

मनोविज्ञान
PSYCHOLOGY
(222)
शिक्षक अंकित मूल्यांकन पत्र
TUTOR MARKED ASSIGNMENT

कुल अंक : 20

Max. Marks : 20

टिप्पणी: (i) सभी प्रश्नों के उत्तर देने अनिवार्य हैं। प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दिए गए हैं।

Note: *All questions are compulsory. The marks allowed for each question are given at same place.*

(ii) उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर ऊपर की ओर अपना नाम, अनुक्रमांक, अध्ययन केन्द्र का नाम और विषय स्पष्ट शब्दों में लिखिए।

Write your name, enrolment number, AI name and subject on the top of the first page of the answer sheet.

1. निम्नलिखित प्रश्नों में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 40-60 शब्दों में दीजिए। 2
Answer any one of the following questions in about 40 to 60 words.

(a) उपयुक्त उदाहरणों की सहायता से आवश्यकताओं और प्रेरकों पर होने वाले संस्कृति और वातावरण के प्रभाव का वर्णन कीजिए। (पाठ-8 देखें)

Describe the role of culture and environment on needs and motives with suitable examples.
(See Lesson- 8)

(b) वृद्धावस्था में दीर्घ एवं स्वस्थ जीवन जीने के लिए किन्हीं चार प्रभावशाली उपायों का सुझाव दीजिए।
(पाठ 12 देखें)

Suggest any four effective ways to live a longer and healthier life during old age.

(See Lesson- 12)

(c) प्राचीन अनुबन्धन का एक उदाहरण दीजिये। (पाठ-4 देखें)

Give one example for classical conditioning. (See Lesson- 4)

(d) स्मृति को बढ़ाने के कोई दो उपाय सुझाइये। (पाठ-6 देखें)

Suggest any two tips to enhance one's memory.

(See Lesson- 6)

2. निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर 40-60 शब्दों में दीजिए। 2
Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

(a) आप मानव व्यवहार पर टेलीविजन के प्रभाव का अध्ययन करना चाहते हैं। इस प्रभाव का अध्ययन करने के लिए दस प्रश्नों की एक प्रश्नावली तैयार कीजिए। (पाठ-2 देखें)

You want to study the effects of television on human behaviour. Prepare a questionnaire of ten questions to find out about this impact. (See Lesson- 2)

- (b) एक व्यक्ति जिसकी मानसिक आयु 10 वर्ष तथा क्रमिक आयु 9 वर्ष है। उसकी बुद्धिलब्धि ज्ञात कीजिए। (पाठ-20 देखें)

Find out the I.Q of the person whose mental age is 10 yrs. and chronological age is 9 yrs. (See Lesson- 20)

- (c) एक व्यवसाय/कार्य के लिए किन्हीं चार अर्हताओं का सुझाव दीजिए। (पाठ-20 देखें)

Suggest any four general requirements for a vocation/job. (See Lesson- 20)

- (d) समाज में दहेज की समस्या का वर्णन कीजिए। (पाठ-16 देखें)

Discuss the problem of dowry in the society. (See Lesson- 16)

3. निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 40-60 शब्दों में दीजिए। 2

Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

- (a) एक सफल नेता बनने के लिये आप स्वयं में किन विशेषताओं को विकसित करने का प्रयास करेंगे? कोई चार ऐसी विशेषताएँ सुझाइये। (पाठ-13 देखें)

Suggest any four attributes you would try to develop in yourself to become a successful leader. (See Lesson- 13)

- (b) 'कोई व्यक्ति किस तरह शान्त मन और स्वस्थ जीवन को प्राप्त कर सकता है?' दो सुझाव दीजिए। (पाठ-27 देखें)

'How one can attain a peaceful mind and healthy life?' Suggest two possible ways. (See Lesson- 27)

- (c) एक प्रभावी सम्प्रेषण में किन विशेषताओं का होना आप महत्वपूर्ण मानते हैं, किन्हीं चार की पहचान कीजिये। (पाठ-14 देखें)

Identify any four features you would consider important for an effective communication. (See Lesson-14)

- (d) किसी संगठन के वातावरण में निवेश के कोई दो उदाहरण दीजिए। (पाठ-22 देखें)

Give two examples of input from the environment in an organization. (See Lesson- 22)

4. निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 100-150 शब्दों में दीजिए। 4

Answer any one of the following questions in about 100 to 150 words.

