश्लेषणको दर्शन नै सैद्धान्तिक पर्याधार वा सैद्धान्तिक अवधारणा हो । अनुसन्धानको विश्लेषण गर्ने आधारहरू के के हुन् । के कुरालाई विश्लेषणमा आधार बनाइएको छ ? अध्ययनको शीर्षकमा जुन कुरालाई अध्ययन गर्ने भनिएको छ त्यसको दर्शनलाई सैद्धान्तिक पर्याधार बनाउनुपर्छ । यस्ता सिद्धान्त विभिन्न प्रकृतिका छन् र तिनलाई आधार बनाएर पनि अध्ययन गर्न सकिन्छ । तिनलाई आफूले अपनाएको सिद्धान्त के हो ? त्यसको उल्लेख गर्नुपर्छ (एपिए, २०२०, पृ.१३८) । यस्ता सिद्धान्त पूर्वनिर्धारित र अध्ययन गर्दै जाँदा निर्धारण गर्ने गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । आफ्नो अध्ययनको प्रकृतिअनुसार सैद्धान्तिक पर्याधार वा अवधारणा समावेश गर्नुपर्छ ।

छलफल र विमर्श/विश्लेषण

छलफल र विमर्श/विश्लेषण अथवा विश्लेषण र नतिजा शीर्षक अनुसन्धानमूलक लेखमा आवश्यक ठानिन्छ । लेखको विश्लेषण कुन कुन शीर्षकमा आधारित भएर गरिएको छ त्यसलाई सङ्क्षेपमा उल्लेख गर्नुपर्छ । त्यसपछि विश्लेषण समावेश गर्नुपर्छ ।

सङ्ख्या शब्दको प्रयोग

१-९ सङ्ख्यालाई अक्षरमा लेख्नुपर्छ । १० भन्दा माथिका सङ्ख्यालाई अङ्कमा लेख्नुपर्छ । अपवाद (Exceptions) मा समय बुझाउने, उमेर बुझाउने, ठुलो सङ्ख्या बुझाउने, महिना, वर्ष र प्रतिशत बुझाउने शब्द आएको अवस्थामा भने अङ्क लेख्नुपर्दछ ।

चित्र

ग्राफ, चार्ट, मानचित्र, चित्र, फोटो आदि सबैलाई एपिएमा चित्र भनेर बुझाइएको छ । चित्रमा

फन्ट सानोमा ८ देखि ठुलोमा १४ सम्म दिन सकिन्छ । चित्रहरू धेरै भएमा तिनलाई चित्र १, चित्र २ गरी राख्नुपर्दछ (एपिए, २०२०, पृ.३७२) ।

तालिकाहरू

सङ्क्षिप्त, स्पष्ट, सजिलै पढ्न र तुलना गर्न मिल्ने प्रस्तुतिको एक सजिलो तरिका नै तालिका हो । एपिए ढाँचामा प्रस्तुत गरिने तालिकाहरू सामान्यतया साङ्खिकीय विश्लेषण र अन्य प्रासङ्गिक मात्रात्मक तथ्यका परिणामहरूको वर्णन गर्न प्रयोग गरिन्छ । सबै तथ्यहरू तालिकामै प्रस्तुत गर्नु पनि त्यति राम्रो मानिँदैन । यदि सङ्ख्यात्मक जानकारी थोरै छ भने त्यसको वर्णन मात्रै गर्नुपर्छ । धेरै विवरण भएमा तालिकामा प्रस्तुत गर्नुपर्छ । तालिका निर्माण कसरी गर्ने भन्ने विषयमा एपिएले त्यसको आधारभूत ढाँचा सिफारिस गरेको छ, जुन यसप्रकार छ :

- प्रत्येक तालिकाको शीर्षक राखी इटालिक गर्नुपर्ने,
- सबै तालिकाको सङ्ख्या उल्लेख गर्नुपर्ने (जस्तै- तालिका १, तालिका २ आदि),
- तालिकाका सबै विवरणको पूर्ण छलफलको आवश्यकता नभएसम्म बढी व्याख्या र विश्लेषण नगर्ने बरु बढी व्याख्या र विश्लेषणबाट पाठक दिग्भ्रमित नहोस् भन्ने कुरामा सचेत हुनुपर्ने,
- तालिका सङ्क्षिप्त रूपमा उल्लेख गरी त्यसमा भएका महत्त्वपूर्ण कुराहरूको सङ्केत गर्नुपर्ने ।
- तालिकाका बिचमा अरू धर्काहरू नराख्ने ।

