

मनोविज्ञान
PSYCHOLOGY
(328)
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 allotted 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, enrollment 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) मनोविज्ञान के वर्तमानकालीन झुकावों का उल्लेख कीजिए। (पाठ-1 देखें)

Give the current trends of psychology. (See Lesson- 1)

(b) मनोविज्ञान में सांख्यिकी की आवश्यकता का वर्णन कीजिये। (पाठ-2 देखें)

Describe the need of statistics in psychology. (See Lesson-2)

(c) सीखने की प्रकृति की चर्चा कीजिए। (पाठ-6 देखें)

Discuss the nature of learning. (See Lesson- 6)

(d) यदि आप किसी व्यक्ति के विकास का अध्ययन विभिन्न अवस्थाओं में करना चाहते हैं, तब आप अध्ययन के किस उपागम का प्रयोग करेंगे और कैसे करेंगे? (पाठ-11 देखें)

If you want to study the development of an individual at different stages, which approach of study would you use and how would you do it? (See Lesson- 11)

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

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

(a) सोनिया व उसके भाई ने स्कूटर चलाना सीखने का निर्णय लिया। श्याम दो ही दिनों में स्कूटर चलाना सीख गया जबकि सोनिया की कोशिश जारी थी। श्याम पहले भी अपने स्कूल साइकल चलाकर जाता था। इनके सीखने में अन्तर के कारण बताइए। (पाठ-6 देखें)

Sonia and her brother Shyam decided to learn scooter driving. Shyam was able to drive within two days whereas Sonia was still struggling. Shyam used the bicycle to his school everyday. Give reasons for your answer for the difference in learning. (See Lesson- 6)

- (b) जायगर्निक प्रभाव की एक उदाहरण की सहायता से व्याख्या कीजिए। (पाठ-7 देखें)
 Explain zeigarnik effect with the help of an example. (See Lesson- 7)
- (c) दृष्टिकोण-परिवर्जन द्वन्द्व का एक उदाहरण दीजिए। (पाठ-9 देखें)
 Suggest an example of approach avoidance conflict. (See Lesson- 9)
- (d) सकारात्मक व नकारात्मक संवेगों के किन्ही दो-दो दैहिक प्रभावों का सुझाव दीजिए।(पाठ-10 देखें)
 Suggest any two physiological impacts of positive and negative emotions each. (See Lesson- 10)

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

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

- (a) समूह के कार्यों का वर्णन उपयुक्त उदाहरणों के साथ कीजिए। (पाठ-21 देखें)
 Explain the operation of a group with appropriate examples. (See Lesson- 21)
- (b) मनुष्य-पर्यावरण अंतःक्रिया के प्रमुख अवयवों की चर्चा कीजिए। (पाठ-23 देखें)
 Discuss the major components of the human-environment interaction. (See Lesson- 23)
- (c) स्वास्थ्य पर तम्बाकू से पड़ने वाले दो दुष्प्रभावों का सुझाव दीजिए। (पाठ-25 देखें)
 Suggest any two ill effects of tobacco use on health. (See Lesson—25)
- (d) 'पालतू जानवर' विषय पर खेल केंद्र के एक दिन की योजना का निर्माण कीजिए। (पाठ-29 देखें)
 Make a daily programme for play centre on the theme of 'pet animals'. (See Lesson- 29)

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

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

- (a) सड़क पार करते समय एक तेज गति में ट्रक आपकी ओर आ रहा है। अगर सिर के पीछे की हड्डी (पश्चक्रपात्र पालि) में चोट लगती है तो उसका क्या असर हो सकता है? (पाठ-3 देखें)
 When you are crossing the road, a speeding truck is coming towards you. If the occipital lobe is damaged, what can happen? (See Lesson- 3)
- (b) निम्नलिखित स्थितियों में से मनोवैज्ञानिक विकारों की पहचान कीजिए तथा उनकी व्याख्या कीजिए। (पाठ-20 देखें)
- (i) रमा बहुत चिन्ता करती है। उसको बहुत पसीने आते हैं तथा काम में ध्यान देने में कठिनाई होती है।

