

## KEY

Practice paper 2 (2023-2024)

Psychology (592)

Class -XII

Marking scheme

Q.NO.	ANSWER	Distributi on of Marks
1.	C 8	1
2	C 3	1
3.	A Anorexia Nervosa भोजन संबंधी विकार	1
4.	C GABA गाबा	1
5.	A Albert Allis एल्बर्ट एलिस	1
6.	D	1

	Cognitive Dissonance संज्ञानात्मक विसवांदिता	
7.	5	1
8.	Audience / दर्शक	1
9.	Secondary / द्वितीयक	1
10	10	1
11.	Burnout / बर्नाउट	1
12.	A	1
13.	A	1
14.	B	1
15.	A	
	PART -B	
16	अभिरुचि - किसी व्यक्ति द्वारा दूसरी क्रियाओं की अपेक्षा किसी एक अथवा एक से अधिक विशिष्ट क्रियाओं में स्वयं को अधिक व्यस्त रखने की वरीयता से है ! A preference is to keep oneself more engaged in one or more specific actions than other actions by a person.	2
17	व्यक्तित्व एक व्यक्ति की मनोवैज्ञानिक विशेषताओं को संदर्भित करता है जो स्थितियों में और समय के साथ अपेक्षाकृत स्थिर होते हैं और उसे अद्वितीय बनाते हैं। चूंकि व्यक्तित्व हमारे जीवन में विभिन्न स्थितियों के	1+1

	<p>अनुकूल होने में हमारी मदद करता है, इसलिए बाहरी या आंतरिक ताकतों के परिणामस्वरूप इसके बदलने की संभावना है।</p> <p>Personality refers to psychophysical characteristics of a person that are relatively stable across situations and over time and make her or him unique. Since personality helps us in adapting to a variety of situations in our life, it is likely to change as a result of external or internal forces</p>	
18	<p>यू स्ट्रेस - दबाव का वह स्तर जो व्यक्ति के लिए लाभदायक होता है</p> <p>Eustress- The level of stress that is beneficial to the person.</p> <p>अभिघातज उत्तर दबाव विकार (PTSD) एक विकार है जो कुछ लोगों में विकसित होता है जिन्होंने एक चौंकाने वाली, डरावनी या खतरनाक घटना का अनुभव किया है। दर्दनाक स्थिति के दौरान और बाद में डर महसूस करना स्वाभाविक है। डर शरीर की "लड़ाई-या-उड़ान" प्रतिक्रिया का एक हिस्सा है, जो हमें संभावित खतरे से बचने या प्रतिक्रिया देने में मदद करता है।</p> <p>Post-traumatic stress disorder (PTSD) is a disorder that develops in some people who have experienced a shocking, scary, or dangerous event. It is natural to feel afraid during and after a traumatic situation. Fear is a part of the body's "fight-or-flight" response, which helps us avoid or respond to potential danger.</p>	2
19	<p>चिंता या घबराहट आने वाले समय में कुछ बुरा या खराब घटने की आशंका होना है जबकि इनका कोई वास्तविक आधार नहीं होता।</p>	2

	Anxiety is a feeling of fear, dread, and uneasiness. It might cause you to sweat, feel restless and tense, and have a rapid heartbeat. It can be a normal reaction to stress	
20	<p>चिकित्सीय संबंध एक स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर और एक सेवार्थी या रोगी के बीच संबंधों को संदर्भित करता है। यह वह साधन है जिसके द्वारा एक चिकित्सक और एक सेवार्थी, एक दूसरे के साथ जुड़ने और सेवार्थी में लाभकारी परिवर्तन को प्रभावित करने की उम्मीद करते हैं।</p> <p>The therapeutic relationship refers to the relationship between a healthcare professional and a client or patient. It is the means by which a therapist and a client hope to engage with each other and effect beneficial change in the client.</p>	2
21	<p>एक समूह को ऐसे दो या दो से अधिक व्यक्तियों की एक संगठित व्यवस्था के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जो एक दूसरे से अंतःक्रिया करते हैं एवं परस्पर निर्भर होते हैं, जिनकी एक जैसी अभिप्रेरणाएँ होती हैं, सदस्यों के बीच निर्धारित भूमिका संबंध होता है ।</p> <p>A group is a set of people, organizations, or things which are considered together because they have something in common.</p> <p>OR</p> <p>समूह ध्रुवीकरण में क्या होता है?</p>	2

	<p>समूह ध्रुवीकरण तब होता है जब समान विचारधारा वाले लोगों का समूह एक-दूसरे की सकारात्मक या नकारात्मक राय को मजबूत करता है, और जैसे-जैसे उन पर चर्चा होती है, ये राय अधिक चरम हो जाती हैं।</p> <p>Group polarization is the idea that groups tend to make decisions that are more extreme compared to the original thoughts of individual group members.</p>	
	<b>PART-C</b>	
22	<p>ऑलपोर्ट का विशेषक सिद्धांत</p> <p>जी. डब्ल्यू. ऑलपोर्ट (1936) ने सुझाया है कि व्यक्तियों में कई प्रकार के विशेषक पाये जाते हैं जिनकी प्रकृति गतिशील होती है।</p> <p>ऑलपोर्ट के ट्रेट थ्योरी गॉर्डन ऑलपोर्ट को विशेषता दृष्टिकोण का अग्रणी माना जाता है। उन्होंने प्रस्तावित किया कि व्यक्तियों में कई लक्षण होते हैं, जो प्रकृति में गतिशील होते हैं। वे व्यवहार को इस तरह से निर्धारित करते हैं कि एक व्यक्ति समान योजनाओं के साथ अलग-अलग स्थिति का सामना करता है। लक्षण उत्तेजनाओं और प्रतिक्रियाओं को एकीकृत करते हैं जो अन्यथा भिन्न दिखते हैं। ऑलपोर्ट ने तर्क दिया कि लोग खुद को और दूसरों का वर्णन करने के लिए जिन शब्दों का उपयोग करते हैं, वे मानव व्यक्तित्व को समझने के लिए एक आधार प्रदान करते हैं। उन्होंने किसी व्यक्ति का वर्णन करने वाले लक्षणों की तलाश के लिए अंग्रेजी भाषा के शब्दों का विश्लेषण किया। इसके आधार पर, ऑलपोर्ट ने लक्षणों को विशेषकों को तीन प्रकारों में वर्गीकृत किया :-</p> <p>i) प्रमुख (कार्डिनल),</p>	3