एपिए (२०२०) मा गुणात्मक विधि र परिमाणात्मक विधिका भिन्नभिन्न तालिका हुनेबारे पनि उल्लेख गरिएको पाइन्छ (पृ.३३६-३५०) जसको प्रस्तुति निम्नानुसार गरिन्छ :

तालिका ३

सर्वनाम र क्रियाको आदर

आदरका तह	**सर्वनाम शब्द**	**आदर अनुसारका क्रियाका रूप**
आदर रहित	तँ, ऊ, त्यो, यो	जान्छस्/जान्छेस्, गइस्, गयो
सामान्य आदर	तिमी, उनी, तिनी, यिनी	जान्छौ, जान्छन्/जान्छिन्, गयौ, गए
उच्च आदर	तपाइँ, उहाँ, यहाँ, हजुर	जानु हुन्छ, जानु भयो

(एपिए, २०२०, पृ.३३६-३५०)

सन्दर्भ सामग्रीसूची अङ्कन गर्ने तरिका

अनुसन्धाताले अनुसन्धानका क्रममा प्रयोग गरेका र उद्धरणमा प्रयोग गरेका सामग्रीहरूको सूची तयार पारेर तिनको सन्दर्भाङ्कन गर्नुपर्दछ । एपिए ढाँचामा सन्दर्भको उल्लेख गर्दा सामान्यतया अन्तिम पृष्ठमा गरिन्छ । यसबाट अनुसन्धाताद्वारा उद्धृत गरिएका सन्दर्भको पूर्ण स्रोत पाठकलाई सजिलोसँग हेर्नका लागि मद्दत पुग्छ । मूल पाठमा उद्धृत गरिएका प्रत्येकको सन्दर्भ खण्डमा र सन्दर्भ खण्डमा उल्लेख भएका सबैको मूल पाठमा कतै उद्धृत गरिएको हुनुपर्छ । एपिएले 'सन्दर्भहरू' शीर्षक मात्रै राख्न सुझाव दिन्छ

तर नेपालीमा 'सन्दर्भ सामग्रीसूची' राख्ने गरिन्छ । सन्दर्भ सामग्रीसूचीलाई गाढा (बोल्ट) गर्नुपर्छ । यसका वरिपरि रेखाङ्कन छड्के (इटालिक), उद्धरण आदि केही राख्नुपर्दैन । सन्दर्भ दिँदा सामान्यतया लेखक, मिति, शीर्षक र स्रोतजस्ता प्रमुख चारओटा तत्त्वलाई समावेश गर्नुपर्दछ । यसमा को (लेखक), कहिले (कृति प्रकाशन भएको वर्ष), के (शीर्षक), कहाँ (स्रोत, पृष्ठ) बाट भएको हो भन्ने विवरण खुलाउनुपर्दछ । यिनमा पनि प्रकाशित र अनलाइनजस्ता दुई प्रकारका सामग्री उपलब्ध हुन्छन् । "सबै सन्दर्भमा सामान्यतया लेखक, मिति, शीर्षक र स्रोत समावेश गरिन्छ । यिनमा स्रोततत्त्व कहाँबाट आयो भन्ने दृष्टिले सामान्य भिन्नता हुन्छ" (एपिए, २०२०, पृ.४२९) । यसमा अनुसन्धानमूलक लेख, किताब, वेबसाइट, DOI (Digital Object Identifier) प्राप्त साधारण लेख आदि विभिन्न प्रकृतिका सन्दर्भको सूची तयार पार्ने भिन्न भिन्न तरिकाहरू छन् (एपिए, २०२०, पृ.४२९) । त्यस्ता तरिकाहरू किन उल्लेख गर्नुपर्दछ भन्ने कुराका लागि सन्दर्भ सूची प्रविष्टिको सिद्धान्त बुझ्न जरुरी हुन्छ । एपिएले सन्दर्भसूची निम्नलिखित कुरामा आधारित हुनुपर्ने कुरामा जोड दिन्छ :

