

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

उच्चतर माध्यमिक

अध्याय - 01

मनोविज्ञान से परिचय

कार्यपत्रक - 01

1. परिवार के एक सदस्य का अवलोकन कीजिये और मनोविज्ञान की परिभाषा का प्रयोग करते हुए उनके व्यवहार के विभिन्न पहलुओं की व्याख्या कीजिये।
2. "मनुष्य के रूप में हमारी जिज्ञासा हमें अपने आसपास होने वाली विभिन्न घटनाओं के पीछे का कारण जानने के लिए प्रेरित करती है।" आपके अनुसार आम आदमी के व्यवहार की समझ कैसे मनोविज्ञान के व्यवहार की समझ से अलग ?
3. मनोविज्ञान शब्द की उत्पत्ति की व्याख्या कीजिये और पाश्चात्य के साथ-साथ भारतीय प्रणाली में मनोविज्ञान की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि का उल्लेख कीजिए ।
4. "मनोविज्ञान सभी प्रकार के अनुभवों, मानसिक प्रक्रियाओं और व्यवहारों का अध्ययन करता है।" दैनिक जीवन के उदाहरणों का प्रयोग करते हुए कथन की पुष्टि कीजिए ।
5. आपका एक मित्र जीव विज्ञान का अध्ययन कर रहा है और आपसे पूछता है कि जीव विज्ञान तथा मनोविज्ञान अन्योन्यश्रित कैसे हैं | इस विषय में आपकी प्रतिक्रिया क्या होगी? उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तर की पुष्टि कीजिए।
6. "मनोविज्ञान न केवल मनुष्य का अध्ययन करता है बल्कि जीवन की बेहतर गुणवत्ता प्राप्त कराने की सुविधा के लिए मानसिक प्रक्रियाओं और संभावनाओं का पता लगाने का भी प्रयास करता है।" कथन पर टिप्पणी कीजिए।
7. आप अपने मित्र के व्यवहार का अध्ययन करना और समझना चाहते हैं, क्योंकि वो सामान्य रूप से व्यवहार नहीं कर रहा है। वो कौन सी बुनियादी मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाएँ हैं जिनका उपयोग किसी विशेष व्यवहार के अध्ययन और समझने के लिए किया जा सकता है? प्रासंगिक उदाहरणों के साथ अपने उत्तर का समर्थन कीजिए।
8. आपकी राय में क्या असामान्य और नैदानिक मनोविज्ञान समान हैं?
 - यदि हाँ, तो कारणों सहित अपने उत्तर का समर्थन कीजिए।

- यदि नहीं, तो दैनिक जीवन से सम्बंधित उदाहरणों सहित दोनों में अन्तर कीजिए।
9. मार्गदर्शन और परामर्श मनोविज्ञान का एक छेत्र हैं। इस संदर्भ के आलोक में, निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए:
- एक मनोवैज्ञानिक के लिए, व्यक्तिगत या व्यावसायिक मामलों के लिए मार्गदर्शन और परामर्श प्रदान करने के लिए किसी व्यक्ति के कौन से गुण उपयोगी हो सकते हैं?
 - अपने परिवार या दोस्तों में से किसी का अवलोकन करें और उन क्षेत्रों का सुझाव दें जहां परामर्श और मार्गदर्शन उसकी मदद कर सकता है और उन विशेषताओं का उल्लेख कीजिये जिनका उपयोग मार्गदर्शन प्रदान करने के लिए हो रहा है।
10. मान लीजिए आप एक मनोवैज्ञानिक हैं। एक मनोवैज्ञानिक के रूप में आप शिक्षा के क्षेत्र क्या पांच योगदान देंगे उनका उल्लेख कीजिए और समझाएं।