

पाठ्यक्रम संरचना  
सत्र – 2019–20  
कक्षा – XII  
विषय – मनोविज्ञान (105)

कुल अंक – 100

सैद्धांतिक – 70

प्रायोजना – 30

| क्रमांक                | इकाई एवं पाठ्यवस्तु                | आबंधित अंक | कालखण्ड    |
|------------------------|------------------------------------|------------|------------|
| 1.                     | मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएँ | 09         | 20         |
| 2.                     | आत्म एवं व्यक्तित्व                | 10         | 24         |
| 3.                     | जीवन की चुनौतियों का सामना         | 07         | 14         |
| 4.                     | मनोवैज्ञानिक विकार                 | 10         | 24         |
| 5.                     | चिकित्सा उपागम                     | 07         | 20         |
| 6.                     | अभिवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान      | 08         | 20         |
| 7.                     | समाजिक प्रभाव एवं समूह प्रक्रम     | 07         | 22         |
| 8.                     | मनोविज्ञान एवं जीवन                | 06         | 13         |
| 9.                     | मनोवैज्ञानिक कौशलों का विकास       | 06         | 13         |
| <b>योग</b>             |                                    | <b>70</b>  | <b>170</b> |
| <b>प्रायोगिक कार्य</b> |                                    | <b>30</b>  | <b>60</b>  |
| <b>महायोग</b>          |                                    | <b>100</b> | <b>230</b> |



# छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मण्डल, रायपुर

पाठ्यक्रम (2019-20)

कक्षा 12वीं

विषय – मनोविज्ञान (105)

पूर्णांक 100 अंक

सैध्दांतिक 70 अंक

प्रायोगिक 30 अंक

| इकाई | विषयवस्तु                                    | आबंटित अंक | निर्धारित कालखण्ड |
|------|--|------------|-------------------|
| I    | अध्याय -1 मनोविज्ञान गुणों में विभिन्नताएँ – | (09)       | (20)              |

परिचय, मानव प्रकार्यों में व्यक्तिगत भिन्नताएँ, मनावैज्ञानिक गुणों का मूल्यांकन, बुद्धि, बुद्धि के सिद्धान्त – बहु-बुद्धि का सिद्धान्त, बुद्धि का त्रिचापीय सिद्धान्त, बुद्धि की योजना, अवधान-भाव प्रबोधन तथा सहकालिक- आनुक्रमिक मॉडल, बुद्धि में व्यक्तिगत भिन्नताएँ- बुद्धि, में विचलन, बुद्धि- परीक्षणों के कुछ दुरुपयोग, संस्कृति तथा बुद्धि, संवेगिक बुद्धि, -संवेगत: बुद्धिमान व्यक्तियों की विशेषताएँ, विशिष्ट योग्यताएँ-अभिक्षमता-स्वरूप एवं मापन, सर्जनात्मकता (सृजनात्मकता)

**II अध्याय -2 आत्म एवं व्यक्तित्व – (10) (24)**

परिचय, आत्म एवं व्यक्तित्व, आत्म का संप्रत्यय, आत्म के संज्ञानात्मक एवं व्यवहारात्मक पक्ष-आत्म-सम्मान, आत्म-सक्षमता एवं आत्म-नियमन, संस्कृति एवं आत्म, व्यक्तित्व का संप्रत्यय- व्यक्तित्व से संबंधित शब्द, व्यक्तित्व के अध्ययन के प्रमुख उपागम-प्ररूप उपागम, विशेषक उपागम व्यक्तित्व का पंचकारक मॉडल, मनोगतिक उपागम, व्यवहारवादी उपागम, सांस्कृतिक उपागम, मानवतावादी उपागम, स्वस्थ व्यक्ति कौन है? व्यक्तित्व का मूल्यांकन-आत्म-प्रतिवेदन माप, प्रक्षेपी तकनीक, व्यवहारपरक विश्लेषण

**III अध्याय -3 जीवन की चुनौतियों का सामना – (07) (14)**

परिचय, दबाव की प्रकृति, प्रकार एवं स्रोत- दबावपूर्ण जीवन घटनाओं की एक मापनी, मनोवैज्ञानिक प्रकार्य तथा स्वास्थ्य पर दबाव का प्रभाव-परीक्षा दुश्चिंता, दबाव तथा स्वास्थ्य, सामान्य अनुकूलन संलक्षण, दबाव तथा प्रतिरक्षक तंत्र, जीवन शैली, दबाव का सामना करना- दबाव प्रबंधन तकनीकें, सकारात्मक स्वास्थ्य तथा कुशल-क्षेम का उन्नयन-जीवन कौशल, स्थिति स्थापन तथा स्वास्थ्य