तालिका ४

सन्दर्भ सामग्रीसूचीको ढाँचा

लेखक	मिति	शीर्षक	स्रोत	
			प्रकाशक	DOI तथा URL
घोडासैनी, खगेन्द्र	(२०७७)	कथाको रचनाविधान	सनलाइन	–
घोडासैनी, खगेन्द्र	(२०७८)	नेपाली बालबोधक शब्दावली	हैमप्रभा २०	https://doi.org/10
घोडासैनी, खगेन्द्र	(२०७८, चैत ९)	'यात्री' कविताभित्रको अध्यात्म	साहित्यपोस्ट	https://sahityapost.

यसमा कृति प्रकाशन भएको स्थानको नाम समावेश गरिँदैन । DOI प्राप्त लेखको मिति आवश्यक हुँदैन तर URL को भने लेखको उद्धरण गरेको मिति पनि उल्लेख गर्नुपर्छ । तिनीहरूलाई अद्यावधिक गर्न मिल्ने हुनाले तिनमा परिवर्तन पनि हुनसक्छ । त्यसैले तिनको सन्दर्भ लिइएको मिति आवश्यक ठानिन्छ ।

सन्दर्भ सूची प्रविष्टिको सिद्धान्त

सन्दर्भ दिँदा सामान्यतया लेखक, मिति, शीर्षक र स्रोतजस्ता प्रमुख चारओटा तत्त्वलाई समावेश गर्नुपर्दछ । यी चार तत्त्वको आपसी सम्बन्धले एउटा सन्दर्भ निर्माण गर्दछ, जस्तै :

लेखक : यो कामका लागि जिम्मेवार छ ?

मिति : कृति कहिले प्रकाशित भएको थियो ?

शीर्षक : यसलाई के भनिन्छ ?

स्रोत : यो काम कहाँबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

यी चारओटा तत्त्वहरूलाई ध्यानमा राखेर यी प्रश्नको जवाफले सन्दर्भ तयार गर्न मद्दत पुग्ने छ । अनुसन्धाताले अध्ययन गर्ने प्रत्येक कृतिका लागि अलग अलग सन्दर्भ सिर्जना गर्नुपर्ने हुन्छ ।

सन्दर्भाङ्कनका मुख्य नियमहरू निम्नानुसार छन् :

- शीर्षकलाई उद्धरण र गाढा अक्षर नगरी छड्केमा मात्र राख्नुपर्ने,
- प्रत्येक स्रोतका लेखकको थरको वर्णानुक्रमका आधारमा सूची तयार गर्नुपर्ने,
- सबै सन्दर्भ अङ्ग्रेजीमा भए दोहोरो अन्तराल र युनिकोडमा भए १.५ को अन्तराल राख्नुपर्ने,
- एउटै लेखकलाई धेरै पटक उद्धृत गरिएको छ भने सबैभन्दा पुरानोलाई पहिले राखी कालक्रमिक रूपमा सन्दर्भलाई सूचीबद्ध गर्नुपर्ने,
- प्रत्येक सन्दर्भका लागि नयाँ अनुच्छेद चयन गरेर लेख्नुपर्ने,
- पहिलो पङ्ति बायाँतिरबाट सुरु भई दोस्रो पङ्तिमा इन्डेन्ट (०.५को अन्तराल) गर्नुपर्ने,
- जर्नल, पत्रिका, पुस्तक, विद्युतीय स्रोतलगायत अप्रकाशित सामग्रीहरूको पनि स्रोत उल्लेख गर्नुपर्ने (एपिए, २०२०, पृ. ४८९-५७५) ।

कृतिको सन्दर्भाङ्कनलाई निम्नलिखित उदाहरणका माध्यमबाट स्पष्ट पार्ने प्रयास गरिएको छ :