(ii) केंद्रीय, और

(iii) गौण विशेषक।

**प्रमुख कार्डिनल:** अत्यधिक सामान्यीकृत स्वभाव हैं। वे उस लक्ष्य को इंगित करते हैं जिसके चारों ओर किसी व्यक्ति का पूरा जीवन घूमता प्रतीत होता है। महात्मा गांधी की अहिंसा और हिटलर का नाजीवाद प्रमुख लक्षणों के उदाहरण हैं। इस तरह के लक्षण अक्सर व्यक्ति के नाम के साथ इतनी दृढ़ता से जुड़ जाते हैं कि वे 'गांधीवादी' या 'हिटलरियन' विशेषता के रूप में ऐसी पहचान प्राप्त करते हैं।

**केंद्रीय विशेषक :** प्रभाव में कम व्यापक, लेकिन अभी भी काफी सामान्यीकृत स्वभाव, को केंद्रीय लक्षण कहा जाता है। ये लक्षण (जैसे, गर्म, ईमानदार, मेहनती, आदि) अक्सर किसी व्यक्ति के लिए प्रशंसापत्र या नौकरी की सिफारिश लिखने में उपयोग किए जाते हैं।

**गौण विशेषक।** किसी व्यक्ति की कम से कम सामान्यीकृत विशेषताओं को द्वितीयक लक्षण कहा जाता है। 'आम पसंद करना' या 'जातीय कपड़े पसंद करना' जैसे लक्षण द्वितीयक लक्षणों के उदाहरण हैं।

Allport's Trait Theory Gordon Allport is considered the pioneer of trait approach. He proposed that individuals possess a number of traits, which are dynamic in nature. They determine behaviour in such a manner that an individual approaches different situation with similar plans. The traits integrate stimuli and responses which otherwise look dissimilar. Allport argued that the words people use to describe themselves and others provide a basis for

	<p>understanding human personality. He analysed the words of English language to look for traits which describe a person. Allport, based on this, categorised traits into <b>cardinal, central, and secondary</b>.</p> <p><b>Cardinal traits:</b> are highly generalised dispositions. They indicate the goal around which a person's entire life seems to revolve. Mahatma Gandhi's non-violence and Hitler's Nazism are examples of cardinal traits. Such traits often get associated with the name of the person so strongly that they derive such identities as the 'Gandhian' or 'Hitlerian' trait.</p> <p><b>central trait:</b> Less pervasive in effect, but still quite generalised dispositions, are called central traits. These traits (e.g., warm, sincere, diligent, etc.) are often used in writing a testimonial or job recommendation for a person.</p> <p><b>Secondary trait:</b> The least generalised characteristics of a person are called secondary traits. Traits such as 'likes mangoes' or 'prefers ethnic clothes' are examples of secondary traits.</p>	
23	<p>1927 में, चार्ल्स स्पीयरमैन ने कारक विश्लेषण नामक एक सांख्यिकीय विधि को नियोजित करते हुए बुद्धि के दो-कारक सिद्धांत का प्रस्ताव रखा। उन्होंने दिखाया कि बुद्धिमत्ता में एक सामान्य कारक (जी-कारक) और कुछ विशिष्ट कारक (एस-कारक) शामिल थे। जी-फैक्टर में मानसिक संचालन</p>	3

	<p>शामिल हैं जो सभी प्रदर्शनों के लिए प्राथमिक और सामान्य हैं। जी-फैक्टर के अलावा, उन्होंने कहा कि कई विशिष्ट क्षमताएं भी हैं। ये उस चीज में निहित हैं जिसे उन्होंने एस-फैक्टर कहा था। उत्कृष्ट गायक, आर्किटेक्ट, वैज्ञानिक और एथलीट जी-फैक्टर पर उच्च हो सकते हैं, लेकिन इसके अलावा, उनके पास विशिष्ट क्षमताएं हैं जो उन्हें अपने संबंधित डोमेन में उत्कृष्टता प्राप्त करने की अनुमति देती हैं।</p> <p>In 1927, Charles Spearman proposed a two-factor theory of intelligence employing a statistical method called factor analysis. He showed that intelligence consisted of a general factor (g-factor) and some specific factors (s-factors). The g-factor includes mental operations which are primary and common to all performances. In addition to the g-factor, he said that there are also many specific abilities. These are contained in what he called the s-factor. Excellent singers, architects, scientists, and athletes may be high on g-factor, but in addition to this, they have specific abilities which allow them to excel in their respective domains.</p>	
24	<p>तनाव और स्वास्थ्य आपने अक्सर देखा होगा कि आपके कई दोस्त (खुद को भी शामिल कर सकते हैं!) परीक्षा के समय बीमार पड़ जाते हैं। वे पेट की खराबी, शरीर में दर्द, मतली, दस्त और बुखार आदि से पीड़ित हैं। आपने यह भी देखा होगा कि जो लोग अपने निजी जीवन में दुखी होते हैं, वे उन लोगों की तुलना में अधिक बार बीमार पड़ते हैं जो खुश हैं और जीवन का आनंद लेते हैं। क्रोनिक दैनिक तनाव किसी व्यक्ति का ध्यान खुद की देखभाल करने से हटा सकता है। जब तनाव लंबे समय तक होता है, तो</p>	3



