केन्द्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय

नवदेहली

मनोविज्ञान पाठ्यक्रम

(राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद (NCERT) की कक्षा 12वीं की पाठ्यपुस्तक पर आधारित)

प्राक्शास्त्री द्वितीय वर्ष (चतुर्थ सत्रार्द्ध)

केन्द्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय नवदेहली

मनोविज्ञान पाठ्यक्रम

(राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद (NCERT) की कक्षा बारहवीं की पाठ्यपुस्तक पर आधारित)

प्राकशास्त्री द्वितीय वर्ष (चतुर्थ सत्रार्द्ध)

चतुर्थ सत्रार्द्ध

अंक – 100

घंटे – 64 घंटे

उद्देश्य

चतुर्थ सत्रार्द्ध के इस मनोविज्ञान पाठ्यक्रम को पढ़ने के बाद विद्यार्थी-

- मनश्चिकित्सा की मूल प्रकृति एवं प्रक्रिया से परिचित हो सकेंगे।
- अभिवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान के समप्रत्यय को समझ सकेंगे ।
- सामाजिक प्रभाव एवं समूह प्रक्रम को समझ सकेंगे। ।
- मानव तथा पर्यावरण के बीच संबंध को समझ कर मनोवैज्ञानिक कौशलों का विकास कर सकेंगे।

प्रावशास्त्री - द्वितीय वर्ष

चतुर्थ सत्रार्द्ध के 4 क्रेडिट

पाठ्यक्रम का सारणी स्वरूप

इकाई	क्रेडिट	अंक	घंटा	कालांश प्रति माह
इकाई-1	1	25	16	21
इकाई-2	1	25	16	21
इकाई 3	1	25	16	21
इकाई 4	1	25	16	21
कुल-4	4	**100**	**64**	84

प्रत्येक इकाई का विस्तृत विवेचन अग्रिम पृष्ठ पर है-

कक्षा – प्रावशास्त्री द्वितीय वर्ष

चतुर्थ- सत्रार्द्ध – मनोविज्ञान पाठ्यक्रम

इकाई-1 **चिकित्सा उपागम**

अधिगम परिणाम (Learning outcomes)

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप –

- मनश्चिकित्सा की मूल प्रकृति एवं प्रक्रिया से परिचित हो सकेंगे,
- लोगों की सहायता के लिए विभिन्न प्रकार की चिकित्सा होती है, इसका गुण विवेचन कर सकेंगे।
- अंत : क्षेप के मनोवैज्ञानिक रूपों को समझ सकेंगे।
- मानसिक विकार से ग्रसित लोगों को किस प्रकार पुन: स्थापित किया जा सकता है को जान सकेंगे

विषयवस्तु

1.1 मनश्चिकित्सा की प्रकृति एवं प्रक्रिया

1.2 चिकित्सा के प्रकार, सेवार्थी के समस्या निरूपण में अंतर्निहित चरण, मनोगतिक चिकित्सा, व्यवहार चिकित्सा, विश्रान्ति की विधियां, संज्ञानात्मक चिकित्सा , जैव- आयुर्विज्ञान चिकित्सा, वैकल्पिक चिकित्सा

1.3. मानसिक रोगियों का पुन: स्थापन

क्रियाकलाप -अपने अतीत या वर्तमान से उस व्यक्ति के बारे में बताएं जिसने सतत रूप से आपके प्रति अशर्त सकारात्मक आदर प्रदर्शित किया हो। आप पर इसका क्या प्रभाव हुआ या हो रहा है ? व्याख्या करें। अपने अन्य मित्रों से भी इसी तरह की सूचना एकत्र करें और एक रिपोर्ट तैयार करें।

इकाई-2 **अभिवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान**

अधिगम परिणाम (Learning outcomes)

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप-

- अभिवृत्ति क्या है और इसका निर्माण एवं परिवर्तन किस प्रकार होता है, को समझ सकेंगे।
- दूसरों की उपस्थिति किस प्रकार हमारे व्यवहार को प्रभावित करती है, इसको समझ पाएँगे,
- विपत्ति या कष्ट में लोग दूसरों की मदद क्यों करते हैं या क्यों नहीं करते हैं, को जान सकेंगे।
- समाजोपकारी व्यवहार तथा उसको प्रभावित करने वाले कारकों को समझ सकेंगे।