पत्रिकाको सन्दर्भाङ्कन

प्रकाशित लेखको सन्दर्भाङ्कन गर्दा क्रमशः लेखकका थरको पहिलो वर्णको वर्णानुक्रम, लेखकको नाम, कोष्ठकमा प्रकाशन साल, अल्पविराम, महिना, गते, कोष्ठक बन्द, लेखको शीर्षक, पत्रिकाको नाम छड्के (इटालिक) मा, अङ्क (भोल्युम) (पूर्णाङ्क पनि भए कोष्ठकमा) नम्बर, पृष्ठ राखिन्छ तर तिनका नाम उल्लेख गरिँदैन । पृष्ठका बिचमा अन्तराल भए योजक (-) चिह्न राखिन्छ । त्यस्ता कुरालाई विभिन्न शीर्षकमा उदाहरणसहित सन्दर्भाङ्कन गर्न सुझाएको पाइन्छ (एपिए, २०२०, पृ. ४२७-४७०) । जस्तै :

मासिक पत्रिका

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०५९, असोज). गाली साहित्य र अछामी गालीमा व्यङ्ग्यचेता. मिर्मिरे ६ (२१७). ६६-७१ ।

दैनिक पत्रिका

अनमोल, अमृता. (२०७८, मङ्सिर, २). महिनावारी विभेदविरुद्ध बोलौँ. कान्तिपुर ।

जर्नलको सन्दर्भाङ्कन

जर्नलमा प्रकाशित लेखको सन्दर्भाङ्कन गर्दा लेखकका थरको पहिलो वर्णको वर्णानुक्रम, नाम, कोष्ठकमा प्रकाशन वर्ष, लेखको शीर्षक र जर्नलको नाम लेख्नुपर्छ । जर्नलको नामलाई छड्के गर्नुपर्छ । त्यसपछि दशमलव, अङ्क र त्यसको सङ्ख्या उल्लेख गरी छड्केमा राख्नुपर्छ । त्यसपछि पृष्ठसङ्ख्या र पृष्ठसङ्ख्याका बिचमा अन्तराल भए योजक (-) चिह्नको प्रयोग गर्नुपर्छ । यदि DOI नम्बर छ भने त्यसको नम्बरसहित हाइपर लिङ्क पनि अन्तमा उल्लेख गर्नुपर्छ, जस्तै :

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७८). नेपाली बालबोधक शब्दावली. हैमप्रभा २०. १-१२ https://www.nepjol.info/index.php/haimaprabha/article/view/38585.

विद्युतीय स्रोतका सामग्रीहरूको सन्दर्भाङ्कन

विद्युतीय स्रोतका सामग्रीहरू प्रस्तुत गर्ने आधारभूत ढाँचा पनि अन्य सन्दर्भको जस्तै धेरै कुरामा समानता छ । यसमा सामान्यतया विद्युतीय सङ्केत ठेगाना उल्लेख गर्न आवश्यक ठानिन्छ । विद्युतीय (अनलाइन) URL हरू परिवर्तन हुनसक्ने भएकाले एपिएले सम्भव भएसम्म अनुसन्धानकर्ताले आफ्ना अनुसन्धानको सन्दर्भाङ्कन गर्दा डिजिटल वस्तु पहिचानकर्ता (DOI) को प्रयोग गर्न सिफारिस गर्दछ । DOI एक अद्वितीय अक्षराङ्कीय सम्बन्ध सूत्र हो जुन दश उपसर्ग (सामान्यतया संगठनहरूलाई तोकिएका चार अङ्कको सङ्ख्या) र एक प्रत्यय (प्रकाशकद्वारा तोकिएको सङ्ख्या) बाट सुरु हुन्छ । यो अन्तर्राष्ट्रिय संगठन (ISO) द्वारा मानकीकृत छ । यसको प्रयोग शैक्षिक, व्यावसायिक, सरकारी सूचना, जर्नल लेख, अनुसन्धानपत्र, डाटा सेन्टर र अन्य आधिकारिक प्रकाशनहरूको पहिचान गर्न व्यापकरूपमा प्रयोग गरिन्छ । यदि DOI उपलब्ध छ भने यसलाई निम्नलिखित तरिकाले सन्दर्भ दिई अन्त्यमा हाइपर लिङ्क समावेश गर्नुपर्दछ (एपिए, २०२०, पृ.३१७), जस्तै :

DOI नम्बर भएको किताब

ब्राउन, एलएस. (२०१८). फेमिनिस्ट थ्योरी (दो.संस्क.). अमेरिकन साइकोलोजिकल एसोसियसन. doi नम्बर छड्केमा राख्ने ।

