PRODUCT INDEX

INDEX

1. MARGDARSHIKA
2. THEORY NOTES
3. UNIT WISE MCQ
4. AMRIUT BOOKLET
5. PYQ
6. TREND ANALYSIS
7. TOPPERS TOOL KIT (TTK)
8. MODEL PAPER

CLICK HERE TO GET

sample Notes/
Expert Guidance/Courier Facility Available

Download PROFESSORS ADDA APP

+91 7690022111+91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

GET BEST SELLER HARD COPY NOTES

PROFESSORS ADDA

CLICK HERE TO GET

+91 7690022111 +91 9216228788

PROFESSORS ADDA 2025

One Stop Solution for NET / JRF / A. Professor / CUET

PROFESSORS ADDA मार्गदर्शिका बुकलेट
UPDATED 2025 संस्करण

मार्गदर्शिका बुकलेट यह क्या है,

क्यो पढ़े इसे ?

- यह UGC NET के विशाल और जटिल पाठ्यक्रम को सरल बनाने वाला एक सुनियोजित रोडमैप है। यह एक गुरु के द्वारा SUBJECT मे success मार्ग को दिखाने की तरह है। आपको किसी पर निर्भर होने की जरूरत नही है ।
- इसका मुख्य लक्ष्य "क्या पढ़ें, कहाँ से शुरू करें, और कितना गहरा पढ़ें" जैसे सवालों का स्पष्ट समाधान देना है। Focus पॉइंट्स को समझाया गया है
- यह आपकी तैयारी को छोटे (manageable) हिस्सों में बाँटकर एक व्यवस्थित दिशा देती है। आजकल परीक्षा का क्या नया ट्रेंड है, वह बताती है

यह किसके लिए है?

- UGC NET, PGT,Asst Professor) की तैयारी कर रहे छात्रों के लिए उपयोगी है
- जो घर पर तैयारी कर रहे है, जो वर्किंग है, जिन्हे उचित Guidance नहीं मिल रहा है, जो वीडियो नही देखना चाहते है, उनके लिए बेहद उपयोगी है । उनके लिए One stop solution है

मुख्य विशेषताएँ और लाभ

- **लाभ :** विषय की महत्वपूर्ण अवधारणाओं, सिद्धांतों और उदाहरणों को स्पष्ट करती है।
- **समय की बचत:** आपको अनावश्यक जानकारी से बचाकर सही दिशा दिखाती है। 100% exam oriented है
- **संपूर्ण कवरेज:** सुनिश्चित करती है कि पाठ्यक्रम का कोई भी महत्वपूर्ण हिस्सा न छूटे।
- **आत्मविश्वास में वृद्धि:** एक स्पष्ट योजना होने से तैयारी को लेकर घबराहट कम होती है।

इसका सर्वोत्तम उपयोग कैसे करें?

- Most important को जरूर याद करे
- गाइड में दिए गए क्रम का पालन करें।
- प्रत्येक टॉपिक की बुनियादी बातों पर मज़बूत पकड़ बनाएं।
- पढ़ते समय ProfessorsAdda Booklets मे उन टॉपिक पर अवश्य फोकस करे
- विभिन्न अवधारणाओं के बीच संबंध स्थापित करने का प्रयास करें।
- गाइड को आधार बनाकर MCQ अभ्यास प्रश्न और पुराने प्रश्नपत्र हल करें। ProfessorsAdda MCQ + PYQ booklet मे यह सब दिया गया है जो की सम्पूर्ण, गुणवत्ता सहित updated है
- यह आपके व्यक्तिगत मार्गदर्शक (personal guide) की तरह काम करती है।

मार्गदर्शिका बुकलेट

मनोविज्ञान कैसे पढ़ें यूनिट -1

यह इकाई आपके संपूर्ण UGC NET मनोविज्ञान की तैयारी का आधार है। इसमें तीन बड़े क्षेत्र शामिल हैं: पूर्वी मनोवैज्ञानिक प्रणालियाँ, पश्चिमी मनोविज्ञान का इतिहास और भारत में मनोविज्ञान का विकास। एक बार में सब कुछ याद करने की कोशिश न करें। इसके बजाय, इसे चार अलग-अलग ब्लॉकों में रणनीतिक रूप से अपनाएँ।

