

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 कौशलों 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 व्यूह रचनाओं का प्रयोग किया जाए। इसमें उत्प्रेरित व आकर्षक, दृष्टान्त जो विषय वस्तु से संबंधित हो होना चाहिये तथा ऐसी परिस्थितियाँ 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 जागरूकता लाएगी व विषय वस्तु के प्रति रुचि तथा सहभागिता धारित करेगी।

उद्देश्य

उ. मा. स्तर पर मनोविज्ञान को पढ़ाने 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।

**मनोविज्ञान
कक्षा—बारहवीं**

समय — 3 घण्टें

पूर्णांक — 75

इकाई	विषय—वस्तु	अंक	कालखण्ड
1.	बुद्धि	10	20
2.	स्व एवं व्यक्तित्व	08	20
3.	सामाजिक प्रभाव समूह प्रक्रिया	07	16
4.	मनोवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान	06	14
5.	जीवन चुनौतियों संयोजन	06	14
6.	मनोवैज्ञानिक विकार	07	20
7.	चिकित्सीय आयाम	05	16
8.	पर्यावरण एवं व्यवहार	06	10
9.	संगठनात्मक व्यवस्थाओं में मनोविज्ञान	04	12
10.	मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक समस्याएं	05	10
11.	प्रभावी मनोवैज्ञानिकों के आवश्यक कौशल	04	10
12.	मनोविज्ञान में सांख्यिकी	07	18
योग		75	180

**मनोविज्ञान
कक्षा — बारहवीं**

समय — 3 घण्टा

अंक — 75

इकाई 1 बुद्धि

अंक 10, कालखण्ड 20

परिचय :- बुद्धि का अर्थ, बुद्धि को समझने के आयाम — (गार्डनर— स्टर्नवर्ग जे.पी. दास) बुद्धि के लिए पारम्परिक आयाम बुद्धि और संस्कृति; बुद्धि को मापन बौद्धिकहीनता, प्रतिमान, विशेष मानहानि, अधिक्षमता, प्रकृति और मापन (नई दिशाये, सांवेगिक, प्रायोगिक और माध्यमिक बुद्धि)

इकाई 2 स्व एवं व्यक्तित्व

अंक 8, कालखण्ड 20

परिचय :- स्व व व्यक्तित्व की अवधारणा, आत्म प्रत्यय एवं नियमितिकरण (संस्कृति एवं स्व); स्व की भारतीय अवधारण; व्यक्तित्व के अध्ययन के आयाम—प्रकारिय, मनोगतिक, मानवतावाद (संज्ञानात्मक पांच घटकीय मॉडल (टाइप A, टाइप B, टाइप C, व्यक्तित्वीय); गुणो की अवधारणा; व्यक्तित्व का मापन — प्रक्षेपण मापन, निरीक्षण मापन एवं व्यवहार विश्लेषण।

इकाई 3 सामाजिक प्रभाव एवं समूह प्रक्रिया

अंक 7, कालखण्ड 16

परिचय :- प्रकृति एवं समूह निर्माण, समूह के प्रकार, समूह निर्माण पर प्रभाव डालने वाले कारक, समूह के कार्य, पुष्टिकरण, अनुवृति एवं आज्ञापालन, व्यक्ति के व्यवहार पर समूह का प्रभाव, सामाजिक सरलीकरण, जोखिम लेना, (समूह के कार्य— नेतृत्व, सहयोग एवं प्रतिस्पर्धा)

इकाई 4 मनोवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान

अंक 6, कालखण्ड 14

परिचय :- प्रकृति एवं घटक, मनोवृत्ति एवं व्यवहार, मनोवृत्ति का मापन, मनोवृत्ति निर्माण एवं परिवर्तन, रूढ़ीवादी, पूर्वाग्रह के साथ लेन, रूढ़ीवादी एवं पूर्वा ग्रह में विभेद, अन्तर्समूह संघ, पूर्वाग्रही के साथ निर्वाह, गुणों का निर्माण, आस्था एवं उसके काय, पूर्व सामाजिक व्यवहार — प्रकृति एवं