DOI नम्बर भएको जर्नल

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७८). नेपाली बालबोधक शब्दावली. हैमप्रभा २०. *https://doi.org/10.3126/haimaprabha.v20i0.38585*

DOI प्राप्त जर्नलमा प्रकाशित लेखमा २१ जनासम्मको नाम लेख्नुपर्छ । त्यसको उदाहरण एपिएमा निम्नलिखित तरिकाले प्रस्तुत गरिएको छ :

Kalnay, E., Kanamitsu, M., Kistler, R., Collins, W., Deaven, D., Gandin, L., Iredell, M., Saha, S., White, G., Woollen, J., Zhu,Y., Chelliah, M., bisuzaki, W., Higgins, W., Janowiak, J., Mo, K. C., Ropelewski, C., Wang, J., Leetmaa, A., . . . Joseph, D. (1996). The NCEP/NCAR 40-year reanalysis project. Bulletin of the American Meteorological Society, 77(3), 437–471. http://doi.org/fg6rf9

ब्लग पोस्ट

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०२२, मार्च २३). महर्षि जैमिनिको जीवनी. व्यक्तित्व र कृतित्व. नेपाली रिसर्च आर्टिकल.*https://ghodasainik.blogspot.com/2020/05/blog-post_13.html*.

भूमिका

गिरी, मधुसूदन. (२०७७). लोकवार्ताको अध्ययन परम्परामा नव गोरेटो [भूमिका]. अछामी गालीको अध्ययन. सनलाइट पब्लिकेसन ।

अप्रकाशित (किताब/पाण्डुलिपि)

उपाध्याय, उदयराम (-). औषधी मुलो र मन्त्रसङ्ग्रह [अप्रकाशित सङ्कलन]. पङ्तिकारसँग सुरक्षित ।

अप्रकाशित किताब वा पाण्डुलिपि छ भने त्यसको मिति भए लेख्नुपर्छ नभएर खाली छोड्नुपर्छ। अन्तमा त्यो कहाँ छ, त्यसको उल्लेख गर्नुपर्छ, जस्तै कुनै विभाग, विश्वविद्यालय, सङ्ग्रहालय, व्यक्ति आदि। जहाँ छ त्यसको उल्लेख गर्नुपर्छ।

युटुब भिडियो

लेखक, अपलोड मिति, साल, महिना, गते, भिडियोको शीर्षक, ठुलो कोष्ठकमा (Video) युटुब, अन्तमा वेभ ठेगाना उल्लेख गर्नुपर्छ, जस्तै :

Mahmood, Khalid. (२०२१, जुलाई ३०). Preparing a Reference List in APA &th Edition. (पावर प्वाइन्ट स्लाइड) स्लाइड सेयर. https://www.youtube.com/watch?v=1DCmvtu2BVQ.

पावर प्वाइन्ट स्लाइड

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७७). प्रश्नोत्तर लेखन (पावर प्वाइन्ट स्लाइड) स्लाइड सेयर। (वेभ ठेगाना नभएको स्लाइड)

Housend, B. (2016). Gam on ! Integrating gemes and simulations in the Classroom [power point Slides]. Slide Share. https://www.slideshare.net/brianhousand/game-on-iagc-2016

फेसबुक पोस्टको सन्दर्भ

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०१६, जुन २५). न बन्द न खुला. *https://www.facebook.com/khahendra. hodasaini/post1560592413990966.*

वेभ पेज र वेभ साइट

व्यक्तिको नाम/विषय, मिति (साल, महिना, गते), शीर्षक र वेभ ठेगाना लेख्नुपर्छ, जस्तै :

सेन्टर फर डिस्कस कट्रोल एन्ड प्रिवेन्सन. (२०१८, जनवरी २३). पिपुल एट हाइ रिस्क अफ डेभलपमेन्ट रिलेटेड कम्प्लिकेसन. https:www.cdcgov.