खंड 1: पूर्वी आधार (प्राचीन ज्ञान, आधुनिक प्रासंगिकता)

भगवद गीता में मनोवैज्ञानिक विचारों को शामिल करता है। गीता , बौद्ध धर्म, सूफीवाद और श्री अरविंद का एकात्म योग।

- **किस पर ध्यान दें :** इन्हें धार्मिक ग्रंथों के रूप में न पढ़ें। इन्हें अलग-अलग मनोवैज्ञानिक प्रणालियों के रूप में पढ़ें। प्रत्येक परंपरा के लिए, मानव मानस के मूल मॉडल, दुख का कारण और कल्याण के मार्ग की पहचान करें।
- **बड़ा चित्र:** यहाँ मुख्य विचार यह समझना है कि पश्चिमी मनोविज्ञान से बहुत पहले, पूर्वी परंपराओं ने चेतना, आत्म, प्रेरणा, व्यक्तित्व और मानसिक स्वास्थ्य के जटिल सिद्धांत विकसित किए थे। वे एक अलग, अक्सर अधिक समग्र, प्रतिमान प्रस्तुत करते हैं।

- **महारत हासिल करने के लिए महत्वपूर्ण शब्द और अवधारणाएँ:**

- **भगवद गीता :** *धर्म* (कर्तव्य), *कर्म योग* (निःस्वार्थ कार्य), तीन *गुण* (सत्व , रज, तम), *स्थितप्रज्ञ (स्थिर मन), तथा अहंकार* और *आत्मा* के बीच का अंतर ।
- **बौद्ध धर्म:** चार *आर्य सत्य* (दुख को समझने की रूपरेखा), *अनत्ता* (अहं), *अनिच्च* (अस्थायीता), *प्रतीत्यसमुत्पाद* (आश्रित उत्पत्ति), और *सति*।
- **सूफीवाद:** *नफ्स (अहंकार/स्व)* के चरण , *कल्ब (हृदय)* की भूमिका , तथा *फना* (अहंकार का विनाश) और *बका* (ईश्वर में निर्वाह) की अवधारणाएं ।
- **एकात्म योग:** *चेतना का विकास* (अचेतन से अतिमानस तक) , *चैत्य सत्ता* (सच्ची आत्मा), तथा *त्रिविध परिवर्तन* (चैत्य, आध्यात्मिक, अतिमानसिक)।

- **परीक्षा परिप्रेक्ष्य:** प्रश्न आपकी वैचारिक स्पष्टता का परीक्षण करेंगे। मिलान संबंधी प्रश्न (जैसे, गुण का उसकी विशेषता से मिलान) या किसी परंपरा के मूल सिद्धांत की पहचान करने के लिए पूछे जाने वाले प्रश्न (जैसे, बौद्ध धर्म में *अनत्ता की अवधारणा*) की अपेक्षा करें।

खंड 2: पश्चिमी कहानी (विचारधाराएँ)

यह खंड पश्चिमी मनोविज्ञान के इतिहास को कवर करता है, इसकी ग्रीक जड़ों से लेकर प्रमुख स्कूलों तक।

- **किस पर ध्यान केंद्रित करें :** इसे क्रिया और प्रतिक्रिया की कहानी के रूप में देखें। प्रत्येक नया विचारधारा अपने पहले वाले विचारधारा की आलोचना के रूप में उभरी। समझें कि एक नया विचारधारा *क्यों* आवश्यक थी।
- **बड़ा चित्र:** मनोविज्ञान ने जिसे अपना प्राथमिक विषय माना है, उसके विकास का पता लगाएं: 'आत्मा' (दर्शन) -> 'चेतना तत्वों' (संरचनावाद) -> 'मानसिक कार्यों' (कार्यात्मकता) -> 'अचेतन' (मनोविश्लेषण) -> 'अवलोकनीय व्यवहार' (व्यवहारवाद) -> वापस 'मन/मानसिक प्रक्रियाओं' (संज्ञानात्मक क्रांति) -> 'मानव क्षमता' (मानवतावाद) -> और अंततः 'सांस्कृतिक संदर्भ' (बहुसंस्कृतिवाद) तक।