**IV अध्याय -4 मनोवैज्ञानिक विकार – (10) (24)**

परिचय, अपसामान्यता तथा मनोवैज्ञानिक विकार के संप्रत्यय, मनोवैज्ञानिक विकारों का वर्गीकरण, अपसामान्य व्यवहार के अंतर्निहित कारक, प्रमुख मनोवैज्ञानिक विकार-दुश्चिंता विकार, मनोग्रस्ति-बाध्यता तथा संबंधित विकार, अभिघात तथा दबाव कारक संबंधित विकार, कायिक अभिलक्षण तथा संबंधित विकार, विच्छेदी विकार, कायिक अभिलक्षण तथा संबंधित विकार, एवं विच्छेदी विकारों की प्रमुख विशेषताएँ, अवसादी विकार, द्विध्रुवीय तथा संबंधित विकार, मनोविदलता वर्णक्रम तथा अन्य मनोविक्षिप्ति विकार, तंत्रिकाजन्य विकार, हानिकारक/विघटनकारी, आवेग-नियंत्रण तथा आचरण विकार, पोषण तथा भोजन विकार, मादक द्रव्य से संबंधित तथा व्यसनकारी विकार, मद्य के प्रभाव-कुछ तथ्य, सामान्यतः दुरुपयुक्त मादक द्रव्य/पदार्थ

**VI अध्याय -6 अभिवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान – (08) (20)**

परिचय, सामाजिक व्यवहार की व्याख्या करना, अभिवृत्ति की प्रकृति एवं घटक-एक 'हरा-भरा पर्यावरण'- अभिवृत्ति का सं-भा-व्य (ए,-बी,-सी,) घटक, अभिवृत्ति निर्माण एवं परिवर्तन-अभिवृत्ति-निर्माण,

अभिवृत्ति परिवर्तन, बीस डॉलर के लिए एक झूठ बोलना, अभिवृत्ति व्यवहार संबंध, पूर्वाग्रह एवं भेदभाव, पूर्वाग्रह नियंत्रण की युक्तियों, सामाजिक संज्ञान, स्कीमा या अन्विति योजना एवं रूढधारणाएँ, छवि निर्माण तथा गुणारोपण के द्वारा दूसरों के व्यवहार की व्याख्या करना— छवि निर्माण, कारणों का गुणारोपण, दूसरों की उपस्थिति में व्यवहार, समाजोपकारी व्यवहार,—समाजोपकारी व्यवहार को प्रभावित करने वाले कारक

**VII अध्याय –7 सामाजिक प्रभाव एवं समूह प्रक्रम – (07) (22)**

परिचय, समूह की प्रकृति एवं इसका निर्माण— समूह चिंतन, समूह के प्रकार – न्यूनतम समूह प्रतिमान प्रयोग, व्यक्ति के व्यवहार पर समूह प्रभाव— सामाजिक स्वैराचार, समूह ध्रुवीकरण, अनुरूपता, अनुपालन एवं आज्ञापालन— स्वतःगतिक प्रभाव, समूह दबाव एवं अनुरूपता— ऐश का प्रयोग, सहयोग एवं प्रतिस्पर्धा— शेरिफ का ग्रीष्म— शिविर प्रयोग, सहयोग एवं प्रतिस्पर्धा के निर्धारक, सामाजिक अनन्यता, अंतर—समूह— द्वंद प्रकृति एवं कारण, द्वंद समाधान युक्तियों

**VIII अध्याय –8 मनोविज्ञान एवं जीवन – (06) (13)**

परिचय, मानव—पर्यावरण संबंध— मानव—पर्यावरण संबंध के विभिन्न दृष्टिकोण, विश्चोई समुदाय तथा चिपको आंदोलन, मानव व्यवहार पर पर्यावरणी प्रभाव— पर्यावरण पर मानव प्रभाव, शोर, प्रदूषण, भीड़, प्राकृतिक विपदाएँ, पर्यावरण—उन्मुख व्यवहार को प्रोत्साहन, मनोविज्ञान तथा सामाजिक सरोकार— निर्धनता तथा भेदभाव, आक्रमण, हिंसा तथा शांति, महात्मा गाँधी तथा अहिंसा— अहिंसा क्यों कारगर होती है? स्वास्थ्य, व्यवहार पर टेलीविजन का समाघात