सूचना परिवर्तन हुने वेभ पेज

डिजिटल वस्तु पहिचानकर्ता (सन् २०२२, मार्च २४). विकिपिडिया. *https://en.wikipedia.org/ wiki/ Digital_ object_ identifier.*

पुस्तकको सन्दर्भाङ्कन

सन्दर्भ वर्णानुक्रममा राख्नुपर्छ। मुद्रित पुस्तकहरूको सन्दर्भाङ्कन गर्ने ढाँचा निम्नानुसार छ :

लेखकको थर, अल्पविराम, नाम, कोष्ठकमा प्रकाशन मिति, दशमदव (.), छड्केमा पुस्तकको शीर्षक, यदि संस्करण छ भने कोष्ठकमा पुस्तकको संस्करण र प्रकाशकको नाम उल्लेख गर्नुपर्दछ र छ भने अन्तमा DOI नम्बरसहित त्यसको हाइपर लिङ्क पनि राख्नुपर्छ। यी प्रत्येकका बिचमा अन्तराल हुनुपर्छ, जस्तै :

बन्धु, चूडामणि. (२०५८). नेपाली लोकसाहित्य. एकता बुक्स ।

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७७). नबजेका धुनहरू (गीत/कवितासङ्ग्रह). राप्ती साहित्य परिषद् ।

एकै साल एउटै लेखकका दुई कृतिको प्रकाशन भएकाको सन्दर्भ

श्रेष्ठ, दयाराम. (२०७७ क). साहित्यको अनुसन्धान व्यवस्थापन (अनुसन्धान दर्शन). शिखा बुक्स ।

श्रेष्ठ, दयाराम. (२०७७ ख). कथाको दर्शन. शिखा बुक्स ।

समूह लेखनको सन्दर्भ

अमेरिकन साइकोलोजिकल एसोसियसन (२०२०). पब्लिकेसन म्यानुअल अफ द अमेरिकन साइकोलोजिकल एसोसियसन (सातौं संस्क.). अथर ।

सम्पादित पुस्तकको लेखको सन्दर्भ

अधिकारी, हेमाङ्गराज. (२०६०). प्राथमिक कालको आख्यानेतर गद्य. चूडामणि बन्धु (सम्पा.). नेपाली साहित्यको इतिहास (प्रथम खण्ड). पृ. २८५-३०९). नेपाल राजकीय प्रज्ञाप्रतिष्ठान ।

लेखक र सम्पादक दुबै भएका कृतिको सन्दर्भाङ्कन

विश्वनाथ (२०१६). साहित्यदर्पण (लोकमणि दहाल. सम्पा.). चौखम्बा संस्कृत सिरिज ।

गोयन्दका, हरिकृष्णदास. (सम्पा.) (२०६८). ईशादि नौ उपदिषद्. गीताप्रेस ।

मूल लेखक र त्यसको अनुवाद भएका कृतिको सन्दर्भ

ब्लुमफिल्ड (१९५६). भाषा (श्रीप्रसाद शाह, अनु. दो.संस्क.). तेज प्रकाशन (मूल कृति प्रकाशन १९१७) ।

कार्यशालामा प्रस्तुत कार्यपत्र

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७६, पुस १३-१४). विज्ञसमीक्षित लेखको संरचना र ढाँचा (कार्यपत्रको प्रस्तुतीकरण). जनता विद्यापीठ अनुसन्धान व्यवस्थापन एकाइद्वारा आयोजित विज्ञसमीक्षित लेख लेखनसम्बन्धी दुई दिने कार्यशाला. जनता विद्यापीठ ।

शोत्रपत्र र शोधप्रबन्ध

उपाध्याय, खगेन्द्रप्रसाद. (२०६४). अछामी भाषिकाको शब्दकोश निर्माण. [अप्रकाशित स्नातकोत्तर एमएड शोधपत्र]. त्रिभुवन विश्वविद्यालय ।

उपाध्याय, खगेन्द्रप्रसाद. (२०७२). अछामी भाषिका र नेपाली भाषाको व्यतिरेकी अध्ययन. [अप्रकाशित विद्यावारिधि शोधप्रबन्ध]. त्रिभुवन विश्वविद्यालय ।

