

मनोविज्ञान

मनोविज्ञान मानव की मानसिक प्रक्रियाओं अनुभवों और व्यवहार को सामाजिक सांस्कृतिक परिवेश में अध्ययन करने की शाखा है। इसका उद्देश्य व्यक्तियों और समाज की जटिलताओं व उससे संबंधित प्रक्रियाओं तथा उनके योगदान से है।

कक्षा 11वीं के लिए निर्धारित पाठ्यक्रम का उद्देश्य मनोविज्ञान की प्रवृत्ति व मूलभूत प्रक्रियाओं के कारकों का ज्ञान प्रदान करना है। तथा कक्षा 12वीं के पाठ्यक्रम का उद्देश्य जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में मनोविज्ञान की अवधारणा व कौशल का विकास करना है।

प्रमुख लक्षण

! वर्तमान पाठ्यक्रम की विषय वस्तु का उद्देश्य मनोविज्ञान के क्षेत्र में नवीन विकास को सम्मिलित करना तथा उसे भारतीय आचार शास्त्र की वास्तविकताओं से संबंधित करना।

! छात्रों के अंदर उन कौशलों का जो व्यावहारिक जीवन से जुड़े हैं उनका कार्य की दुनिया में प्रावधान करना।

! प्रायोगिक कार्य का उद्देश्य विभिन्न प्रायोगात्मक कार्य करवाना जैसे प्रोजेक्ट, अभ्यास और मनोविज्ञान परीक्षण इत्यादि।

! विषय वस्तु को अंतः क्रियात्मक परिदृश्य में दर्शाना।

! विषय वस्तु छात्र के स्वयं सीखने को प्रेरित करने योग्य हो तथा इस बात की आवश्यकता है कि शिक्षक के द्वारा विभिन्न ब्यूह रचनाओं का प्रयोग किया जाए। इसमें उत्प्रेरित व आकर्षक, दृष्टान्त जो विषय वस्तु से संबंधित हो होना चाहिये तथा ऐसी परिस्थितियां जो भारतीय परिदृश्य के उपयुक्त हो सम्मिलित होना चाहिये

! प्रस्तुत पाठ्यक्रम की सैद्धांतिक व वास्तविक जीवन परिस्थितियों की पूरक एवं परिपूर्ण पाठ्य सामग्री जो कि व्यापक जागरुकता लाएगी व विषय वस्तु के प्रति रुचि तथा सहभागिता धारित करेगी।

उद्देश्य

उ. मा. स्तर पर मनोविज्ञान को पढाने के लिये निम्नलिखित उद्देश्य निर्धारित किए गए हैं।

1. विद्यार्थियों को मूल मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं और विधियों के सीखने व खोज करने की प्रवृत्ति के बारे में जो कि मानव मस्तिष्क व व्यवहार को दर्शाये उसकी जानकारी देना।
2. मनोवैज्ञानिक व्यवहार को निरीक्षण करने हेतु आधारभूत कौशल का निर्माण करना व अधिगम-कर्ताओं को मनोवैज्ञानिक उपकरण एवं तकनीकी से अवगत कराना।
3. विद्यार्थियों की व्यक्तिगत वृद्धि व प्रभावशीलता की जिज्ञासा को बढ़ावा देना।
4. समाज के उत्थान और विकास के लिये जिम्मेदार नागरिक के रूप में स्थापित होने की योग्यता का विकास करना।

समय 3 घण्टे

मनोविज्ञान
कक्षा ग्यारहवीं
इकाईबार अंक विभाजन

पूर्णांक : 75

क्र.	इकाई	विषय वस्तु	अंक	कालखण्ड
1.	1 इकाई	मनोविज्ञान का परिचय	06	16
2.	2 इकाई	मनोविज्ञान की विधियाँ	06	14
3.	3 इकाई	व्यवहार का जैविक आधार	06	14
4.	4 इकाई	व्यवहार का सामाजिक एवं सांस्कृतिक आधार	05	10
5.	5 इकाई	विकास को स्तर	08	18
6.	6 इकाई	स्नायुतंत्र एवं प्रत्यक्षीकरण विधियाँ	07	16
7.	7 इकाई	सीखना (अधिगम)	08	18
8.	8 इकाई	स्मृति	08	18
9.	9 इकाई	संज्ञानात्मक प्रक्रिया	06	14
10.	10 इकाई	भाषा एवं संप्रेषण	05	14
11.	11 इकाई	अभिप्रेरणा एवं संवेग	06	14
12.	12इकाई	विकास के आयाम	04	14
योग			75	180