- (a) "मानव व्यवहार और मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को समझने के लिए मनोवैज्ञानिक उपकरणों का प्रयोग किया जाता है" उदाहरणों के साथ व्याख्या कीजिए। (पाठ-2 देखें)

"Psychological Tools are used to understand human behaviour and psychological processes". Explain with examples. (See Lesson- 2)

(b) अच्छे व्यवसायिक चुनाव के लिए किन्हीं चार चरणों का सुझाव दीजिए। (पाठ-20 देखें)
Suggest any four steps for making a good career choice. (See Lesson- 20)

(c) यदि आप कार्य स्थल पर निम्न प्रकार की नेतृत्व शैलियों को अपनाते हैं तो कर्मचारियों के साथ आपका सम्बन्ध कैसा होगा : (पाठ-22 देखें)

- (i) सत्तावादी
- (ii) पितृ सुलभ
- (iii) मंत्रणात्मक
- (iv) सहभागी

What will be the nature of relationship of the workers if you follow the following leadership styles at the work place— (See Lesson- 22)

- (i) Authoritarian
- (ii) Paternalistic
- (iii) Consultative
- (iv) Participative

(d) अपने दैनिक जीवन में मनोविज्ञान के किन्हीं चार अनुप्रयोगों का सुझाव दीजिए। (पाठ-1 देखें)
Suggest any four application of psychology in our day to day life. (See Lesson- 1)

5. निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 100-150 शब्दों में दीजिए। 4

Answer any one of the following questions in about 100 to 150 words.

(a) लोगों में शिक्षा के विषय में जागरुकता पैदा करने तथा स्कूल छोड़ने को रोकने के किन्हीं चार तरीकों का सुझाव दीजिए। (पाठ-16 देखें)

Suggest four ways of creating awareness in people about education and checking the school dropouts. (See Lesson- 16)

(b) अभिवृत्ति निर्माण के निम्नलिखित तरीकों का एक-एक उदाहरण दीजिए - (पाठ-15 देखें)

- (i) सीधा सम्पर्क
- (ii) प्रेक्षण द्वारा सीखना
- (iii) दूसरों से बातचीत
- (iv) सीधा निर्देश

Give one example for each of the attitude formation by— (See Lesson- 15)

- (i) Direct contact
- (ii) Observational learning
- (iii) Interactions with others
- (iv) Direct instruction

- (c) 'सकारात्मक संवेग हमें अच्छा महसूस कराते हैं और सुकून देते हैं।' हम सकारात्मक संवेगों को कैसे बढ़ा सकते हैं? तरीके बताइए। (पाठ-17 देखें)

“Positive emotions make us feel good and provide a sense of comfort.” How can we enhance positive emotions. Give ways. (See Lesson- 17)

- (d) पर्यावरण पर मानव व्यवहार के दुष्प्रभावों की व्याख्या कीजिए। ऐसे दो व्यवहारपरक परिवर्तनों का सुझाव दीजिए, जो संपोषित विकास में सहायक हों। (पाठ-23 देखें)

Explain the harmful effects of human behavior on the environment. Suggest any two behavioural modifications which can ensure sustainable development. (See Lesson- 23)

6. नीचे दी गयी दो परियोजनाओं की सूची में से कोई एक परियोजना तैयार कीजिए। 6

Prepare any one project out of the two given below.

- (a) किसी कार्य संस्थान में जाकर कार्य क्षेत्र में उत्पादन और उत्कृष्टता को बढ़ाने की रणनीतियों का अध्ययन कर 200 शब्दों में एक रिपोर्ट तैयार कीजिए।

Visit a work place and try to study the strategies to develop productivity and excellence at work area in any organisation and prepare a report in about 200 words.

- (b) किसी एक व्यवसायी का साक्षात्कार कीजिए : (a) इंजीनियर (b) चिकित्सक (c) शिक्षक (d) वकील। उनकी नौकरी की अर्हताओं के बारे में जानकारी एकत्र कीजिए। उदाहरणतया (i) आयु सम्बन्धी, (ii) लिंग संबंधी, (iii) शारीरिक (iv) शैक्षिक एवं (v) प्रशिक्षण संबंधी।

Interview any of the following professional to know about their job requirements e.g., age requirement, gender requirement, physical requirement and educational and training requirements:

- (i) Engineer (ii) Doctor (iii) Teacher (iv) Lawyer