निर्धारण (आदर्श व्यवहार, परिहितवाद, समानुभूति (अक्रामता एवं हिंसा प्रकृति, निर्धारक एवं प्रबन्धन)।

इकाई 5 जीवन चुनौतियों का संयोजन

अंक 6, कालखण्ड 14

परिचय :- समायोजन का अर्थ एवं परिधी; तनाव की प्रकृति एवं स्रोत, तनाव के प्रकार; तनाव के साथ संयोजन; (तनावपूर्ण जीवन घटनाएँ) आशावाद एवं उन्नतिशील; सकारात्मक स्वास्थ्य कारक एवं स्वस्थ होना।

इकाई 6 मनोवैज्ञानिक विकार

अंक 7, कालखण्ड 20

परिचय :- मनोवैज्ञानिक आधार—साक्षात्कार, परामर्श (जीवनवृत्त) परीक्षण, सम्प्रेक्षण कौशल (शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, चुनौति प्राप्त लोगों के लिए पुर्नवास सुविधायें जुटाना सहानुभूति एवं स्व अनुशासन)।

इकाई 7 चिकित्सीय आयाम

अंक 5, कालखण्ड 16

परिचय :- असामान्य व्यवहार का अर्थ, विकारों का वर्गीकरण; (डी.एम.ओ. सिस्टम) (असामान्य व्यवहार के समझ का प्रत्यक्षीकरण) आसामान्य व्यवहार के आकस्मिक कारक; महत्वपूर्ण विकास, चिन्ता विकार, मानसिक अस्वस्थता का प्रत्यक्षीकरण); इच्छा विकार, मनोविदलता विकार व्यक्तित्व विकार; वस्तु संबंधी विकार व्यवहारिक विकार; (H.I.V. एड्स)

इकाई 8 पर्यावरण एवं व्यवहार

अंक 6, कालखण्ड 10

परिचय :- प्रकृति एवं उपचार की विधि; उपचारों के प्रकार – जैव चिकित्सीय, संज्ञानात्मक, मनोगत्यागत्मक, व्यवहार; भारतीय उपचार – योगा (रेकी); ध्यान (उपचारों की कमी); मानसिक रोगों का पुर्नवास, (मानसिक स्वास्थ्य का नियमितीकरण)

इकाई 9 संगठनात्मक व्यवस्थाओं में मनोविज्ञान

अंक 4, कालखण्ड 12

परिचय :- मानव पर्यावरण संबंध (व्यक्तिगत, स्थानीय, क्षेत्रीय), पर्यावरणीय तनाव एवं उनके प्रभाव –शोर, प्रदूषण, भीड़, प्राकृतिक आपदा; पूर्व पर्यावरणीय व्यवहार की उन्नति; (ऊर्जा का संरक्षण एवं चक्रीकरण); (ग्रीन हाउस एवं नाभकीय भय) (सामान्य दुर्घटनाएँ)

इकाई 10 मनोविज्ञान एवं सामाजिक समस्याएँ

अंक 5, कालखण्ड 10

परिचय :- संगठन की संरचना एवं कार्य; व्यक्तिगत चयन, प्रशिक्षण, कार्यात्मक मूल्यांकन, कार्य अभिप्रेरणा, विज्ञापन एवं बाजार; (मानव संसाधन विकास)

इकाई 11 प्रभावी मनोवैज्ञानिक के आवश्यक कौशल

अंक 4, कालखण्ड 10

परिचय :- मनोवैज्ञानिक की तरह विकास – साक्षात्कार कौशल, परामर्शीय कौशल, (जीवन वृत्त अध्ययन) सम्प्रेषण कौशल; (शारीरिक, मानसिक, सामाजिक चुनौती प्राप्त लोगों को पुर्नवासीय सुविधाएँ जुटाना); (समानुभूति, स्व अनुशासन)