**मनोविज्ञान
कक्षा 11वीं**

- इकाई-01 मनोविज्ञान का परिचय – 16 कालखण्ड 6 अंक**
वर्तमान परिवेश में मनोविज्ञान का विकास (मनोविज्ञान के ऐतिहासिक परिदृश्य)
मनोविज्ञान और जीवन,— जीवन में मनोविज्ञान का प्रारम्भ एवं अध्ययन, जैविक व्यवहार वाद, गेस्टाल्टवाद,, ज्ञानात्मक, मनोगतिक, मानव वाद एवं सांस्कृति, मनोविज्ञान का क्षेत्र, अन्य शाखाओं से मनोविज्ञान का सम्बंध (मनोविज्ञान के नवीन परिदृश्य)।
- इकाई-02 मनोविज्ञान की विधियाँ: 14 कालखण्ड 6 अंक**
परिचय—मनोवैज्ञानिक विधियों के लक्ष्य—अवलोकन, प्रयोगात्मक, सहसम्बंधात्मक (अनुकरणीय) (अनुप्रस्थीय एवं अनुधैयैर्य अध्ययन (गुणात्मक विधियों) जीवनवृत्त अध्ययन, मनोवैज्ञानिक उपकरण— परिक्षण, साक्षात्कार, प्रश्नावली, मनोवैज्ञानिक अध्ययन में प्राचीन मान्याताएँ।
- इकाई-03 व्यवहार का जैविक आधार:- 14 कालखण्ड 6 अंक**
परिचय— विकास एवं अनुवांशिकी के परिदृश्य में, (प्राकृतिक वरण एवं जैवसामाजिक) मस्तिष्क एवं तांत्रिक तंत्र (प्रतिवर्ती) मस्तिष्क का कार्यात्मक संगठन (तांत्रिका तंत्र में सम्प्रेषण) (मस्तिष्क के अध्ययन की विधियाँ), (एम आर आई) (वैज्ञानिक स्नायु विकास) (मानसिक वेगल, क्रमिकता) अन्तस्त्रावी तंत्र
- इकाई-04 व्यवहार का सामाजिक एवं सांस्कृतिक आधार :- 10 कालखण्ड 5 अंक**
परिचय— संस्कृति का अर्थ, मानव व्यवहार एवं संस्कृति में सम्बंध, सामाजिकता एवं वास्तविकता, सामाजिक जीवन का सांस्कृतिक संगठन (आधुनिकता, पश्चात्यता, एवं सांस्कृतिकता)
- इकाई-05 जीवनवृत्त विकास 18 कालखण्ड 8 अंक**
परिचय— विकास का अर्थ, (वृद्धि, परिपक्वता, विकास) विकास के सिद्धांत, विकास पर प्रभाव डालने वाले कारक, विकास के संक्रमणकाल, मानव विकास का पारिस्थितिकीय, विकास का अनुवांशिकीय आधार, विकास की अवस्थाएँ (विकास की अवस्थाओं का भारतीयरूपण)
शैशवस्था और बाल्यावस्था— विकासात्मक आधार एवं विशेषताएँ, (भारत में बाल्यावस्था), किशोरवस्था—विशेषताएँ और चुनौतियाँ (लिंग भेद एवं साथियों से सम्बंध) युवावस्था एवं चुनौतियाँ, वृद्धावस्था—वृद्धों की समस्याओं के साथ अभियोजन, जीवन की समालोचनात्मक घटनाएँ (जीवनचर्या योजना, बेरोजगारी, विवाह, तलाक, एकल, अभिभावक, सेवानिवृत्ति, मृत्यु), परिवार एवं मानव विकास।
- इकाई-06 स्नायुतंत्र एवं प्रत्यक्षीकरण विधियाँ 16 कालखण्ड 7 अंक**
परिचय— (मनोभौतिकी) (पारम्पारिक एवं आधुनिक विधियाँ) (संवेदी अंग—आँख एवं कान)
अवधानात्मक विधियाँ, अवधान का अध्ययन— केन्द्रिकरण एवं विकेन्द्रीकरण (चयनात्मक अवधान का अध्ययन) संगठनात्मक, प्रत्यक्षीकरण; (भ्रम) (प्रत्यक्षीकरण बारम्बारता) (स्थान, आकार एवं गति, रंगों की गहराई एवं दूरी)
प्रत्यक्षीकरण, प्रत्यक्षीकरणात्मक सीखना, प्रत्यक्षीकरण पर प्रभाव डालने वाले घटक, व्यक्ति एवं सामाजिक प्रत्यक्षीकरण (अत्यधिक एवं न्यून स्नायु प्रत्यक्षीकरण) (प्रत्यक्षीकरण एवं चेतना के स्तर)
- इकाई-07 सीखना या अधिगम- 18 कालखण्ड 8 अंक**
परिचय— सीखना का अर्थ, हम कैसे सीखे,—अनुबन्ध अनुक्रिया, सक्रिय अनुक्रिया, सामाजिक सीखना, प्रत्यय द्वारा सीखना, (सीखने की विधियाँ — प्रबलन, विभेदीकरण, सामान्यीकरण एवं विलोपीकरण), शाब्दिक सीखना— सीखने का स्थानान्तरण —सीखने पर प्रभाव डालने वाले विशिष्ट एवं सामान्य कारक, सीखने के सिद्धान्तों का प्रायोगिक अमल, (सीखने का ढंग) सीखने की विकलांगता, (सूचना प्रौद्योगिक एवं जन संचार द्वारा दूरस्थ सीखना)