- **प्रमुख आंकड़े और "वाद" जिन पर महारत हासिल करनी है:**
  - **पायनियर्स: विल्हेम वुंड्ट** (1879, प्रथम प्रयोगशाला, संरचनावाद), **विलियम जेम्स** (कार्यात्मकतावाद, *मनोविज्ञान के सिद्धांत*)।
  - **तीन बड़े स्कूल:**
    1. **मनोविश्लेषण: सिगमंड फ्रायड** (अचेतन, इदं/अहं/परअहं, स्वप्न विश्लेषण)।
    2. **व्यवहारवाद: जॉन बी. वॉटसन** (केवल अवलोकनीय व्यवहार), **पावलोव** (शास्त्रीय कंडीशनिंग), **बी.एफ. स्किनर** (ऑपरेन्ट कंडीशनिंग, सुदृढीकरण)।
    3. **मानवतावाद: अब्राहम मास्लो** (आवश्यकताओं का पदानुक्रम, आत्म-साक्षात्कार), **कार्ल रोजर्स** (ग्राहक-केंद्रित चिकित्सा)।
  - **क्रांतियाँ:** संज्ञानात्मक **क्रांति** (चॉम्स्की, मिलर, नीसर) ने "मन" को वापस लाया। **बहुसंस्कृतिवाद को** "चौथी शक्ति" कहा जाता है, जो सांस्कृतिक संदर्भ पर जोर देती है।
- **बिन्दुओं को जोड़ना:** समझें कि व्यवहारवाद संरचनावाद द्वारा इस्तेमाल किए गए आत्मनिरीक्षण का प्रत्यक्ष अस्वीकृति था। संज्ञानात्मक क्रांति मानसिक प्रक्रियाओं का अध्ययन करने से व्यवहारवाद के इनकार की प्रत्यक्ष अस्वीकृति थी। मानवतावाद मनोविश्लेषण और व्यवहारवाद दोनों के नियतात्मक विचारों के खिलाफ एक प्रतिक्रिया थी।
- **परीक्षा परिप्रेक्ष्य:** यह "निम्नलिखित का मिलान करें" और "अभिकथन-तर्क" प्रश्नों के लिए एक हॉट ज़ोन है। निम्नलिखित के लिए कॉलम के साथ एक तालिका बनाएँ: स्कूल, मुख्य प्रस्तावक, मुख्य विचार और मुख्य विधि (उदाहरण के लिए, आत्मनिरीक्षण, मुक्त संघ, प्रयोग)।

खंड 3: भारतीय कहानी (पहचान की खोज)

में अकादमिक मनोविज्ञान के इतिहास और *भारतीय* मनोविज्ञान के निर्माण के संघर्ष का वर्णन करता है।

