SET - A आदर्श उत्तर

प्राश्निक कोड क्र. 12/2643 कक्षा - 12 वीं

विषय मनोविज्ञान विषय कोड 1215 माध्यम हिन्दी

कुल प्रश्न 28

समय - 3 घण्टा

पूर्णांक 100

Set A

सामान्य निर्देश :

1. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
2. प्रश्न 1 से 5 तक वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं।
3. प्रश्न 6 से आगे दिए गए निर्देशानुसार उत्तर दीजिए।
4. जहाँ आंतरिक विकल्प दिया गया है, वहाँ केवल एक ही प्रश्न हल करें।

प्रश्न 1. बहुविकल्पीय प्रश्न

1 x 6 = 6

1. (ख) बिने
2. (ख) सामाजिक पहचान
3. (ख) सेली
4. (ख) चिंता विकार
5. (ग) फ्रायड
6. (ख) समूह निर्णय का अधिक उग्र होना

प्रश्न 2. रिक्त स्थान भरिए

1 x 7 = 7

1. गार्डनर
2. आत्म-मूल्यांकन
3. सेली
4. बाध्यकारी-आवेशी विकार
5. अधिगम (सीखने का)
6. नकारात्मक
7. प्रतिपुष्टि

प्रश्न 3. मिलान कीजिए

1 x 6 = 6

(i) स्पीयरमन — (c) g-कारक
(ii) युंग — (a) सामूहिक अचेतन
(iii) कैनन — (d) संघर्ष-उड़ान प्रतिक्रिया
(iv) शक्टर — (b) द्वि-घटक सिद्धांत
(v) एरॉन बेक — (e) संज्ञानात्मक चिकित्सा
(vi) अनुरूपता — (f) सामाजिक प्रभाव

प्रश्न 4. एक शब्द में उत्तर

1 x 7 = 7

1. ऑलपोर्ट
2. बंडुरा
3. यू-स्ट्रेस

4. द्विध्रुवीय विकार
5. कार्ल रोजर्स
6. प्रयास में कमी
7. समस्या-समाधान

प्रश्न 5. सत्य / असत्य

1 x 6 = 6

1. असत्य
2. सत्य
3. असत्य
4. असत्य
5. असत्य
6. असत्य

प्रश्न 6

2 अंक

(अ) बुद्धि की परिभाषा

बुद्धि वह सामान्य मानसिक क्षमता है जिसके द्वारा व्यक्ति तर्क करता है, समस्याओं का समाधान करता है तथा नए वातावरण के साथ अनुकूलन स्थापित करता है।

अथवा

(ब) बहु-बुद्धि सिद्धांत

गार्डनर के अनुसार बुद्धि एकल नहीं होती, बल्कि यह अनेक प्रकार की होती है, जैसे भाषिक, तार्किक-गणितीय, संगीतीय, दैहिक-गत्यात्मक, स्थानिक, अंतर्वैयक्तिक तथा अंतर्मनस्क बुद्धि।

प्रश्न 7

2 अंक

(अ) व्यक्तिगत पहचान एवं सामाजिक पहचान में अंतर

व्यक्तिगत पहचान व्यक्ति के निजी गुणों, क्षमताओं और विशेषताओं पर आधारित होती है, जबकि सामाजिक पहचान किसी समूह की सदस्यता पर आधारित होती है।

अथवा

(ब) आत्मसम्मान

व्यक्ति द्वारा अपने मूल्य और क्षमताओं के संबंध में किया गया समग्र मूल्यांकन आत्मसम्मान कहलाता है।

प्रश्न 8

2 अंक

(अ) तनाव के दो स्रोत

1. जीवन की प्रमुख घटनाएँ
2. दैनिक झुंझलाहटें

अथवा

(ब) तनाव के दो लक्षण

1. सिरदर्द
2. चिड़चिड़ापन

प्रश्न 9

2 अंक

(अ) चिंता विकार के दो प्रकार

1. सामान्यीकृत चिंता विकार
2. फोबिया

अथवा

(ब) मनोदशात्मक विकार के दो उदाहरण

1. अवसाद
2. द्विध्रुवीय विकार

प्रश्न 10

2 अंक

(अ) मनोविश्लेषण चिकित्सा की दो विशेषताएँ

1. अचेतन मन पर बल
2. मुक्त संघटन विधि का प्रयोग

अथवा

(ब) व्यवहार चिकित्सा

यह चिकित्सा अधिगम सिद्धांत पर आधारित है तथा अनुपयुक्त व्यवहारों को पुनः-अधिगम द्वारा संशोधित करती है।