इकाई-08 स्मृति विधियाँ**18 कालखण्ड 8 अंक**

परिचय-अर्थ, (संकेत, धारण और प्रत्यागमन); ऐतिहासिक परिपेक्ष में स्मृति शोध –(सीमा चिन्ह) ब्रह्मविकल्प स्मृति तंत्र (सवेदी, लघुकालिक, क्रियाशील स्मृति); दीर्घकालिक स्मृति।
द्रव्यीय एवं अर्थात्मक: क्रियाविधि के स्तर; स्मृति का मापन-स्पष्ट एवं अस्पष्ट स्मृति का मापन; (व्यक्त एवं अव्यक्त) स्मृति का संगठन- श्रेणी एवं पदानुक्रमिक संगठन, स्मृति का निर्माण एवं पुनः निर्माण (साक्ष्य स्मृति);(विशेष दृश्य स्मृति)
विस्मरण-सांकेतिक कमी, धारणीयकमी तथा प्रत्यागमनीय कमी; स्मृतिसुधार (सवेग एवं स्मृति)

इकाई-09 ज्ञानात्मक प्रक्रिया**14 कालखण्ड 6 अंक**

परिचय-चिन्तन, अवधारणा, तार्किक, समस्या समाधान, आकलन एवं निर्णयक्षमता (संज्ञानात्मक) (कृत्रिम बुद्धि), सृजनात्मक चिंतन; (प्रोत्साहित सृजनात्मकता), (चिन्हित सृजनात्मकता), (बिम्ब एवं ज्ञान) (संज्ञानात्मक विज्ञान), (मानव मस्तिष्क एवं थीन रिंग), सूचना विधि प्रदर्श, मानसिक क्रियाओं का मापन

इकाई-10 भाषा एवं सम्प्रेषण**14 कालखण्ड 5 अंक**

परिचय-मानव भाषा की प्रकृति; भाषा एवं विचार (द्विअर्थी, मातृभाषा की भूमिका) सम्प्रेषण विधियाँ शाब्दिक व अशाब्दिक; सम्प्रेषण के अवरोध (सतत् एवं दृढ सम्प्रेषण)

इकाई-11 अभिप्रेरणा एवं संवेग**14 कालखण्ड 6 अंक**

परिचय: अर्थ, मानव आवश्यकताएँ (मैसलो);
कार्य की क्रियाविधि; हाइपोथेलेमस एवं अभिप्रेरणा जैविक आवश्यकताएँ; प्रमुख मनोवैज्ञानिक प्रेरक-उपलब्धि I, आदेश एवं शक्ति, प्रारम्भिक अवधारणा- विशेषता, योग्यता, हताशा, संघर्ष, एवं चिन्ता (यरेकेस डाडसन नियम); (सम्बृद्धि एवं प्रेरणा); संवेगों की प्रकृति; संवेगों की अभिव्यक्ति
संवेगों का जैविक एवं संज्ञानात्मक आधार; अभिप्रेरणा एवं संवेगों में सम्बंध, सांवेगिक दक्षता; संस्कृति एवं संवेग।

इकाई 12 विकास के आयाम**14 कालखण्ड 4 अंक**

वृद्धि से अलग करते हुए आवश्यक एवं वांछनीय परिचय; संज्ञानात्मक विकास- पियाजे एवं विगोटसेके के सिद्धांत, सामाजिक संवेगात्मक विकास-लगाव की अवधारणा, मनोसामाजिक विकास की अवस्थाएँ (इरिक्सन); नैतिक विकास (कोलबर्ग); मूल्यों का विकास; बालक का धार्मिक एवं विकास; (आध्यात्मिक विकास)