- **किस पर ध्यान केंद्रित करें :** यह एक अनुशासन की पहचान के संकट की समयरेखा है। औपनिवेशिक आयात से लेकर आधुनिक समय में प्रासंगिकता और प्रामाणिकता के लिए दबाव तक की कहानी का अनुसरण करें।
- **बड़ा चित्र:** कथा इस प्रकार है:
  1. **स्वतंत्रता-पूर्व:** मनोविज्ञान पश्चिम से आयातित है (वुंडटियन मॉडल)।
  2. **स्वतंत्रता के बाद:** विस्तार जारी है, लेकिन अभी भी पश्चिम की नकल ("बौद्धिक निर्भरता") जारी है।
  3. **1970 का दशक:** "प्रासंगिकता का संकट" उभरता हुै। विद्वान पूछते हैं, "हमारा मनोविज्ञान भारत की समस्याओं को संबोधित क्यों नहीं कर रहा है?"
  4. **1980 का दशक:** "स्वदेशीकरण" आंदोलन शुरू हुआ - भारतीय जड़ों से मनोविज्ञान को विकसित करने का एक सचेत प्रयास।
  5. **1990 के दशक से वर्तमान तक:** एक औपचारिक क्षेत्र के रूप में "भारतीय मनोविज्ञान" पर चल रही बहस और विकास।
- **मास्टर करने के लिए प्रमुख आंकड़े और घटनाएँ:**
  - **1916: कलकत्ता विश्वविद्यालय** में पहला मनोविज्ञान विभाग स्थापित हुआ ।
  - **एन.एन. सेनगुप्ता :** प्रथम विभाग (प्रायोगिक फोकस) के संस्थापक।
  - **गिरिन्द्रशेखर बोस:** मनोविश्लेषक, भारतीय मनोविश्लेषण सोसायटी की स्थापना (1922)।
  - **दुर्गानंद सिन्हा और जे.बी.पी. सिन्हा :** प्रमुख व्यक्ति जिन्होंने सामाजिक प्रासंगिकता और स्वदेशीकरण का समर्थन किया।
  - **औपनिवेशिक मुठभेड़ और उत्तर-उपनिवेशवाद :** इन्हें महत्वपूर्ण अवधारणाओं के रूप में समझें जो यह स्पष्ट करती हैं कि भारत में मनोविज्ञान को पहचान के संकट का सामना *क्यों करना पड़ा।*
- **परीक्षा परिप्रेक्ष्य:** प्रमुख मील के पत्थर और आंकड़ों को कालानुक्रमिक रूप से जानें। "भारत में मनोविज्ञान" (भारतीय धरती पर पश्चिमी मनोविज्ञान करना) और "भारतीय मनोविज्ञान" (भारतीय विचारों से मनोविज्ञान विकसित करना) के बीच अंतर को समझें।

खंड 4: मनोविज्ञान का 'कैसे' (प्रतिमान और ज्ञान)

यह सबसे सैद्धांतिक खंड है, जो मनोविज्ञान के पीछे विज्ञान के दर्शन से संबंधित है।

- **किस पर ध्यान केंद्रित करें :** किसी भी शोध के तीन प्रमुख आधारों को समझें: **ऑन्टोलॉजी** (हम क्या मानते हैं कि वास्तविक है?), **ज्ञानमीमांसा** (हम उस वास्तविकता के बारे में ज्ञान कैसे प्राप्त करते हैं?), और **कार्यप्रणाली** (हम उस ज्ञान को प्राप्त करने के लिए कौन से उपकरणों का उपयोग करते हैं?)।
- **बड़ी तस्वीर:** समझें कि ब्लॉक 2 में आपने जिस विचारधारा का अध्ययन किया है, वह एक विशिष्ट प्रतिमान पर आधारित है। उदाहरण के लिए, व्यवहारवाद एक **प्रत्यक्षवादी** प्रतिमान (एकल, मापनीय, वस्तुनिष्ठ वास्तविकता में विश्वास करता है) पर आधारित है। इसके विपरीत, भारतीय मनोविज्ञान की वकालत करने वाले कई लोग **सामाजिक निर्माणवादी** या **घटनात्मक** प्रतिमान (विश्वास करते हैं कि वास्तविकता व्यक्तिपरक, अनुभव की गई और सह-निर्मित है) की ओर झुक सकते हैं।
- **महारत हासिल करने के लिए महत्वपूर्ण शब्द:**
  - **प्रतिमान:** विश्वासों का एक ढांचा (थॉमस कुह्न)।
  - **प्रत्यक्षवाद:** एकल, वस्तुनिष्ठ, मापनीय वास्तविकता में विश्वास। (यह कठोर प्रयोगात्मक पद्धति का आधार है)।
  - **उत्तर-प्रत्यक्षवाद:** प्रत्यक्षवाद का एक संशोधन जो शोधकर्ता के पूर्वाग्रह को स्वीकार करता है, संभव है।
  - **सामाजिक निर्माणवाद :** यह विश्वास कि वास्तविकता सामाजिक और पारस्परिक रूप से निर्मित होती है।
- **बिंदुओं को जोड़ना:** यह खंड विधियों के पीछे के *कारणों को स्पष्ट करता है*। एक प्रत्यक्षवादी (एक सख्त व्यवहारवादी की तरह) केवल मात्रात्मक प्रयोगों पर भरोसा करेगा। एक सामाजिक निर्माणवादी गुणात्मक साक्षात्कार और प्रवचन विश्लेषण को महत्व देगा क्योंकि उनका मानना