इकाई 12 मनोविज्ञान में सांख्यिकी

अंक 7, कालखण्ड 18

परिचय :- सांख्यिकी का अर्थ; (सांख्यिकी का उपयोग) सांख्यिकी के प्रकार – वर्णात्मक, अनुमानिक, मापन के स्तर, रेखिय, डाटा बार, पोलीगॉन, हिस्टोग्राम, पाई, केन्द्रिय प्रवृत्ति की मापन एवं गणना, चरों की संकल्पना का मापन – प्रसार एवं मानक विचलन; सहसंबंध की अवधारणा (कोटीक्रम एवं गुणन आघूर्ण), प्रसामान्य वितरण वक्र की अवधारणा।

प्रायोगिक :-**25 अंक 60 कालखण्ड**

छात्रों को निम्न पाठ्यक्रम में से 5 प्रयोग एवं जीवन वृत्त का अध्ययन आवश्यक है। मनोविज्ञान की विभिन्न क्षेत्रों से लघु अध्ययन, अभ्यास एवं प्रयोग इत्यादि को संपादित करना है।

1. बुद्धि
2. व्यक्तित्व
3. अभिक्षमता
4. समायोजन
5. मनोवृत्ति
6. आत्म प्रत्यय
7. चिन्ता

अंक :-

मौखिक	—	5
जीवन वृत्त को फाईल करना	—	5
वास्तविक आचरण	—	5
रिपोर्ट लिखना	—	10

मानक परिक्षण उपयोग में लाये जावें। शिक्षक के द्वारा तालिका में दिये गये प्रयोग करवाये जाए। प्रत्येक छात्र को संबंधित विषय के पांच प्रयोग एवं एक जीवन वृत्त करना आवश्यक है।

PSYCHOLOGY**Class XII (Theory)****3 Hours****Marks:75****One Theory Paper****Unitwise Weightage**

Units	Marks	Periods
1. Intelligence	10	20
2. Self and Personality	08	20
3. Social Influence and Group Processes	07	16
4. Attitude and Social Cognition	06	14
5. Coping with Life Challenges	06	14
6. Psychological Disorders	07	20
7. Therapeutic Approaches	05	16
8. Environment and Behaviour	06	10
9. Psychology Organizational Setting	04	12
10. Psychology and Social Problems	05	10
11. Skill Needed for an Effective Psychologist	04	10
12. Statistics in Psychology	07	18

Unit 1: Intelligence**(10 marks) (20 Pds)**

Introduction; What is intelligence? Approaches to understanding intelligence (Gardner, Sternberg, J.P. Das); [CLASSICAL APPROACHES TOW ARDS INTELLIGENCE]; Culture and intelligence; Assessment of intelligence; Intellectual Deficiency; Giftedness; Special Attitude, Aptitudes; Nature and Measurement (New directions- Emotional, Practical and Spiritual Intelligence)

Unit 2: Self and Personality (8 marks) (20 Pds)

Introduction; Concepts of self and personality; Self- concept and self-regulation; [CULTURE AND SELF]; The indian concept of self; Approaches to the study of personality - Typological; Psychodynamic, Humanistic, [NEW ADVANCES, COGNITIVE FIVE FACTOR MODEL]; [TYPE 'A', TYPE 'B' AND TYPE 'C' PERSONALITIES]; Concept of 'Gunas'; Assessment of personality- Projective measures, Self-report measures and Behavioural Analysis.

Unit 3: Social Influence and Group Processes (7 marks) (16 Pds)

Introduction; Nature and Formation of group; Types of group; Factors influencing group formation; Functions of group, Conformity, Compliance and Obedience; Influence of group on individual behaviour, Social Facilitation, Risk Taking [GROUP THINK] [MINORITY INFLUENCE]; Leadership - Nature and Functions, Leadership styles; Cooperation and Competition.

Unit 4: Attitude and Social Cognition (6 marks) (14 Pds)

Introduction; Nature and components of attitudes; Attitudes and behaviour; Attitude measurement; Attitude formation and change; Stereotypes; to be dealt with under Prejudice; Prejudice and Discrimination including Stereotypes; Inter group conflicts; Strategies for handling prejudices ; Making attributions; Belief and its functions; Prosocial behaviour-Nature and Determinants; [BY STANDER BEHAVIOUR, ALTRUISM, EMPATHY]; (Aggression and Violence- Nature, Determinants and Management.