यह शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है और मनोवैज्ञानिक कामकाज को बाधित करता है। लोग थकावट और व्यवहार संबंधी समस्याओं का अनुभव करते हैं जब पर्यावरण की मांगों और बाधाओं के कारण तनाव बहुत अधिक होता है और परिवार और दोस्तों से बहुत कम समर्थन उपलब्ध होता है। मानसिक थकावट चिड़चिड़ापन, चिंता, असहायता और निराशा की भावनाओं के रूप में प्रकट होती है। शारीरिक, भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक थकावट की इस स्थिति को बर्नआउट के रूप में जाना जाता है। यह दिखाने के लिए भी ठोस सबूत हैं कि तनाव प्रतिरक्षा प्रणाली में परिवर्तन पैदा कर सकता है और किसी के बीमार होने की संभावना को बढ़ा सकता है। तनाव को हृदय संबंधी विकारों, उच्च रक्तचाप, साथ ही अल्सर, अस्थमा, एलर्जी और सिरदर्द सहित मनोदैहिक विकारों के विकास में शामिल किया गया है।

Stress and Health You must have often observed that many of your friends (may be including yourself as well!) fall sick during the examination time. They suffer from stomach upsets, body aches, nausea, diarrhoea and fever etc. You must have also noticed that people who are unhappy in their personal lives fall sick more often than those who are happy and enjoy life. Chronic daily stress can divert an individual's attention from caring for herself or himself. When stress is prolonged, it affects physical health and impairs psychological functioning. People experience exhaustion and attitudinal problems when the stress due to demands from the environment and constraints are too high and little support is available from family and friends. The mental

exhaustion appears in the form of irritability, anxiety, feelings of helplessness and hopelessness. This state of physical, emotional and psychological exhaustion is known as burnout. There is also convincing evidence to show that stress can produce changes in the immune system and increase the chances of someone becoming ill. Stress has been implicated in the development of cardiovascular disorders, high blood pressure, as well as psychosomatic disorders including ulcers, asthma, allergies and headaches

सामना करना दबाव के प्रति एक गत्यात्मक स्थिति विशेष प्रतिक्रिया है । यह तनावपूर्ण स्थितियों या घटनाओं के लिए ठोस प्रतिक्रियाओं का एक सेट है जिसका उद्देश्य समस्या को हल करना और तनाव को कम करना है। जिस तरह से हम तनाव का सामना करते हैं वह अक्सर अनुभव के आधार पर कठोर गहरी मान्यताओं पर निर्भर करता है, उदाहरण के लिए, जब ट्रैफिक जाम में पकड़ा जाता है तो हम गुस्सा महसूस करते हैं, क्योंकि हम मानते हैं कि यातायात 'तेज़ी से आगे बढ़ना चाहिए'। तनाव का प्रबंधन करने के लिए, हमें अक्सर हमारे सोचने और मुकाबला करने की रणनीतियों को सीखने के तरीके का पुनर्मूल्यांकन करने की आवश्यकता होती है। जो लोग तनाव के साथ खराब तरीके से सामना करते हैं, उनमें एक बिगड़ा हुआ प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया होती है और प्राकृतिक हत्यारा कोशिकाओं की गतिविधि कम हो जाती है। व्यक्ति तनावपूर्ण स्थितियों को संभालने के लिए उपयोग की जाने वाली मुकाबला रणनीतियों में लगातार व्यक्तिगत अंतर दिखाते हैं। एंडलर और पार्कर द्वारा दी गई तीन मुकाबला रणनीतियां हैं:

1 कृत्य अभिविन्यस्त युक्ति

- 2 संवेग अभिविन्यस्त युक्ति  
3.परिहार अभिविन्यस्त युक्ति  
(तीनों विधियों का वर्णन करें )  
(3 अंक )

Coping is a dynamic situation-specific reaction to stress. It is a set of concrete responses to stressful situations or events that are intended to resolve the problem and reduce stress. The way we cope with stress often depends on rigid deep-seated beliefs, based on experience, e.g., when caught in a traffic jam we feel angry, because we believe that the traffic 'should' move faster. To manage stress, we often need to reassess the way we think and learn coping strategies. People who cope poorly with stress have an impaired immune response and diminished activity of natural killer cells. Individuals show consistent individual differences in the coping strategies they use to handle stressful situations. These can include both overt and covert activities. The three coping strategies given by Endler and Parker are:

Task-oriented Strategy: This involves obtaining information about the stressful situation and about alternative courses of action and their probable outcome; it also involves deciding priorities and acting so as to deal directly with the stressful situation. For example, schedule my time better, or think about how I have solved similar problems

	<p>Emotion-oriented Strategy: This can involve efforts to maintain hope and to control one's emotions; it can also involve venting feelings of anger and frustration, or deciding that nothing can be done to change things. For example, tell myself that it is not really happening to me, or worry about what I am going to do.</p> <p>Avoidance-oriented Strategy: This involves denying or minimising the seriousness of the situation; it also involves conscious suppression of stressful thoughts and their replacement by self</p> <p>(Explain all these)</p> <p><b>3 MARKS</b></p>	
25	<p>मनोग्रस्ति व्यवहार: किसी विशेष विचार या विषय पर चिंतन को रोक पाने की असमर्थता। इससे ग्रस्त व्यक्ति अक्सर अपने विचारों को अप्रिय और शर्मनाक समझता है।</p> <p>बाध्यता विकार - किसी व्यवहार को बार बार करने की आवश्यकता। कई तरह की बाध्यता में गिनना, आदेश देना, जांचना, छूना और धोना शामिल है।</p> <p>Obsessive-Compulsive and Related Disorders Have you ever noticed someone washing their hands every time they touch something, or washing even things like coins, or stepping only within the patterns on the floor or road while walking? People affected by obsessive-compulsive disorder are unable to control their preoccupation with specific ideas or are unable to prevent themselves from repeatedly carrying out a particular act or series of acts that affect their ability to carry out normal activities.</p>	3