है कि ज्ञान बातचीत में बनाया जाता है। ब्लॉक 3 में "स्वदेशीकरण" के बारे में पूरी बहस मूल रूप से प्रतिमानों के बारे में एक बहस है।

- **परीक्षा परिप्रेक्ष्य:** ये उच्च-स्तरीय वैचारिक प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रतिमान की मूल धारणा को समझने पर ध्यान केंद्रित करें। प्रश्न आपसे शोध समस्या पर प्रतिमान लागू करने के लिए कह सकते हैं।

यूनिट 1 को इन चार प्रबंधनीय खंडों में विभाजित करके, आप याद करने से वास्तविक समझ की ओर बढ़ सकते हैं, जो कि UGC NET परीक्षा में सफलता की कुंजी है।

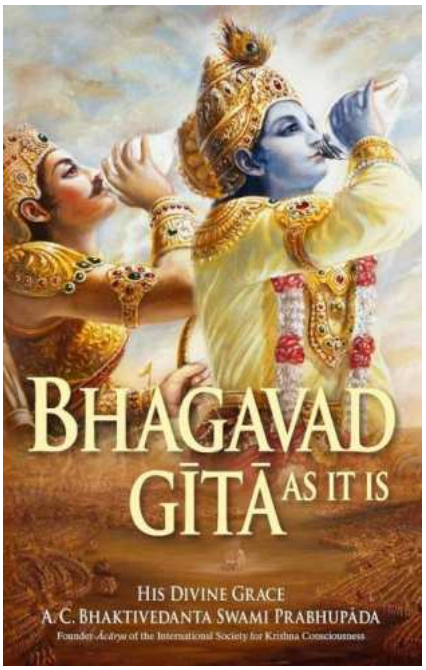
इकाई 1: मनोविज्ञान की नींव

प्रमुख पूर्वी प्रणालियों में मनोवैज्ञानिक विचार और भारत में शैक्षणिक मनोविज्ञान का विकास:

कुछ प्रमुख पूर्वी प्रणालियों में मनोवैज्ञानिक विचार

पूर्वी दर्शन और आध्यात्मिक परंपराएँ मानव मन, चेतना, आत्म, प्रेरणा और कल्याण के बारे में गहन अंतर्दृष्टि प्रदान करती हैं। सहस्राब्दियों से विकसित ये प्रणालियाँ समृद्ध वैचारिक ढाँचे प्रदान करती हैं जिन्हें उनकी मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता के लिए तेज़ी से पहचाना जा रहा है।

1.1 भगवद गीता : कर्म, कर्तव्य और आत्म-साक्षात्कार का मनोविज्ञान



भगवद गीता , एक प्रतिष्ठित हिंदू धर्मग्रंथ है, जो कुरुक्षेत्र के युद्ध के मैदान पर राजकुमार अर्जुन और भगवान कृष्ण, उनके सारथी और दिव्य मार्गदर्शक के बीच एक संवाद है । यह मानवीय दुविधाओं, प्रेरणाओं और मानसिक संतुलन और आत्म-साक्षात्कार के मार्गों की गहरी मनोवैज्ञानिक समझ प्रदान करता है।

- **मूल मनोवैज्ञानिक अवधारणाएँ:**
  - **धर्म (कर्तव्य/धार्मिक कार्य):** परिणामों की परवाह किए बिना