- (ii) रघु दरवाजा छूने के बाद बार-बार अपने हाथ धोता है। अपनी इस आदत के कारण वह अपनी दैनिक दिनचर्या का पालन नहीं कर पाता है।

Identify and briefly explain the psychological disorders in the following situations:

(See Lesson- 20)

- (i) Rama worries all the time. She sweats a lot and finds it difficult to concentrate at work.
- (ii) Raghu washes his hands repeatedly after touching doors, handles etc. He cannot continue with his day-to-day activities because of this habit.
- (c) हमारे जीवन में निम्नलिखित एकअक्षीय संकेतों के महत्त्व को बताइए (पाठ-5 देखें)
- (i) रैखिक परिप्रेक्ष्य
- (ii) परिचित आकार
- (iii) विहंगम परिप्रेक्ष्य
- (iv) प्रकाश एवं छाया

Suggest the importance of the following monocular cues in our lives : (See Lesson- 5)

- (i) Linear perspective
- (ii) Familiar size
- (iii) Aerial perspective
- (iv) Lights and shadows
- d) केनन-बार्ड तथा जेम्स लैंग के संवेग के सिद्धान्त के बीच एक-एक उदाहरण के द्वारा अन्तर बताइए। (पाठ-10 देखें)

With help of an example, differentiate between Canon-Bard and James Lange's theory of emotions. (See Lesson- 10)

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

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

- (a) स्मृति सुधार के किन्ही चार तरीकों का सुझाव दीजिए। (पाठ-7 देखें)

Suggest any four ways of enhancing memory. (See Lesson- 7)

- (b) “मानसिक स्थिति (मनोस्थिति) मानसिक हठता को जन्म देती है।” इस कथन को एक उदाहरण की सहायता से सिद्ध कीजिए। (पाठ-8 देखें)

“Mental set induces mental rigidity.” Justify this statement with the help of an example. (See Lesson- 8)

- (c) बुद्धि परीक्षणों के किन्हीं दो उपयोगों का सुझाव दीजिए। (पाठ-15 देखें)

Suggest any two uses of intelligence tests. (See Lesson- 15)

- (d) आपका 'फैसला' आपके निर्णयन को किस प्रकार प्रभावित करता है? एक उदाहरण की सहायता से अपने उत्तर को प्रमाणित कीजिए। (पाठ-8 देखें)

How does your 'Judgement' affect your 'decision-making'? Support your answer with an example. (See Lesson- 8)

6. नीचे दी गई दो परियोजनाओं में से कोई एक परियोजना लगभग 500 शब्दों में तैयार कीजिए। 6

Prepare any one project out of two given below.

- (a) अपने तथा अपने परिवार के किसी एक सदस्य के व्यवहार का एक सप्ताह तक अवलोकन कीजिए। दोनों के उन दस-दस व्यवहारों की सूची बनाइए जो आपके अनुसार अनुबंधन का परिणाम है। अपने इस अध्ययन पर आधारित एक रिपोर्ट तैयार कीजिए।

Observe your own behaviour and any one family member's behaviour for a week. List down ten behaviours each which are a resultant of conditioning in your opinion. Prepare a brief report of this study.

- (b) अपने पड़ोस के एक ऐसे वृद्ध व्यक्ति का साक्षात्कार कीजिए जो अपने परिवार में किन्हीं कारणों से कुसंमंजित है। उसके कुसंमंजन के कारणों को जानने का प्रयास कीजिए तथा उसे अपनी समस्या का सामना करने का रास्ता सुझाइये।

Interview an elderly person in your neighbourhood who is maladjusted in his/her family due to certain reasons. Try to know the cause of his/her maladjustment and suggest him/her the ways to cope with his/her problem.