	<p>Obsessive behaviour is the inability to stop thinking about a particular idea or topic. The person involved, often finds these thoughts to be unpleasant and shameful. Compulsive behaviour is the need to perform certain behaviours over and over again. Many compulsions deal with counting, ordering, checking, touching</p>	
26	<p>मनोवैज्ञानिक विकारों के उपचारों के दो घटक हैं, यानी लक्षणों में कमी, और कामकाज के स्तर या जीवन की गुणवत्ता में सुधार। सामान्यीकृत चिंता, प्रतिक्रियाशील अवसाद या भय जैसे हल्के विकारों के मामले में, लक्षणों में कमी जीवन की गुणवत्ता में सुधार के साथ जुड़ी हुई है। हालांकि, सिज़ोफ्रेनिया जैसे गंभीर मानसिक विकारों के मामले में, लक्षणों में कमी जीवन की गुणवत्ता में सुधार से जुड़ी नहीं हो सकती है। कई रोगी नकारात्मक लक्षणों से पीड़ित होते हैं जैसे कि अरुचि और काम करने या लोगों के साथ बातचीत करने के लिए प्रेरणा की कमी। ऐसे रोगियों को आत्मनिर्भर बनने में मदद करने के लिए पुनर्वास की आवश्यकता है। पुनर्वास का उद्देश्य रोगी को यथासंभव समाज का उत्पादक सदस्य बनने के लिए सशक्त बनाना है। पुनर्वास में, रोगियों को व्यावसायिक चिकित्सा, सामाजिक कौशल प्रशिक्षण और व्यावसायिक चिकित्सा दी जाती है। व्यावसायिक चिकित्सा में, रोगियों को मोमबत्ती बनाने, पेपर बैग बनाने और बुनाई जैसे कौशल सिखाए जाते हैं ताकि उन्हें कार्य अनुशासन बनाने में मदद मिल सके। सामाजिक कौशल प्रशिक्षण रोगियों को रोल प्ले, नकल और निर्देश के माध्यम से पारस्परिक कौशल विकसित करने में मदद करता है। इसका उद्देश्य रोगी को एक सामाजिक समूह में कार्य करना सिखाना है। ध्यान, स्मृति और कार्यकारी कार्यों के बुनियादी संज्ञानात्मक कार्यों में सुधार के लिए संज्ञानात्मक पुनः प्रशिक्षण दिया जाता है। रोगी में पर्याप्त सुधार होने के बाद, व्यावसायिक प्रशिक्षण दिया जाता है जिसमें रोगी को उत्पादक रोजगार करने के लिए आवश्यक कौशल हासिल करने में मदद की जाती है।</p> <p>The treatment of psychological disorders has two components, i.e. reduction of symptoms, and improving the level of functioning or quality of life. In the case of milder disorders such as generalised anxiety, reactive depression or phobia, reduction of symptoms is associated with an improvement in the quality of life. However, in the case of severe mental disorders such as</p>	

	<p>schizophrenia, reduction of symptoms may not be associated with an improvement in the quality of life. Many patients suffer from negative symptoms such as disinterest and lack of motivation to do work or to interact with people. Rehabilitation is required to help such patients become self-sufficient. The aim of rehabilitation is to empower the patient to become a productive member of society to the extent possible. In rehabilitation, the patients are given occupational therapy, social skills training, and vocational therapy. In occupational therapy, the patients are taught skills such as candle making, paper bag making and weaving to help them to form a work discipline. Social skills training helps the patients to develop interpersonal skills through role play, imitation and instruction. The objective is to teach the patient to function in a social group. Cognitive retraining is given to improve the basic cognitive functions of attention, memory and executive functions. After the patient improves sufficiently, vocational training is given wherein the patient is helped to gain skills necessary to undertake productive employment</p>	
27	<p>अभिवृत्ति निर्माण को प्रभावित करने वाले निम्नलिखित कारक के लिए संदर्भ प्र हैं।</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. परिवार और स्कूल का माहौल:</li> <li>2. संदर्भ समूह: संदर्भ के माध्यम से विकसित।</li> <li>3. व्यक्तिगत अनुभव</li> <li>4. मीडिया से संबंधित प्रभाव</li> </ol> <p>किन्हीं तीन को स्पष्ट कीजिए।</p>	3

Factors that Influence Attitude Formation The following factors provide the context for the learning of attitudes through the processes described above.

1. Family and School Environment:
2. Reference Groups: developed through reference.
3. Personal Experiences
4. Media-related Influences

Explain any three

**पूर्वाग्रह** किसी विशिष्ट समूह के प्रति अभिवृत्ति का उदाहरण है यह नकारात्मक होते हैं एवं अनेक स्थितियों में विशिष्ट समूह के संबंध में रूट धारणा पर आधारित

होते हैं

**रूटधारणा** किसी विशिष्ट समूह की विशेषताओं से संबंधित विचारों का एक पूंजी आगूचा होती है इस समूह के सभी सदस्य इन विशेषताओं से युक्त माने जाते हैं रूट धारणाएं लक्ष्य समूह के बारे में एवं जीत विशेषताओं से होती है यह विशिष्ट समूह के सदस्यों के बारे में एक नकारात्मक अभिवृत्ति को जन्म देती है

पूर्वाग्रह के संज्ञानात्मक घटक के साथ प्राय नापसंद का भाव जुड़ा होता है और जब लोग एक विशेष लक्ष्य समूह के प्रति समूह की तुलना में जिसमें पसंद करते हैं कम सकारात्मक तरीके से व्यवहार करते हैं

Prejudices are examples of attitudes towards a particular group. They are usually negative,

	<p>and in many cases, may be based on stereotypes about the specific group.</p> <p>Stereotype is a cluster of ideas regarding the characteristics of a specific group.</p> <p>Prejudice generally based on ethnicity, race, gender, caste and the like who mostly tend to show negative feelings towards people belonging to other groups while Stereotype described as classifying people based on their membership in a particular group, based on a certain preconceived belief which can be negative, positive or neutral</p>	
	<p style="text-align: center;"><b>Part -D</b></p>	