अपने निर्धारित कर्तव्यों को पूरा करने पर जोर। यह सफलता या असफलता से संबंधित चिंता को कम करके मानसिक स्थिरता को बढ़ावा देता है। मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण से, धर्म एक स्पष्ट व्यवहारिक ढांचा प्रदान करता है, जो अराजकता और अस्तित्वगत शून्यता को कम करता है।

- **कर्म योग (कार्य का मार्ग): निष्काम कर्म के साथ किए जाने वाले** निस्वार्थ कर्म का दर्शन। यह अवधारणा तनाव को प्रबंधित करने और समभाव बनाए रखने के लिए केंद्रीय है। यह कर्म के फल के बजाय कर्म की पवित्रता पर जोर देता है, जिससे अहंकार परिणामों से अलग हो जाता है।

- **गुण (प्रकृति के गुण):** प्रकृति तीन गुणों से बनी है :

  - **सत्व (पवित्रता, सद्भाव, ज्ञान):** स्पष्टता, ज्ञान, शांति और संतोष से जुड़ा हुआ है। मनोवैज्ञानिक रूप से, यह इष्टतम कामकाज की स्थिति का प्रतिनिधित्व करता है।

  - **राजस (गतिविधि, जुनून, लगाव):** इच्छा, बेचैनी, महत्वाकांक्षा और लगाव से जुड़ा हुआ है। यह क्रिया की ओर ले जाता है, लेकिन अगर इसे नियंत्रित न किया जाए तो यह बेचैनी और परेशानी भी पैदा कर सकता है।

  - **तमस (जड़ता, अज्ञानता, अंधकार):** सुस्ती, आलस्य, भ्रम और निष्क्रियता से जुड़ा हुआ है। मनोवैज्ञानिक जड़ता और विकास के प्रति प्रतिरोध को दर्शाता है। इन गुणों का परस्पर प्रभाव व्यक्ति के व्यक्तित्व, स्वभाव, अनुभूति, भावनाओं और व्यवहार को आकार देता है। आत्म-जागरूकता और व्यक्तिगत विकास के लिए किसी के प्रमुख गुण पैटर्न को समझना महत्वपूर्ण है।

- **स्थितप्रज्ञ (स्थिर बुद्धि वाला व्यक्ति):** गीता में वर्णित आदर्श मनोवैज्ञानिक अवस्था । स्थितप्रज्ञ की विशेषताएँ हैं:

  - सुख-दुख, सफलता-असफलता में समभाव।

  - इच्छाओं, भय और क्रोध से मुक्ति।

- इन्द्रियों पर नियंत्रण (इन्द्रियाँ)।
- दृढ़ बुद्धि और अटूट एकाग्रता। यह अवधारणा भावनात्मक विनियमन और संज्ञानात्मक स्थिरता के लिए एक मॉडल प्रदान करती है।

- **आत्मा (आत्मा):** गीता अनुभवजन्य अहंकार (अहंकार) और सच्चे आत्म (आत्मा) के बीच अंतर करती है, जो शाश्वत, अपरिवर्तनीय और ब्रह्म (परम वास्तविकता) के समान है। अहंकार और उसके क्षणिक अनुभवों के साथ पहचान करने से मनोवैज्ञानिक संकट उत्पन्न होता है। आत्म -साक्षात्कार में आत्मा की वास्तविक प्रकृति को पहचानना शामिल है।
- **मन (मनस) और बुद्धि (बुद्धि):** गीता आंतरिक मानसिक तंत्र को समझने के लिए एक रूपरेखा प्रदान करती है । मन को चंचल और उत्तेजना का स्रोत माना जाता है, जबकि बुद्धि, जब परिष्कृत होती है, तो मन को विवेक और सही कार्य की ओर निर्देशित कर सकती है।
- **संघर्ष और तनाव का प्रबंधन:** अर्जुन की शुरुआती निराशा और युद्ध से इनकार करना एक गंभीर मनोवैज्ञानिक संकट को दर्शाता है। कृष्ण की शिक्षाएँ अस्तित्वगत दुविधाओं का सामना करने, भावनात्मक उथल-पुथल को संभालने और भारी परिस्थितियों में भी ज़िम्मेदारी भरे विकल्प चुनने के लिए एक रूपरेखा प्रदान करती हैं।

- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - तनाव प्रबंधन और कार्य प्रेरणा के सिद्धांत के रूप में निष्काम कर्म पर ध्यान केंद्रित करें ।
  - व्यक्तित्व और व्यवहार के लिए तीन गुणों के मनोवैज्ञानिक निहितार्थ को समझें।
  - भारतीय परिप्रेक्ष्य से आदर्श मानसिक स्वास्थ्य पर प्रश्नों के लिए स्थितप्रज्ञ की विशेषताएं अक्सर केंद्र बिंदु होती हैं।
  - गीता में मन, बुद्धि, इन्द्रियाँ और आत्मा का प्रतिरूप दर्शाया गया है ।

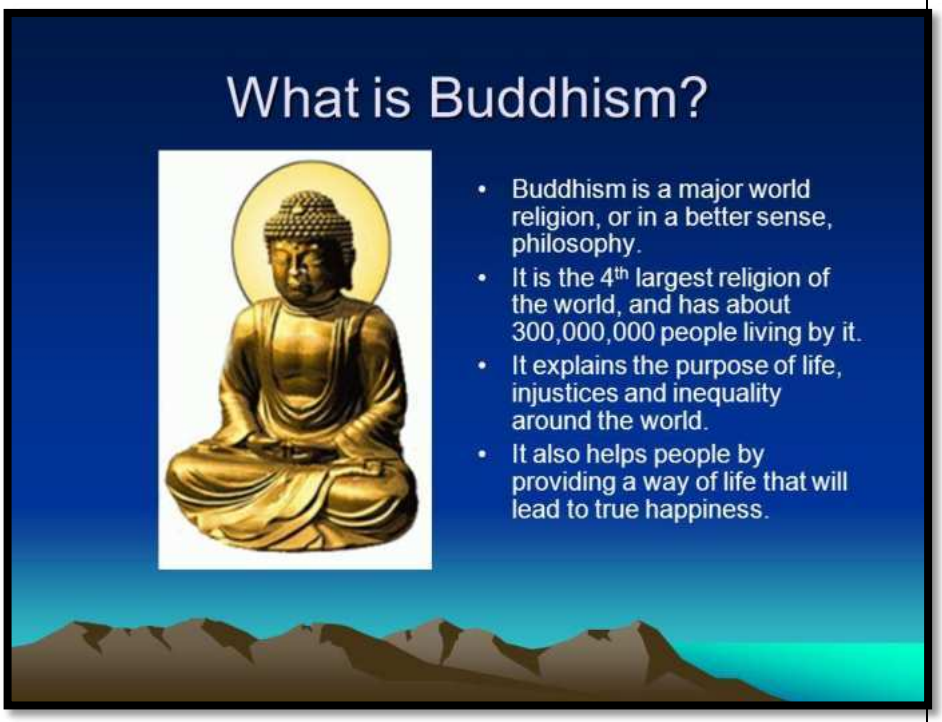
1.2 बौद्ध धर्म: दुख, अनित्यता और ज्ञानोदय का मनोविज्ञान

सिद्धार्थ गौतम (बुद्ध) द्वारा स्थापित बौद्ध धर्म, दुख की प्रकृति और उसके निवारण के मार्ग को समझने पर केंद्रित एक गहन मनोवैज्ञानिक प्रणाली प्रदान करता है।

- **मूल मनोवैज्ञानिक अवधारणाएँ:**
  - **चार आर्य सत्य:**

1. **दुख :** जीवन में स्वाभाविक रूप से दुख, असंतोष और तनाव शामिल है। यह एक मौलिक मनोवैज्ञानिक अवलोकन है।

2. **समुदाय (दुख की उत्पत्ति): दुख की उत्पत्ति** तन्ह (लालसा, इच्छा, आसक्ति) और अविद्या (वास्तविकता की वास्तविक प्रकृति की अज्ञानता) से होती है । मानसिक संकट में ये प्रमुख कारण हैं।