निष्कर्ष

एपिए सातौँ संस्करणका मुख्य प्रावधानहरू पहिल्याउने उद्देश्य र यसका प्रावधानहरू कस्ता छन् ? भन्ने प्रमुख समस्यालाई लिएर प्रस्तुत लेख तयार पारिएको हो । यसमा गुणात्मक ढाँचा अवलम्बन गरिएको छ । एपिए शैलीमा अनुसन्धानमूलक लेख लेखन, प्रकाशन, यसको संरचना, आधारभूत प्रावधान, पृष्ट संरचना र शीर्षक/उपशीर्षक/प्रशीर्षक राख्ने ढाँचालाई उदाहरणसहित प्रस्तुत गरिएको छ । एपिए शैलीमा कागजको ढाँचा, जर्नल लेखहरू, अध्ययनको शीर्षक, सारसङ्क्षेप, शब्दकुञ्जी, विषयपरिचय, अनुसन्धान

विधि, उद्धरण, (समाख्यान र गर्भे), पृष्ठ नभएको उद्धरण गर्ने तरिका, कुराकानी/अन्तर्वार्ताको उद्धरण, सङ्ख्या शब्दको प्रयोग, सैद्धान्तिक पर्याधार, छलफल र विश्लेष्ण, चित्र/आरेख, तालिकाहरू, सन्दर्भ सामग्रीसूची अङ्कन गर्ने तरिका, सन्दर्भ सूची प्रविष्टिको सिद्धान्त, पत्रिकाको सन्दर्भाङ्कन, विद्युतीय स्रोतका सामग्रीहरूको सन्दर्भाङ्कन, पुस्तकको सन्दर्भाङ्कन, कार्यशालामा प्रस्तुत कार्यपत्र, शोत्रपत्र र शोधप्रबन्ध, ब्लग पोस्ट, भूमिका, अप्रकाशित (किताब/पाण्डुलिपि), युटुब भडियो, पावर प्वाइन्ट स्लाइड, फेसबुक पोस्टको सन्दर्भ, वेभ पेज र वेभसाइट, सूचना परिवर्तन हुने वेभ पेजजस्ता सामग्रीको सन्दर्भाङ्कन गर्ने तरिकाका बारेमा उदाहरणसहित वर्णन गरिएको छ । समग्रमा एपिए ढाँचाअनुसार अनुसन्धानको प्रस्तुति कसरी गर्ने, अनुसन्धानात्मक लेखन, प्रकाशन, ढाँचा र यसका प्राविधिक पक्ष के रहेछन् भन्ने कुरा पहिल्याउने काम गरिएको छ ।

कृतज्ञताज्ञापन

प्रस्तुत लेख लेख पढी उपयुक्त सुझाव दिएर यसलाई परिमार्जन गर्न सहयोग पुऱ्याउनुहुने विज्ञज्यूप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु ।

सन्दर्भ सामग्रीसूची

घोडासैनी, खगेन्द्र. (२०७८, चैत ९). विज्ञसमीक्षित लेखको आधारभूत ढाँचा. *नेपाली रिसर्च आर्टिकल.* https://ghodasainik.blogspot.com/2020/07/blog-post_22.html

पाण्डेय, ताराकान्त. (२०७८). *सन्दर्भ सामग्रीसूचीको नमुना : एमएलए र एपिए पद्धति* (कार्यपत्रको प्रस्तुतीकरण). नेसंवि अनुसन्धान केन्द्रद्वारा सञ्चालित पाठ्यक्रममा आधारित विद्यावारिधि कार्यक्रममा प्रस्तुत. नेसंवि अनसन्धान केन्द्र ।

मोहमद, खालिद. (सन् २०२१, जुलाई ३०). *Preparing a Reference List in APA 7th Edition*. (पावर प्वाइन्ट स्लाइड) स्लाइड सेयर. https://www.youtube.com/watch?v=1DCmvtu2BVQ

श्रेष्ठ, दयाराम. (२०७७). *।* (अनुसन्धान दर्शन). शिखा बुक्स ।

ह्युमन, डेबोराह. (२०२१). *एपिए सेवेन्थ इडिसन बेसिक इन टेक्स साइटेसन.* द रिफ्रेन्स लिस्ट एन्ड पेपर फर्मेटिङ ।

American Psychological Association (Seventh Edition). (2020). Publication Manual : APA.

University Grants Commission. (2018). *Guidelines for the Minimum Standards and Classification of Peer-Reviewed Journals Published in Nepal. 2018* **:** doi. https://apastyle.apa.org/jars

…(2020, Apr 20). *APA citation & referencing for beginners* (Video). Youtube video. https://www.youtube.com/watch?v=qeiArIrPcJ4.