28	<p><b>अभिक्षमता</b> -किसी व्यक्ति की कौशलों के अर्जन के लिए अंतर्निहित संभव्यता से है। अभिक्षमता विशेषताओं का एस संयोजन है जो व्यक्ति द्वारा प्रशिक्षण उपरांत किसी विशेष क्षेत्र के ज्ञान अथवा कौशल के अर्जन की क्षमता को प्रदर्शित करता है।</p> <p><b>अभिरुचि</b> -किसी विशेष कार्य करने की वरीयता ।</p> <p>किसी व्यक्ति में किसी कार्य को करने की अभिरुचि हो सकती है परंतु हो सकता है की उसे करने की योग्यता उसमें न हो। इसी प्रकार यह संभव है कि किसी वीकती में किसी कार्य को करने की अभिक्षमता हो परंतु उसमें उसकी कोई अभिरुचि न हो। इन दोनों ही दशाओं में उसका निष्पादन संतोषजनक नहीं होगा।</p> <p><b>बुद्धि</b> -बुद्धि का मापन करने की प्रक्रिया में मनोवैज्ञानिकों को यह ज्ञात हुआ की समान बुद्धि रखने वाले व्यक्ति भी किसी विशेष क्षेत्र के ज्ञान अथवा कौशलों को भिन्न- भिन्न दक्षता के साथ अर्जित करते हैं।</p> <p>अभिक्षमता परीक्षण दो रूपों में प्राप्त होते हैं -स्वतंत्र अभिक्षमता परीक्षण तथा बहुल अभिक्षमता परीक्षण</p> <p><b>स्वतंत्र अभिक्षमता परीक्षणों के उदाहरण</b> -लिपिकीय अभिक्षमता ,यांत्रिक अभिक्षमता ,अंकिक अभिक्षमता तथा टंकण अभिक्षमता।</p> <p>बहुल अभिक्षमता परीक्षणों में एक परीक्षण माला होती है</p> <p>उदाहरण- विभेदक अभिक्षमता परीक्षण (डी.ए.टी.),सामान्य अभिक्षमता परिक्षणमाला (जी ए टी बी )</p> <p>Aptitude: It refers to special abilities in a particular field of activity. It is a combination of characteristics that indicates an individual's potential to acquire skill after training.</p>	5
----	---	---

Interest: it is a preference for a particular activity. A person may be interested in particular job or activity but may not have the aptitude for it. Similarly, a person may have the aptitude for performing a job but may not be interested in doing that. In both the situations outcome will not be the satisfactory.

Intelligence: while assessing intelligence psychologists often found that people with similar intelligence differed widely in acquiring certain knowledge or skills.

–Aptitude tests are available in two forms: independent aptitude test and multiple aptitude test

-Example of independent aptitude tests are: Clerical aptitude, Mechanical Aptitude, Numerical Aptitude and Typing aptitude tests

- multiple aptitude tests exist in the form of test batteries e.g.,  
DAT (Differential Aptitude Test)  
GATB (General Aptitude Tests Battery)

**OR**

इंटेलिजेंस टेस्ट के प्रकार इंटेलिजेंस टेस्ट कई प्रकार के होते हैं। उनकी प्रशासन प्रक्रिया के आधार पर, उन्हें व्यक्तिगत या समूह परीक्षणों के रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है। उन्हें उपयोग की जाने वाली वस्तुओं की प्रकृति के आधार पर मौखिक या प्रदर्शन परीक्षणों के रूप में भी वर्गीकृत किया जा सकता है। एक खुफिया परीक्षण किस हद तक एक संस्कृति को दूसरे पर तरजीह देता है, इसके आधार पर, इसे या तो संस्कृतिवादी या

संस्कृति-अभिनत के रूप में आंका जा सकता है। आप अपने उपयोग के उद्देश्य के आधार पर एक परीक्षण चुन सकते हैं।

**व्यक्तिगत या समूह परीक्षण** एक व्यक्तिगत परीक्षण वह है जो एक समय में एक व्यक्ति को प्रशासित किया जा सकता है। एक समूह परीक्षण एक साथ कई व्यक्तियों को प्रशासित किया जा सकता है। व्यक्तिगत परीक्षणों के लिए परीक्षण प्रशासक को विषय के साथ तालमेल स्थापित करने और परीक्षण सत्र के दौरान उसकी भावनाओं, मूड और अभिव्यक्तियों के प्रति संवेदनशील होने की आवश्यकता होती है। समूह परीक्षण, हालांकि, विषयों की भावनाओं से परिचित होने का अवसर नहीं देते हैं। व्यक्तिगत परीक्षण लोगों को मौखिक रूप से या लिखित रूप में जवाब देने या परीक्षक के निर्देशों के अनुसार वस्तुओं में हेरफेर करने की अनुमति देते हैं। समूह परीक्षण आम तौर पर लिखित उत्तर चाहते हैं, आमतौर पर एक बहु-विकल्प प्रारूप में।

**मौखिक, गैर-मौखिक, या प्रदर्शन परीक्षण** एक परीक्षण पूरी तरह से मौखिक, पूरी तरह से गैर-मौखिक या पूरी तरह से प्रदर्शन आधारित हो सकता है, या इसमें प्रत्येक श्रेणी से वस्तुओं का मिश्रण शामिल हो सकता है। मौखिक परीक्षणों के लिए विषयों को मौखिक रूप से या लिखित रूप में मौखिक प्रतिक्रिया देने की आवश्यकता होती है। इसलिए, मौखिक परीक्षण केवल साक्षर लोगों को प्रशासित किया जा सकता है। अशाब्दिक परीक्षण परीक्षण आइटम के रूप में चित्रों या चित्रों का उपयोग करते हैं। रेवेन का प्रोग्रेसिव मैट्रिसेस (आरपीएम) टेस्ट एक गैर-मौखिक परीक्षण का एक उदाहरण है। इस

परीक्षण में, विषय एक अपूर्ण पैटर्न की जांच करता है और विकल्पों में से एक आंकड़ा चुनता है जो पैटर्न को पूरा करेगा।

**संस्कृति-निष्पक्ष या संस्कृति-अभिन्न परीक्षण** -बुद्धि परीक्षण संस्कृति-निष्पक्ष या संस्कृति-पक्षपाती हो सकते हैं। कई परीक्षण उस संस्कृति के लिए पूर्वाग्रह दिखाते हैं जिसमें वे विकसित होते हैं। अमेरिका और यूरोप में विकसित परीक्षण एक शहरी और मध्यम वर्ग के सांस्कृतिक लोकाचार का प्रतिनिधित्व करते हैं। इसलिए, शिक्षित मध्यम वर्ग के सफेद विषय आम तौर पर उन परीक्षणों पर अच्छा प्रदर्शन करते हैं। आइटम एशिया और अफ्रीका के सांस्कृतिक दृष्टिकोण का सम्मान नहीं करते हैं। इन परीक्षणों के लिए मानदंड भी पश्चिमी सांस्कृतिक समूहों से तैयार किए गए हैं।

**Types of Intelligence Tests** Intelligence tests are of several types. On the basis of their administration procedure, they can be categorised as individual or group tests. They can also be classified as either verbal or performance tests on the basis of the nature of items used. Depending upon the extent to which an intelligence test favours one culture over another, it can be judged as either culture fair or culture-biased. You can choose a test depending on the purpose of your use.