---

2 अंक

प्रश्न 11

(अ) अभिवृत्ति के तीन घटक

1. संज्ञानात्मक घटक
2. भावात्मक घटक
3. व्यवहारात्मक घटक

अथवा

(ब) पूर्वाग्रह

किसी समूह के प्रति पूर्वनिर्धारित नकारात्मक अभिवृत्ति को पूर्वाग्रह कहा जाता है।

प्रश्न 12

2 अंक

(अ) अनुरूपता

समूह के दबाव में व्यक्ति द्वारा अपने व्यवहार या विचारों में परिवर्तन करना अनुरूपता कहलाता है।

अथवा

(ब) आज्ञाकारिता

प्राधिकरण के आदेश का पालन करते हुए व्यवहार करना आज्ञाकारिता कहलाता है।

प्रश्न 13

2 अंक

(अ) प्रभावी संप्रेषण के दो गुण

1. स्पष्टता
2. प्रतिपुष्टि

अथवा

(ब) जीवन कौशल के दो उदाहरण

1. निर्णय-लेने की क्षमता
2. समस्या-समाधान क्षमता

प्रश्न 14

2 अंक

(अ) गुण सिद्धांत की दो विशेषताएँ

1. व्यक्तित्व स्थायी गुणों का समूह है।
2. गुणों के आधार पर व्यवहार की भविष्यवाणी की जा सकती है।

अथवा

(ब) रक्षा-यंत्रणा

अहं द्वारा चिंता से बचाव हेतु प्रयुक्त अचेतन मानसिक प्रक्रियाएँ रक्षा-यंत्रणा कहलाती हैं।

---

2 अंक

प्रश्न 15

(अ) समूह

दो या दो से अधिक व्यक्तियों का ऐसा संगठित समूह जिनका कोई साझा उद्देश्य हो।

अथवा

(ब) नेतृत्व

लक्ष्य प्राप्ति हेतु दूसरों को प्रभावित एवं निर्देशित करने की क्षमता नेतृत्व कहलाती है।

3 अंक

प्रश्न 16

(अ) स्पीयरमन का द्वि-घटक सिद्धांत

स्पीयरमन के अनुसार बुद्धि दो कारकों से मिलकर बनी होती है—

1. सामान्य कारक (g) – जो सभी बौद्धिक कार्यों में उपस्थित रहता है।
2. विशिष्ट कारक (s) – जो विशेष कार्यों से संबंधित होता है।

अथवा

(ब) गार्डनर का बहु-बुद्धि सिद्धांत

गार्डनर ने बुद्धि के अनेक प्रकार बताए— भाषिक, तार्किक-गणितीय, संगीतीय, स्थानिक, दैहिक-गत्यात्मक, अंतर्वैयक्तिक, अंतर्मनस्क आदि।

3 अंक

प्रश्न 17

(अ) प्रकार सिद्धांत

इस सिद्धांत में व्यक्तित्व को कुछ निश्चित प्रकारों में वर्गीकृत किया गया है, जैसे युंग का अंतर्मुखी-बहिर्मुखी प्रकार तथा शेल्डन का शारीरिक प्रकार सिद्धांत।