प्रायोगिक**60 कालखण्ड 25 अंक**

1. एक प्रोजेक्ट (जानकारी एवं सम्बंधित कौशलों की विभिन्न विधियाँ)
 2. निम्न विषयों पर तीन प्रयोग
1. सीखना या अधिगम
2. स्मृति
3. अभिप्रेरणा
4. प्रत्यक्षीकरण
5. अवधान
6. चिन्तन
- प्रोजेक्ट-10 अंक
प्रयोग-5 अंक
5 X 3 =15

Psychology

Psychology is a discipline specializing in the study of mental processes, experiences and behaviour of human beings in a socio-cultural context. It aims at understanding the complexities of these and related phenomena and their contribution towards individual and social well being.

The contents of the course in Class XI aim at providing knowledge and understanding of the nature and determinants of basic psychological processes. The focus of the contents in class XII is on application of various psychological concepts and processes in different domains of life on the development of skills.

SALIENT FEATURES:-

- The present course content aims at incorporating to newer developments in the field of psychology as well as relating them to the realities of the Indian ethos.
- It makes provision for developing skills that may help the students in their daily life as well as in the world of work.
- The practicals aim towards undertaking various experiential activities such as projects, exercises, experiments, and psychological testing.
- The text has been visualized to be presented in an interactive mode.
- The text would facilitate self-learning of students and would require use of different strategies by teachers. It would contain attractive and stimulating illustrations of concepts as well as situations suited to the Indian context.
- While emphasis, in principle, will be on real-life situations, supplementary and enrichment reading materials (in boxes) will be given to broaden awareness and sustain interest and involvement with the subject matter.

OBJECTIVES

The specific objectives of teaching psychology at senior secondary stage are :

1. To familiarize the learners with basic psychological concepts and methods in order to develop a spirit of inquiry about human mind and behaviour,
2. To nurture some basic skills in observing human behaviour and familiarize the learners with some psychological tools and techniques;
3. To facilitate the students' quest for personal growth and effectiveness;
4. To help them become responsible citizens and develop ability to adjust and contribute towards the well being of society.

PSYCHOLOGY

Class XI

3 hours

Marks : 75

One Theory

Unitwise Weightage

Units	Marks	Periods
1. Introduction to Psychology	06	16
2. Methods in Psychology	06	14
3. Biological Bases of Behaviour	06	14
4. Socio-Cultural Basis of Behaviour	05	10
5. Life Span Development	08	18
6. Sensory- Perceptual Processes	07	16
7. Learning	08	18
8. Memory Processes	08	18
9. Cognitive Processes	06	14
10. Language and Communication	05	14
11. Motivation and Emotion	06	14
12. Facets of Development	04	14
Total	75	180

Unit 1: Introduction to Psychology (6 marks) (16 Pds)

Introduction; Development of Psychology as a modern discipline; (MILESTONES IN THE HISTORY OF PSYCHOLOGY); Psychology and life; Approaches to the study of Psychology and life; Approaches to the study of Psychology-Biological Behaviouristic, Gestalt, Cognitive, Psychodynamic, Humanistic and Cultural; Fields of Psychology; Psychology in relation to other disciplines; (NEW FRONTIERS OF PSYCHOLOGY).

Unit 2: Methods in Psychology (6 marks) (14 Pds)

Introduction; Goals of psychological enquiry; Methods of enquiry- Observational, Experimental, Correlational (SIMULATION); Cross-sectional and Longitudinal studies; (QUALITATIVE METHODS); Case Study; Psychological Tools-Tests, Interviews, Questionnaires; Ethical issues involved in Psychological studies.

Unit 3: Biological Bases of Behaviour (6 marks) (14 Pds)

Introduction; Evolutionary perspective and genetics; (NATURAL SELECTION AND SOCIOBIOLOGY); Brain and nervous system; (REFLEXES); Functional organisation of brain; (COMMUNICATION IN THE NERVOUS SYSTEM); [METHODS OF STUDYING BRAIN (MRI)]; (NEURO-SCIENTIFIC DEVELOPMENTS); (MENTAL CHRONOMETRY); Endocrine system.

Unit 4: Socio-Cultural Bases of Behaviour (5 marks) (10 Pds)

Introduction; What is culture? Relationship between culture and human behaviour; Socialization and acculturation; Cultural organization of social life; (Modernisation, Westernisation and Sanskritisation).

