

पी- एच० डी० प्रगति रिपोर्ट :--

शोधार्थी- सुनील कुमार

शोध शीर्षक :- "पुलिसकर्मियों के कर्तव्य निष्पादन विषयक तनाव प्रबंधन में योगाभ्यास की भूमिका : एक प्रायोगिक अध्ययन"

अध्ययन

नामांकन संख्या-14056636

प्रस्तुत करने की तिथि : -11/07/2022

योग विभाग, स्वास्थ्य विज्ञान विधा शाखा, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, देहरादून

कार्य विवरण :- शोध उपाधि समिति (योग) की दिनांक 7/12/2021 को संपन्न बैठक में शोध हेतु प्रस्तुत शोध शीर्षक को समिति सदस्यों द्वारा अनुमोदित करने के बाद से वर्तमान तक शोधार्थी द्वारा निम्न कार्य किए गए हैं।

1. शोधार्थी ने जनवरी माह में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के पुस्तकालय में अध्ययन किया तथा शोध कार्य हेतु समन्वित विभिन्न साहित्यों का अध्ययन कर आवश्यक आधार सामग्री एकत्रित की गई साथ-साथ 36 दिल्ली पुलिसकर्मियों (महिला/पुरुष सिपाई रैंक) के समूह को सामान्य स्वास्थ्य पर योगाभ्यास का प्रभाव जांचने हेतु योगाभ्यास एक महीने के लिए करवाया गया जिसका गणना के बाद परिणाम सार्थक पाया गया।
2. शोधार्थी ने फरवरी माह में शोध शीर्षक से सम्बंधित साहित्य समीक्षा का कार्य पूर्ण किया तथा निर्देशक महोदय से संपर्क कर प्राथमिक डाटा के संग्रहण से संबन्धित चर्चा की गयी और दिल्ली पुलिस के उच्च अधिकारियों से शोध कार्य हेतु संपर्क किया गया।
3. मार्च माह में शोधार्थी द्वारा शोध निर्देशक महोदय से विचार-विमर्श के बाद 45 दिल्ली पुलिस के सहायक उप निरीक्षक पद के पुलिस कर्मियों की उपलब्धता के आधार पर तथा उनकी सहमति के बाद कर्तव्य निष्पादन विषयक तनाव का डाटा संग्रह कार्य करने के बाद योगाभ्यास शुरू किया गया।
4. अप्रैल माह में शोधार्थी ने शोध ग्रंथ के प्रथम अध्याय "परिचय" का कार्य पूर्ण किया तथा एक शोध पत्र प्रकाशन हेतु तैयार किया गया।
5. मई माह में शोधार्थी द्वारा गुरुकुल काँगड़ी विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में शोध पत्र का प्रस्तुतीकरण किया गया।
6. शोधार्थी द्वारा "yoga practices for the management of obesity of police personal" शोध पत्र को तैयार करने के बाद शोध जर्नल में प्रस्तुत किया गया है जो अभी विचारधीन है।
7. जून माह में प्रयोगिक समूह का योग अभ्यास समाप्त किया गया तथा डाटा संग्रह किया गया परिणाम की विवेचना जारी है।
8. शोधार्थी द्वारा 9 से 11 जुलाई के बीच देव संस्कृति विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में शोध पत्र प्रस्तुत किया गया।
9. शोधार्थी द्वारा कर्तव्य निष्पादन विषयक तनाव से सम्बंधित शोध पत्र पर कार्य जारी है।

रिपोर्ट सेवामें प्रेषित हैं।

Received Through
Email.



11/07/22

पी-एच० डी० प्रगति रिपोर्ट (जुलाई 2022 से जनवरी 2023)

शोधार्थी सुनील कुमार

नामांकन संख्या -14056636

प्रस्तुत करने की तिथि :-22/01/2023

योग विभाग, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी ।

शोध शीर्षक :- " पुलिसकर्मियों के कर्तव्य निष्पादन विषयक तनाव प्रबंधन में योगाभ्यास की भूमिका :- एक प्रायोगिक अध्ययन"।

कार्य विवरण :- शोध उपाधि समिति (योग) की दिनांक 07/12/2021 को संपन्न बैठक में शोध हेतु प्रस्तुत शोध शीर्षक को समिति सदस्यों द्वारा अनुमोदित करने के उपरान्त शोधार्थी द्वारा प्रस्तुत द्वितीय प्रगति रिपोर्ट में निम्न कार्य किये गए है :

1. जुलाई महीने में शोधार्थी द्वारा जून महीने में संपन्न योग हस्तक्षेप के माध्यम से प्राप्त निष्कर्षों को क्रमबद्ध कर उनका विस्तृत अध्ययन किया गया तथा विभागाध्यक्ष महोदय के निर्देशन के बाद आगे के कार्य का विश्लेषण तथा रुपरेखा तैयार की गयी ।
2. अगस्त माह में शोधार्थी द्वारा शोध ग्रन्थ के अध्याय न० 2 का कार्य विभागाध्यक्ष महोदय के निर्देशानुसार पूर्ण किया गया ।
3. सितम्बर माह में शोधार्थी द्वारा शोध ग्रन्थ के अध्याय न० 3 का कार्य विभागाध्यक्ष महोदय के निर्देशानुसार पूर्ण किया गया ।
4. अक्टूबर माह में शोधार्थी द्वारा एक शोध पत्र तैयार किया गया जो प्रकाशन के लिए विचाराधीन है ।
5. नवम्बर माह में शोधार्थी द्वारा शोध ग्रन्थ की सन्दर्भ सूचि तैयार की गयी ।
6. दिसंबर माह में शोधार्थी द्वारा विभागाध्यक्ष महोदय के मार्गदर्शन में सांख्यिकीय विश्लेषण (अध्याय न०4) का कार्य पूर्ण किया गया तथा शोध ग्रन्थ के अंतिम अध्याय के लेखन का कार्य पूर्ण किय गया ।

Received Through
mail.


21/01/23.

सुनील कुमार

शोधार्थी, योग