**Individual or Group Tests** An individual intelligence test is one which can be administered to one person at a time. A group intelligence test can be administered to several persons simultaneously. Individual tests require the test administrator to establish a rapport with the subject and be sensitive to her/his

	<p>feelings, moods and expressions during the testing session. Group tests, however, do not allow an opportunity to be familiar with the subjects' feelings. Individual tests allow people to answer orally or in a written form or manipulate objects as per the tester's instructions. Group tests generally seek written answers usually in a multiple-choice format.</p> <p><b>Verbal, Non-Verbal, or Performance Tests</b> An intelligence test may be fully verbal, fully non-verbal or fully performance based, or it may consist of a mixture of items from each category. Verbal tests require subjects to give verbal responses either orally or in a written form. Therefore, verbal tests can be administered only to literate people. The nonverbal test use pictures or illustrations as test items. Raven's Progressive Matrices (RPM) Test is an example of a non-verbal test. In this test, the subject examines an incomplete pattern and chooses a figure from the alternatives that will complete the pattern</p> <p><b>Culture-Fair or Culture-Biased Tests</b> Intelligence tests can be culture-fair or culture-biased. Many intelligence tests show a bias to the culture in which they are developed. Tests developed in America and Europe represent an urban and middle-class cultural ethos. Hence, educated middle class white subjects generally perform well on those tests. The items do not respect the cultural perspectives of Asia and Africa. The norms for these tests are also drawn from western cultural groups.</p>	
29	<p>मानवतावादी दृष्टिकोण</p> <p>सिद्धांत मुख्य रूप से फ्रायड के सिद्धांत के जवाब में विकसित किए गए हैं। कार्ल रोजर्स और अब्राहम मास्लो ने व्यक्तित्व पर मानवतावादी दृष्टिकोण</p>	

के विकास में विशेष रूप से योगदान दिया है। हम उनके सिद्धांतों का संक्षेप में परीक्षण करेंगे।

रोजर्स द्वारा प्रस्तावित सबसे महत्वपूर्ण विचार एक पूर्णतः कार्यशील व्यक्ति का है। उनका मानना है कि पूर्णता व्यक्तित्व विकास के लिए प्रेरक शक्ति है। लोग अपनी क्षमताओं, क्षमताओं और प्रतिभाओं को यथासंभव पूर्ण रूप से व्यक्त करने का प्रयास करते हैं। व्यक्तियों में एक जन्मजात प्रवृत्ति होती है जो उन्हें अपने विरासत में मिले स्वभाव को साकार करने के लिए निर्देशित करती है।

रोजर्स मानव व्यवहार के बारे में दो बुनियादी धारणाएँ बनाते हैं। एक तो यह कि व्यवहार लक्ष्य-निर्देशित और सार्थक हो। दूसरा यह है कि लोग (जो स्वाभाविक रूप से अच्छे हैं) लगभग हमेशा अनुकूली, आत्म-वास्तविक व्यवहार चुनेंगे।

रोजर्स का सिद्धांत उनके क्लिनिक में मरीजों को सुनने के अनुभवों से विकसित हुआ। उन्होंने कहा कि उनके ग्राहकों के अनुभव में स्वयं एक महत्वपूर्ण तत्व था। इस प्रकार, उनका सिद्धांत स्वयं की अवधारणा के इर्द-गिर्द संरचित है। सिद्धांत मानता है कि लोग लगातार अपने वास्तविक स्वरूप को साकार करने की प्रक्रिया में लगे रहते हैं।

रोजर्स का सुझाव है कि प्रत्येक व्यक्ति के पास आदर्श स्व की अवधारणा भी होती है। एक आदर्श आत्म वह आत्म है जो एक व्यक्ति बनना चाहता है। जब वास्तविक स्व और आदर्श स्व के बीच पत्राचार होता है, तो व्यक्ति आमतौर पर खुश होता है। वास्तविक स्व और आदर्श स्व के बीच विसंगति का परिणाम अक्सर दुःख और असंतोष होता है। रोजर्स का मूल सिद्धांत

यह है कि लोगों में आत्म-बोध के माध्यम से आत्म-अवधारणा को अधिकतम करने की प्रवृत्ति होती है। इस प्रक्रिया में, स्वयं बढ़ता है, फैलता है और अधिक सामाजिक बनता है।

रोजर्स व्यक्तित्व विकास को एक सतत प्रक्रिया मानते हैं। इसमें स्वयं का मूल्यांकन करने और आत्म-साक्षात्कार की प्रक्रिया में महारत हासिल करना सीखना शामिल है। वह आत्म-अवधारणा के विकास में सामाजिक प्रभावों की भूमिका को पहचानते हैं। जब सामाजिक परिस्थितियाँ सकारात्मक होती हैं, तो आत्म-अवधारणा और आत्म-सम्मान ऊँचा होता है। इसके विपरीत, जब परिस्थितियाँ नकारात्मक होती हैं, तो आत्म-अवधारणा और आत्म-सम्मान कम होता है। उच्च आत्म-अवधारणा और आत्म-सम्मान वाले लोग आम तौर पर लचीले होते हैं और नए अनुभवों के लिए खुले होते हैं, ताकि वे आगे बढ़ सकें और आत्म-साक्षात्कार कर सकें।