Unit 5: Life Span Development (8 marks) (18 Pds)

Introduction; What is development? (GROWTH, MATURATION, DEVELOPMENT, EVOLUTION); Principles of Development; Factors influencing development; Critical Periods of Development; Ecology of human development; Genetic bases of development; Stages of development; (INDIAN CONCEPT OF STAGES OF DEVELOPMENT); Infancy and Childhood -Development tasks and characteristics, (CHILDHOOD IN INDIA); Adolescence-characteristics and challenges; (SEX ROLE, GENDER AND PEER RELATIONS); Adulthood stages and challenges, Old age-coping with problems of the aged, Critical life events (Career planning, unemployment, marriage, divorce, single parenting, retirement, death and dying); (FAMILY AND HUMAN DEVELOPMENT).

Unit 6: Sensory-Perceptual Processes (7 marks) (16 Pds)

Introduction;(PSYCHOPHYSICS) (CLASSICAL AND MODERN METHODS). (SENSEORGANS-EYE AND EAR); Attentional processes; Study of attention-Span, and Distraction, (Study on Selective Attention), Perceptual organization; (ILLUSION) (Perceptual Constancy); (Space, Shape and Motion Colour Depth and Distance) perception; (EXTRA-SENSORY AND SUBLIMINAL PERCEPTION); Perception and the states of consciousness.

Unit 7: Learning (8 marks) (18 Pds)

Introduction; What is learning? How do we learn- Classical conditioning; Operant condi-

tioning; Social Learning; Concept Learning (Processes of learning- Reinforcement, Discrimination, Generalization, Extinction); (Verbal learning); Transfer of Learning- Generic and Specific Factors influencing learning; Practical applications of learning principles; (LEARNING STYLES) LEARNING DISABILITY [DISTANCE LEARNING THROUGH INFORMATION TECHNOLOGY AND MASS-MEDIA]

Unit 8: Memory Processes (8 marks) (18 Pds)

Introduction; What is Memory? (encoding, storage, retrieval); [MEMORY RESEARCH IN HISTORICAL PERSPECTIVE - LANDMARKS]; Multiple Memory systems; [SENSORY, SHORT-TERM/WORKING MEMORY]; Long term memory- Episodic and Semantic; Levels of processing; Measurement of memory- Explicit and Implicit memory measures; Memory organisation -categories and hierarchical organisation, Construction and reconstruction in memory; [EYE WITNESS MEMORY]; [SPECIAL MEMORY PHENOMENON]; Forgetting- Encoding failure, Storage failure and Retrieval failures; Amnesia; Improving memory; (EMOTION AND MEMORY);

Unit 9: Cognitive Processes (6 marks) (14 Pds)

Introduction; What is Thinking; Concept: Reasoning, Problem solving, Judgement and decision making (Metacognition); {ARTIFICIAL INTELLIGENCE}; Creative thinking, [FOSTERING CREATIVITY]; [ASSESSING CREATIVITY]; [IMAGERY AND COGNITION]; [COGNITIVE SCIENCE]; [HUMAN BRAIN AND THINKING]; Information processing model, Measuring the mental processes.

Unit 10: Language and Communication (5 marks) (14 Pds)

Introduction; Nature of human language; Language and thought, [Bilingualism, Role of mother tongue;] Communication Process; Verbal and Non-verbal Communication; Communication skills and Barriers to Communication; [PERSUASION AND PERSUASIVE COMMUNICATION];

Unit 11: Motivation and Emotion (6 marks) (14 Pds)

Introduction; What is Motivation? Human needs (Maslow); [PHYSIOLOGICAL MECHANISMS: HYPOTHALAMUS AND MOTIVATION]; Biological Needs; Major Psychological motives- Achievement, Affiliation and Power, Emerging Concepts- Intrinsic and Extrinsic motivation; Attribution, Competence; frustration, Conflict, and Anxiety [YERKES DODSON LAW]; [ENHANCING MOTIVATION]; Nature of emotions; Expressing emotions; Physiological and cognitive basis of emotions; Relationship between emotion and motivation; Emotional competence; Culture and emotion.

Unit 12: Facets of Development (4 marks) (14 Pds)

To be deleted from evaluation however desirable, as optional.

Introduction; Cognitive development-Theories of Piaget and Vygotsky; Socio-emotional development- Concept of attachment; Stages of psycho-social development (Erikson); Moral development (Kohlberg); Development of values; Holistic development of child;

Practicals to be done (25 marks) (60 Pds)

1. One project (Emphasis should be on the use of different methods of enquiry and related skills).
2. Three practicals related to the following themes;
 - . Learning
 - . Memory
 - . Motivation
 - . Perception
 - . Attention
 - . Thinking

Project - 10 marks
3 Practical - 5 marks each
5 X 3 = 15