विषयवस्तु

2.1 सामाजिक व्यवहार की व्याख्या, अभिवृत्ति की प्रकृति एवं घटक अभिवृत्ति निर्माण एवं परिवर्तन।

2.2 पूर्वाग्रह एवं भेदभाव, पूर्वाग्रह नियंत्रण की युक्तियां, सामाजिक संज्ञान स्कीमा या अनुमति योजना एवं रूढ़ धारणाएं, छवि निर्माण तथा गुणारोपण

2.3 दूसरों की उपस्थिति में व्यवहार, समाजोपकारी व्यवहार।

क्रियाकलाप- अवशिष्ट प्रबंधन के प्रति अभिवृत्ति एवं जागरूकता – एक सर्वेक्षण

> *अधिकांश भारतीय शहरों में कूड़ा-कचरा (घरेलू अवशिष्ट) एक आम समस्या है। स्वच्छ पर्यावरण के प्रति सजगता बढ़ रही है, परंतु हम यह नहीं जानते कि किस हद तक नागरिक यह जानते हैं कि अपने घरों में जमा होने वाले कूड़े-कचरे का निपटान कैसे किया जाए। अपने कुछ सहपाठियों के साथ अपनी कॉलोनी या मुहल्ले में यह पता लगाने के लिए कि लोग घरेलू कूड़े-कचरे के लिए क्या करते हैं. एक सर्वेक्षण कीजिए। प्रत्येक विद्यार्थी अपने कॉलोनी या मुहल्ले के दो घरों में जाएँ और निम्नलिखित प्रश्न पूछें। उनके उत्तरों को लिख लेना चाहिए।

सभी विद्यार्थियों द्वारा एकत्रित कि गई अनुक्रियाओं (responses) की तुलना कीजिए और देखिए कि लोगों में घरेलू स्तर पर अवशिष्ट प्रबंधन के प्रति किस प्रकार की अभिवृत्ति एवं जागरूकता है। **क.** आप पुराने समाचारपत्रों, पत्रिकाओं, टीनों एवं बोतलों का क्या करते हैं?

ख. आप प्लास्टिक के डिब्बों एवं दूसरी प्लास्टिक की वस्तुओं (जैसे खिलौनों, पात्रों आदि) का क्या करते हैं?

ग.आप रसोई के कचरे (जैसे सब्ज़ी एवं फलों के छिलके, उपयोग की हुई चाय की पत्तियाँ या टी-बैग, न खाने योग्य बचा हुआ भोजन आदि) का निपटान कैसे करते हैं?

घ.आप दूसरे प्रकार की उपयोग की जा चुकी वस्तुओं जिनमें रासायनिक पदार्थ (जैसे टार्च की बैटरी, खराब या टूटी हुई सी.डी., कैसेट, कीटनाशी एवं पेस्टनाशी के डिब्बे आदि) होते हैं, उनका निपटान कैसे करते हैं।

च.क्या आप अपने घर में रोज़ एकत्र किए गए कूड़े-कचरे को एक ही स्थान पर रखते हैं या आप विभिन्न प्रकार के कूड़े-कचरे को अलग-अलग कूड़े के डिब्बों/कचरा पेटी में डालते हैं?

छ.आपके घर एवं प्रतिवेश (अड़ोस-पड़ोस) से एकत्रित किए गए कूड़े-कचरे का क्या किया जाता है और इसे कहाँ ले जाया जाता है?

ज. पुनर्चक्रण (recycling) का क्या अर्थ है?

झ. आप (व्यक्तिगत रूप से) अपनी कॉलोनी या प्रतिवेश को अधिक स्वच्छ रखने के लिए क्या कर सकते हैं?