यह स्थिति इस बात की गारंटी देती है कि लोगों की आत्म-अवधारणा की वृद्धि सुनिश्चित करने के लिए बिना शर्त सकारात्मक सम्मान का माहौल बनाया जाना चाहिए। रोजर्स द्वारा विकसित ग्राहक-केंद्रित थेरेपी मूल रूप से इस स्थिति को बनाने का प्रयास करती है।

मास्लो ने आत्म-साक्षात्कार की प्राप्ति के संदर्भ में मनोवैज्ञानिक रूप से स्वस्थ लोगों का एक विस्तृत विवरण दिया है, एक ऐसी अवस्था जिसमें लोग अपनी पूरी क्षमता तक पहुँच चुके होते हैं। मास्लो का उस व्यक्ति के प्रति आशावादी और सकारात्मक दृष्टिकोण था जिसमें प्रेम, आनंद और रचनात्मक कार्य करने की क्षमता है। मनुष्य को अपने जीवन को आकार देने और आत्म-साक्षात्कार के लिए स्वतंत्र माना जाता है। हमारे जीवन को

संचालित करने वाली प्रेरणाओं का विश्लेषण करने से आत्म-साक्षात्कार संभव हो जाता है। हम जानते हैं कि जैविक, सुरक्षा और अपनेपन की ज़रूरतें (जिन्हें उत्तरजीविता ज़रूरतें कहा जाता है) आमतौर पर जानवरों और मनुष्यों में पाई जाती हैं। इस प्रकार, किसी व्यक्ति की इन आवश्यकताओं की संतुष्टि की एकमात्र चिंता उसे जानवरों के स्तर तक गिरा देती है। मानव जीवन की वास्तविक यात्रा आत्म-सम्मान और आत्म-प्राप्ति की ज़रूरतों की खोज से शुरू होती है। मानवतावादी दृष्टिकोण जीवन के सकारात्मक पहलुओं के महत्व पर जोर देता है

### **Humanistic Approach**

The theories are mainly developed in response to Freud's theory. Carl Rogers and Abraham Maslow have particularly contributed to the development of humanistic perspective on personality. We will briefly examine their theories.

The most important idea proposed by Rogers is that of a fully functioning person. He believes that fulfilment is the motivating force for personality development. People try to express their capabilities, potentials and talents to the fullest extent possible. There is an inborn tendency among persons that directs them to actualise their inherited nature.

Rogers makes two basic assumptions about human behaviour. One is that behaviour is goal-directed and worthwhile. The second is that people (who are innately good) will almost always choose adaptive, self-actualising behaviour.

Rogers' theory grew out of his experiences of listening to patients in his clinic. He noted that self was an important element in the



experience of his clients. Thus, his theory is structured around the concept of self. The theory assumes that people are constantly engaged in the process of actualising their true self.

Rogers suggests that each person also has a concept of ideal self. An ideal self is the self that a person would like to be. When there is a correspondence between the real self and ideal self, a person is generally happy. Discrepancy between the real self and ideal self often results in unhappiness and dissatisfaction. Rogers basic principle is that people have a tendency to maximise self-concept through self-actualisation. In this process, the self grows, expands and becomes more social.

Rogers views personality development as a continuous process. It involves learning to master evaluate oneself and the process of self- actualisation. He recognises the role of social influences in the development of self-concept. When social conditions are positive, the self-concept and self-esteem are high. In contrast, when the conditions are negative, the self-concept and self-esteem are low. People with high self- concept and self-esteem are generally flexible and open to new experiences, so that they can continue to grow and self- actualise.

This situation warrants that an atmosphere of unconditional positive regard must be created in order to ensure enhancement of people's self-concept. The client-centred therapy that Rogers developed basically attempts to create this condition.

Maslow has given a detailed account of psychologically healthy people in terms of their attainment of self-actualisation, a state in which people have reached their own fullest potential. Maslow

had an optimistic and positive view of man who has the potentialities for love, joy and to do creative work. Human beings are considered free to shape their lives and to self-actualise. Self-actualisation becomes possible by analysing the motivations that govern our life. We know that biological, security, and belongingness needs (called survival needs) are commonly found among animals and human beings. Thus, an individual's sole concern with the satisfaction of these needs reduces her/ him to the level of animals. The real journey of human life begins with the pursuit of self-esteem and self-actualisation needs. The humanistic approach emphasises the significance of positive aspects of life.

**OR**

**व्यक्तित्व - विकास की अवस्थाएं :**

फ्रायड ने व्यक्तित्व के विकास की पाँच अवस्थाएं बताई हैं जिसे पाँच अवस्था सिद्धांत के नाम से जाना जाता है ।

(1 अंक )

**मौखिक अवस्था :**

गुदीय अवस्था

लैंगिक अवस्था

कामप्रसूप्ति अवस्था

जननंगीय अवस्था

सभी का वर्णन करें

(4 अंक )

	<p><b>Stages of Personality Development</b></p> <p>Freud claims that the core aspects of personality are established early, remain stable throughout life, and can be changed only with great difficulty. He proposed a five-stage theory of personality (also called psychosexual) development. Problems encountered at any stage may arrest development, and have long-term effect on a person's life. A brief description of these stages is given here</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Oral stage</li> <li>2.Anal Stage</li> <li>3.Phallic Stage</li> <li>4.Latency Stage</li> <li>5.Genital Stage</li> </ol> <p>Explain all stages</p>	
30	<p><b>मनोविदलता</b> एक एस वर्णनात्मक शब्द है जो मनस्तापी विकारों के एक समूह के लिए प्रयोग किया जाता है जिसमे व्यक्ति की चिंतन प्रक्रिया मे बाधा, विचित्र प्रत्यक्षण,अस्वाभाविक सार्वेगिक स्थितियाँ तथा पेशीय अपसामन्यता के परिणामस्वरूप उसकी व्यक्तिगत, सामाजिक और व्यावसायिक गतिविधियों में अवनति हो जाती है।</p> <p>मनोविदलता के तीन लक्षण हैं –</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• सकारात्मक लक्षण</li> <li>• नकारात्मक लक्षण</li> <li>• मनःचालित लक्षण</li> </ul> <p><b>सकारात्मक लक्षण</b> – इन लक्षणों मे व्यक्ति के व्यवहार में 'विकृत अतिशयता' तथा 'विलक्षणता का बढ़ना' पाया जाता है। मनोविदलता से ग्रसित व्यक्तियों में</p>	5