**IX अध्याय –9 मनोवैज्ञानिक कौशलों का विकास – (06) (13)**

परिचय, एक प्रभावी मनोवैज्ञानिक के रूप में विकास, सामान्य कौशल— बौद्धिक एवं वैयक्तिक कौशल, विविधताओं के प्रति संवेदनशीलता—व्यक्तिगत एवं सांस्कृतिक भिन्नताएँ, प्रेक्षण कौशल, विशिष्ट—कौशल—संप्रेक्षण कौशल, संप्रेषण की विशेषताएँ, श्रवण कौशलों को सुधारने के कुछ संकेत, मनोवैज्ञानिक परीक्षण कौशल, मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन कौशलों के मूल तत्व,साक्षात्कार कौशल— साक्षात्कार प्रश्नों के प्रकार, परामर्श कौशल

|                        |            |            |
|------------------------|------------|------------|
| <b>योग</b>             | <b>70</b>  | <b>170</b> |
| <b>प्रायोगिक कार्य</b> | <b>30</b>  | <b>60</b>  |
| <b>महायोग</b>          | <b>100</b> | <b>230</b> |

## प्रायोगिक कार्य (practical)

30 Marks

60 periods

- A. Development Of case profile: केस का विकासात्मक इतिवृत  
Ussing appropriate methods like interview, observation and psychological tests.
- B. Test administration. परीक्षण प्रशासन  
Students are required to administer and interpret five psychological tests related to various psychological attributes like intelligence, aptitude, attitude, personality, etc.
- C. In practical examination, the student will be required to administer and interpret two psychological tests

### Distribution Of Marks:

- Practical file and case profile 10 Marks
- Viva voce (case profile and practical) 05Marks
- Two practicals (5 for conduct and 10 for reporting) 15Marks

प्रायोगिक कार्य की मूल्यांकन योजना  
 सत्र – 2019–20  
 कक्षा – XII  
 विषय – मनोविज्ञान (Psychology)  
 Subject Code – (N-105)  
 प्रायोगिक कार्य (Practical Work)

समय : 03 घण्टे

अधिकतम अंक : 30 अंक

(Time : Three Hours)

(Max. Marks 10)30

| स.क्र.<br>S.No. | विषयवस्तु<br>(Heading)  | अंक<br>Marks allotted |
|-----------------|---|-----------------------|
| 1.              | Practical File and Case Profile (प्रायोगिक रिकार्ड एवं केस प्रोफाइल)              | 10                    |
| 2.              | Viva Voce (Case Profile and Practical)<br>मौखिक (केस प्रोफाइल व प्रयोग पर आधारित) | 05                    |
| 3.              | Two Practicals (05 for conduct and 10 Marks for reporting)<br>(दो प्रयोग : 5+10)  | 15                    |
|                 | योग   | 30                    |

पाठ्यक्रम (सत्र-2019-20 से लागू)

कक्षा 12वीं

विषय : (हिन्दी, अंग्रेजी, संस्कृत, इतिहास, भूगोल, राजनीतिशास्त्र, समाजशास्त्र, मनोविज्ञान)  
(सत्र 2019-20 से लागू)

मूल्यांकन योजना

| स.क्र. | विषय   | बाह्य मूल्यांकन | आंतरिक मूल्यांकन |           | कुल अंक |
|--------|--|-----------------|------------------|-----------|---------|
|        |  | सैध्दातिक अंक   | प्रायोजना        | प्रायोगिक |         |
| 1      | हिन्दी : 1 आरोहभाग 2<br>2 वितान भाग 2  | 80              | 20               | —         | 100     |
| 2      | अंग्रेजी : 1 Flamingo<br>2 vistas  | 80              | 20               | —         | 100     |
| 3      | संस्कृत : भास्वती<br>द्वितीय भाग   | 80              | 20               | —         | 100     |
| 4      | इतिहास : भारतीय इतिहास के<br>कुछ विषय I<br>भारतीय इतिहास के<br>कुछ विषय II<br>भारतीय इतिहास के<br>कुछ विषय III | 80              | 20               | —         | 100     |
| 5      | भूगोल :<br>1 मानव भूगोल के मूल सिध्दांत<br>2 भारत के लोग और अर्थव्यवस्था                                       | 70              | —                | 30        | 100     |
| 6      | राजनीति शास्त्र :<br>1 समकालीन विश्व राजनीति<br>2 स्वतंत्र भारत में राजनीति                                    | 80              | 20               | —         | 100     |
| 7      | समाज शास्त्र :<br>1 भारतीय समाज<br>2 भारत में सामाजिक परिवर्तन<br>एवं विकास                                    | 80              | 20               | —         | 100     |
| 8      | मनोविज्ञान – मनोविज्ञान  | 70              | —                | 30        | 100     |