इकाई- 3 **सामाजिक प्रभाव एवं समूह प्रक्रम**

अधिगम परिणाम (learning outcomes)

इस इकाई को पढ़ने के बाद

- समूह की प्रकृति एवं प्रकार तथा समूहों का निर्माण किस प्रकार से होता है, यह समझ सकेंगे ।
- व्यक्ति के व्यवहार पर समूह प्रभाव को जान सकेंगे।
- सहयोग एवं प्रतिस्पर्धा के प्रक्रम का वर्णन कर सकेंगे।
- सामाजिक अनन्यता के महत्त्व पर मनन कर सकेंगे, तथा अंतर-समूह द्वंद्व की प्रकृति तथा इसकी समाधान युक्तियों को समझ सकेंगे।

विषय वस्तु

3.1 समूह की प्रकृति एवं इसका निर्माण, समूह के प्रकार, व्यक्ति के व्यवहार पर समूह प्रभाव।

3.2 अनुरूपता, अनुपालन एवं आज्ञा पालन।

3.3 सहयोग एवं प्रतिस्पर्धा, सामाजिक अनन्यता।

3.4 अंतर- समूह द्वंद्व -प्रकृति एवं कारण द्वंद्व समाधान युक्तियां

क्रियाकलाप – 1.भारत द्वारा हाल में खेली गई किसी टेस्ट मैच श्रृंखला (क्रिकेट की) को लीजिए। उस अवधि के समाचारपत्रों को एकत्र कीजिए। मैचों की समीक्षा एवं भारतीय तथा प्रतिद्वंद्वी विवरणकार (कॉमेंटेटर) की टिप्पणियों का मूल्यांकन कीजिए। क्या आप टिप्पणियों में कोई अंतर देखते हैं?

2.कल्पना कीजिए कि आपको बालिकाओं के लिए कार्य कर रहे किसी गैर-सरकारी संगठन (एन.जी.ओ.) की सहायता करने के लिए धन एकत्र करना है। आप सामाजिक प्रभाव की किन प्रविधियों का उपयोग करेंगे? किन्हीं दो प्रविधियों को आजमाएं और अंतर को देखिए।

इकाई 4 **मनोविज्ञान एवं जीवन तथा मनोवैज्ञानिक कौशलों का विकास**

अधिगम परिणाम (learning outcomes)

इस इकाई को पढ़ने के बाद आप-

- हमारे जीवन की सामान्य समस्याओं के समाधान में मनोविज्ञान का उपयोग कैसे किया जा सकता है, यह समझ सकेंगे।
- मानव तथा पर्यावरण के बीच के संबंध को समझ सकेंगे।
- मनोवैज्ञानिकों में कौशलों के विकास की आवश्यकता को समझ सकेंगे।
- वैयक्तिक मूल्यांकन में मनोवैज्ञानिक परीक्षण कौशलों के महत्व को समझ सकेंगे।

विषय वस्तु

4.1 मानव पर्यावरण संबंध, मानव व्यवहार एवं पर्यावरणीय प्रभाव।

4.2 पर्यावरण उन्मुख व्यवहार को प्रोत्साहन, मनोविज्ञान तथा सामाजिक सरोकार।

4.3 एक प्रभावी मनोवैज्ञानिक के रूप में विकास, सामान्य कौशल, प्रेषण कौशल,विशिष्ट कौशल साक्षात्कार कौशल तथा परामर्श कौशल।

क्रियाकलाप – 1. अपने इलाके में 10 घरों का सर्वेक्षण कीजिए एक साक्षात्कार अनुसूची का निर्माण कीजिए तथा प्रत्येक घर के मुखिया से मिलिए तथा पूछिए आप किन प्रदूषणों का अनुभव करते हैं प्रत्येक प्रदूषण का आपके परिवार के सदस्यों के स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता हैं ? प्रदत्त को संक्षिप्त कीजिए तथा स्वास्थ्य संबंधी प्रभावों को शारीरिक तथा मानसिक लक्षणों या रोगों में विभक्त कीजिए एक रिपोर्ट तैयार कीजिए तथा प्रदूषण को नियंत्रित करने हेतु सुझाव दीजिए।

2. मनोवैज्ञानिकों के लिए आवश्यक कौशलों की सूची में से किसी एक कौशल का चयन कीजिए उस विशेष कौशल से जुड़े सैद्धांतिक और व्यावहारिक पक्षों के बारे में सूचना एकत्र कीजिए। प्राप्त सूचना के आधार पर इस कौशल को संवर्द्धित करने के आवश्यक चरणों को सुझाइए। कक्षा में उसका प्रस्तुतीकरण कीजिए।