<p>भ्रमाशक्ति, असंगठित चिंतन एवं भाषा, प्रवर्धित प्रत्यक्षण और विभ्रम तथा अनुपयुक्त भाव पाए जाते हैं।</p> <p><b>1. भ्रमाशक्ति</b> - यह एक झूठा विश्वास है जो अप्रायप्त आधार पर बहुत मजबूती से टिका होता है। मनोविदलता में –</p> <p>उत्पीड़न भ्रमाशक्ति संदर्भ भ्रमाशक्ति अत्यहंमन्यता भ्रमाशक्ति नियंत्रण भ्रमाशक्ति</p> <p><b>2. औपचारिक चिंतन</b> – मनोविदलता में व्यक्ति तर्कपूर्ण ढंग से नहीं सोच सकते तथा विचित्र प्रकार से बोलते हैं</p> <p><b>3. विभ्रान्ति</b> – बिना किसी बाह्य उद्दीपक के प्रत्यक्षण करना। जैसे-श्रवण विभ्रान्ति, स्पर्शी विभ्रान्ति, दैहिक विभ्रान्ति, दृष्टि विभ्रान्ति, रस संवेदी विभ्रान्ति, घ्राण विभ्रान्ति</p> <p><b>4. अनुपयुक्त भाव</b> – मनोविदलता के रोगी स्थिति के अनुरूप संवेग प्रदर्शित नहीं करते।</p> <p><b>Schizophrenia:</b> it is the descriptive term for a group of psychotic disorders in which personal, social and occupational functioning deteriorate as a result of disturbed thought process, strange perceptions, unusual emotional states and motor abnormalities. The symptoms of schizophrenia can be grouped into three categories,</p> <p>A. Positive symptoms B. Negative symptoms C. Psychomotor symptoms</p>
--

**A. Positive symptoms:** Delusions, disorganized speech and thinking, heightened perception, hallucination and inappropriate affects are the ones most often found in schizophrenia.

**1.Delusions:** a delusion is a false belief that is firmly held on inadequate grounds

- Delusions of persecution
- Delusions of reference
- Delusions of grandeur
- Delusion of control

**2.Formal thought disorders**

Extremely difficulty in communication.

Rapidly shifting from one topic to another.

**3.Hallucinations:**

Perception that occurs in absence of external stimuli.

- Auditory hallucinations.
- Tactile hallucinations

(Explain all)

**OR**

मादक द्रव्यों से संबंधित और नशे की लत विकार नशे की लत व्यवहार, चाहे इसमें अत्यधिक कैलोरी भोजन का अत्यधिक सेवन शामिल हो जिसके परिणामस्वरूप अत्यधिक मोटापा होता है या शराब या कोकीन जैसे पदार्थों का दुरुपयोग शामिल होता है, आज समाज द्वारा सामना की जा रही सबसे गंभीर समस्याओं में से एक है। इसमें शामिल पदार्थ का लगातार उपयोग

पदार्थ से संबंधित और नशे की लत विकारों के तहत शामिल है। इन विकारों में शराब, कोकीन, तंबाकू और ओपिओइड के उपयोग और दुरुपयोग से जुड़ी समस्याएं शामिल हैं, जो लोगों के सोचने, महसूस करने और व्यवहार करने के तरीके को बदल देती हैं।

शराब जो लोग शराब का दुरुपयोग करते हैं वे नियमित रूप से बड़ी मात्रा में पीते हैं और कठिन परिस्थितियों का सामना करने में मदद करने के लिए इस पर भरोसा करते हैं। आखिरकार शराब पीना उनके सामाजिक व्यवहार और सोचने और काम करने की क्षमता में हस्तक्षेप करता है। उनके शरीर तब शराब के लिए सहिष्णुता का निर्माण करते हैं और उन्हें इस प्रभावों को महसूस करने के लिए और भी अधिक मात्रा में पीने की आवश्यकता होती है। जब वे पीना बंद कर देते हैं तो वे वापसी प्रतिक्रियाओं का भी अनुभव करते हैं। शराब लाखों परिवारों, सामाजिक संबंधों और करियर को नष्ट कर देती है। नशे में धुत वाहन चालक कई सड़क दुर्घटनाओं के लिए जिम्मेदार होते हैं। इस विकार वाले व्यक्तियों के बच्चों पर भी इसका गंभीर प्रभाव पड़ता है। इन बच्चों में मनोवैज्ञानिक समस्याओं, विशेष रूप से चिंता, अवसाद, फोबिया और पदार्थों से संबंधित विकारों की उच्च दर होती है। अत्यधिक शराब पीना शारीरिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से नुकसान पहुंचा सकता है।

Substance-Related and Addictive Disorders Addictive behaviour, whether it involves excessive intake of high calorie food resulting in extreme obesity or involving the abuse of substances such as alcohol or cocaine, is one of the most severe problems being faced by society today. consistent use of the substance involved

<p>are included under substance related and addictive disorders. These disorders include problems associated with the use and abuse of alcohol, cocaine, tobacco and opioids among others, which alter the way people think, feel and behave.</p> <p>Alcohol People who abuse alcohol drink large amounts regularly and rely on it to help them face difficult situations. Eventually the drinking interferes with their social behaviour and ability to think and work. Their bodies then build up a tolerance for alcohol and they need to drink even greater amounts to feel its effects. They also experience withdrawal responses when they stop drinking. Alcoholism destroys millions of families, social relationships and careers. Intoxicated drivers are responsible for many road accidents. It also has serious effects on the children of persons with this disorder. These children have higher rates of psychological problems, particularly anxiety, depression, phobias and substance-related disorders. Excessive drinking can seriously damage physical health.</p>	
---	--