अथवा

(ब) फ्रायड का व्यक्तित्व संरचना सिद्धांत

फ्रायड के अनुसार व्यक्तित्व तीन भागों में विभाजित है—

1. इड
2. ईगो

3. सुपरईगो

प्रश्न 18

3 अंक

(अ) सामान्य अनुकूलन संलक्षण

1. चेतावनी अवस्था
2. प्रतिरोध अवस्था
3. थकान अवस्था

अथवा

(ब) तनाव प्रबंधन की विधियाँ

योग, ध्यान, समय प्रबंधन, सामाजिक समर्थन आदि।

प्रश्न 19

3 अंक

(अ) सिजोफ्रेनिया के लक्षण

भ्रम, मतिभ्रम, अव्यवस्थित व्यवहार तथा असंगत विचार।

अथवा

(ब) मनोदशात्मक विकार

अवसाद तथा द्विध्रुवीय विकार प्रमुख मनोदशात्मक विकार हैं।

प्रश्न 20

3 अंक

(अ) अभिवृत्ति परिवर्तन के कारक

संदेश का स्रोत, संदेश की प्रकृति तथा श्रोता की विशेषताएँ।

अथवा

(ब) पूर्वाग्रह के कारण

सामाजिक अधिगम, रूढ़िबद्ध धारणाएँ तथा समूह संघर्ष।

प्रश्न 21

3 अंक

(अ) समूह निर्माण की अवस्थाएँ

निर्माण, संघर्ष, मानकीकरण तथा प्रदर्शन।

अथवा

(ब) नेतृत्व के गुण

आत्मविश्वास, संप्रेषण कौशल तथा निर्णय क्षमता।

प्रश्न 22

4 अंक

(अ) बुद्धि परीक्षण के प्रकार

व्यक्तिगत, सामूहिक, मौखिक तथा अमौखिक परीक्षण।

अथवा

(ब) रचनात्मकता की विशेषताएँ

मौलिकता, प्रवाह, लचीलापन तथा विस्तार।

प्रश्न 23

4 अंक

(अ) आत्म की संरचना एवं विकास

आत्म के दो पक्ष होते हैं— व्यक्तिगत आत्म तथा सामाजिक आत्म। इसका विकास सामाजिक अंतःक्रिया के माध्यम से होता है।

अथवा

(ब) आत्म-प्रभावकारिता का महत्व

उच्च आत्म-प्रभावकारिता से व्यक्ति में आत्मविश्वास, दृढ़ता तथा लक्ष्य-प्राप्ति की संभावना बढ़ती है।

प्रश्न 24

4 अंक

(अ) चिंता विकारों का वर्णन

सामान्यीकृत चिंता विकार, फोबिया तथा बाध्यकारी-आवेशी विकार प्रमुख प्रकार हैं। उपचार में व्यवहार चिकित्सा तथा औषधि का प्रयोग किया जाता है।

अथवा

(ब) बाध्यकारी-आवेशी विकार के कारण एवं उपचार

जैविक एवं मनोवैज्ञानिक कारणों से उत्पन्न होता है। उपचार में संज्ञानात्मक-व्यवहार चिकित्सा एवं औषधियाँ उपयोगी हैं।

प्रश्न 25

4 अंक

(अ) मनोचिकित्सात्मक दृष्टिकोणों की तुलना

मनोविश्लेषण, व्यवहारवादी, मानववादी तथा संज्ञानात्मक दृष्टिकोण विभिन्न आधारों पर मानसिक विकारों का उपचार करते हैं।

अथवा

(ब) संज्ञानात्मक चिकित्सा

यह चिकित्सा एरॉन बेक द्वारा प्रतिपादित है, जिसमें नकारात्मक विचारों को संशोधित कर व्यवहार में परिवर्तन लाया जाता है।

प्रश्न 26

4 अंक

(अ) सामाजिक प्रभाव के प्रकार

अनुरूपता, आज्ञाकारिता तथा अनुकरण।

अथवा

(ब) समूह प्रक्रियाएँ

समूह ध्रुवीकरण, सामाजिक आलस्य तथा समूह चिंतन।

प्रश्न 27

5 अंक

(अ) व्यक्तित्व के प्रमुख सिद्धांतों का तुलनात्मक वर्णन

प्रकार सिद्धांत, गुण सिद्धांत, मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत, मानववादी सिद्धांत तथा सामाजिक-संज्ञानात्मक सिद्धांत व्यक्तित्व को अलग-अलग दृष्टिकोण से स्पष्ट करते हैं।

अथवा

(ब) मनोवैज्ञानिक विकारों के प्रकार एवं कारण

चिंता विकार, मनोदशात्मक विकार तथा मनोविक्षिप्त विकार प्रमुख प्रकार हैं। इनके कारण जैविक, मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक कारकों से संबंधित होते हैं।

प्रश्न 28

5 अंक

(अ) सामाजिक संज्ञान एवं अभिवृत्ति का संबंध

सामाजिक संज्ञान सामाजिक सूचनाओं को समझने की प्रक्रिया है, जबकि अभिवृत्ति किसी व्यक्ति या वस्तु के प्रति स्थायी मूल्यांकन है। दोनों एक-दूसरे को प्रभावित करते हैं।

अथवा

(ब) मनोविज्ञान का दैनिक जीवन में महत्व

मनोविज्ञान तनाव प्रबंधन, व्यक्तित्व विकास, सामाजिक संबंधों के सुधार तथा मानसिक स्वास्थ्य संरक्षण में सहायक है।

—X—