Unit 5: Coping with Life Challenges (6 marks) (14 Pds)

Introduction; What is adjustment including spheres; Nature and sources of stress; Types of stress; Coping with stress [STRESSFUL LIFE EVENTS]; Healthy life style; [LEARNED RESOURCEFULNESS AND LEARNED HELPLESSNES]; [OPTIMISM AND THRIVING]; Factors facilitating positive health and Well-being.

Unit 6: Psychological Disorders (7 marks) (20 Pds)

Introduction; Developing as a psychologist- Interviewing Skills, Counselling Skills, (CASE STUDY), Testing Skills, Communication Skills; (Organizing rehabilitation services for physically, mentally and socially challenged); [EMPATHY, SELF-DISCIPLINE].

Unit 7: Therapeutic Approaches (5 marks) (16 Pds)

Introduction; What is abnormal behaviour?; Classification of Disorders; (DSM SYSTEM) [PERSPECTIVES ON UNDERSTANDING ABNORMAL BEHAVIOUR]; Casual factors underlying abnormal behaviour; Major Disorders- Anxiety Disorders; [EPIDEMIOLOGY OF MENTAL ILLNES]; [POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER]; Mood Disorders; Schizophrenic Disorders; Personality Disorders; Substances related Disorders; Behavioural Disorders; [HIV-AIDS].

Unit 8: Environment and Behaviour (6 marks) (10 Pds)

Introduction; Nature and Process of Therapy; Types of Therapies- Bio-Medical, Cognitive, Psycho-dynamic, Behavioural; Indigenous Therapies- Y oga, [REIKI]; Meditation; [LIMITATIONS OF THERAPY]; Rehabilitation of mentally ill. (Regulations pertaining to Mental Health).

Unit 9: Psychology in Organizational Setting (4 marks) (12 Pds)

Introduction; Man-environment relationship; [PERSONAL, SPACE AND TERRITORIALITY]; Environment stresses and their effects- Noise, Pollution, Crowding; Natural disasters; Promoting pro-environmental behaviours; [RECYCLING AND ENERGY CONSERVATION]; [GREEN HOUSE AND NUCLEAR THREAT]; [TRAGEDY OF COMMONS].

Unit 10: Psychology and Social Problems (5 marks) (10 Pds)

Introduction; Structures and functions of organisations; Personnel selection; Training; Performance Appraisal; Work Motivation; Advertising and Marketing; [HUMAN RESOURCE DEVELOPMENT (HRD)].

Unit 11: Skills Needed for an Effective Psychologist (4 marks) (10 Pds)

Introduction; Developing as a psychologist- Interviewing Skills, Counselling Skills, (CASE STUDY), Testing Skills, Communication Skills; (Organizing rehabilitation services for physically, mentally and socially challenged); (EMPATHY, SELF-DISCIPLINE).

Unit 12: Statistics in Psychology (7 marks) 18 Pds)

Introduction; What is Statistics?; [USES OF STATISTICS]; Types of Statistics- Descriptive, Inferential; Level of measurement; Graphical; Representation of data-Bar, Polygon, Histogram, Pie; Computation of Measures of central tendency; Measures Concept of variability- Range and Standard Deviation; Concept of Correlation [RANK ORDER AND PRODUCT MOMENT]; Concept of Normal Distribution Curve.

Practicals (25 marks) (75 Pds)

The students shall be required to conduct five practicals and Case Profile related to the following topics covered in the course. They will involve use of psychological assessment devices in different domains and conducting small studies, exercises, experiments etc.

- . Intelligence
- . Personality
- . Aptitude
- . Adjustment
- . Attitude
- . Self Concept
- . Anxiety

Marks

Viva	5
Reporting file including Case Profile	5
Accurate conduct	10
Writing of Report	10

Standardised tests should be used. The listed practical should be demonstrated by the teacher. Every student is required to conduct five practicals related the full topics and one case study.