3. **निरोध (दुख का अंत):** लालसा और अज्ञानता को समाप्त करके दुख को समाप्त करना संभव है। यह मनोवैज्ञानिक मुक्ति की संभावना प्रदान करता है।

4. **मग्गा (दुख निरोध का मार्ग):** आर्य अष्टांगिक मार्ग इस निरोध को प्राप्त करने का मार्ग है।

अवधारणा	मूल सिद्धांत / मनोवैज्ञानिक पहलू	सहायक तथ्य / सहसंबंधी डेटा (आधुनिक शोध)
दुख	**पहला आर्य सत्य:** दुख, असंतोष, तनाव और बेचैनी की वास्तविकता संवेदनशील अस्तित्व में अंतर्निहित है। यह सिर्फ़ प्रत्यक्ष शारीरिक या मानसिक पीड़ा नहीं है, बल्कि चीज़ों को पकड़े रखने का तनाव, उम्मीदों के पूरा न होने की हताशा और बदलाव की चिंता जैसे सूक्ष्म रूप भी हैं। **मनोवैज्ञानिक पहलू:** इसमें दर्द, शोक, निराशा, चिंता, हताशा, असंतोष और जीवन और स्वयं की अस्थायी प्रकृति से उत्पन्न अस्तित्वगत पीड़ा के अनुभव शामिल हैं । यह वास्तविकता की गलतफहमी से उत्पन्न होता है, विशेष रूप से स्वयं और सुखद अनुभवों की स्थायित्व से।	**मानसिक पीड़ा की व्यापकता:** दुनिया भर में महामारी विज्ञान संबंधी अध्ययनों से चिंता विकारों, अवसाद और तनाव से संबंधित स्थितियों की उच्च दर का पता चलता है, जो मानसिक पीड़ा की सर्वव्यापकता को रेखांकित करता है। उदाहरण के लिए, विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) की रिपोर्ट है कि अवसाद वैश्विक स्तर पर विकलांगता का एक प्रमुख कारण है। **सुखवादी ट्रेडमिल:** "सुखवादी ट्रेडमिल" या "सुखवादी अनुकूलन" पर मनोवैज्ञानिक शोध बौद्ध विचार का समर्थन करता है कि उपलब्धियाँ और संपत्तियाँ केवल अस्थायी खुशी प्रदान करती हैं, और व्यक्ति खुशी के आधारभूत स्तर पर वापस लौट आते हैं, जिससे अक्सर नई उत्तेजनाओं की निरंतर खोज होती है।
	दूसरा आर्य सत्य (समुदाय): दुख की उत्पत्ति लालसा (तन्हा), आसक्ति, घृणा और वास्तविकता की वास्तविक प्रकृति (अस्थायित्व, अ-स्व) के प्रति अज्ञानता (अविज्जा) में निहित है। लालसा कामुक सुख, अस्तित्व या गैर-अस्तित्व के लिए हो सकती है। **मनोवैज्ञानिक पहलू:** विनाशकारी इच्छाएँ, सुखद अनुभवों से चिपके रहना, अप्रिय अनुभवों से घृणा करना, और स्वयं और वास्तविकता की बुनियादी गलतफहमी मानसिक उथल-पुथल का कारण बनती है। इसमें संज्ञानात्मक पूर्वाग्रह और भावनात्मक	**लगाव सिद्धांत:** मनोवैज्ञानिक अध्ययनों से पता चलता है कि असुरक्षित लगाव शैली, जिसमें निकटता की अत्यधिक लालसा या अंतरंगता से बचने की विशेषता होती है, अधिक मनोवैज्ञानिक संकट से जुड़ी होती है। **संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी (सीबीटी):** सीबीटी सिद्धांत इस बात को समझने के साथ संरेखित होते हैं कि कैसे विचार (अक्सर गलतफहमी या "अज्ञानता" में निहित) और लालसा/घृणा भावनात्मक पीड़ा में योगदान करते हैं। अनुपयुक्त विचार पैटर्न और व्यवहार की पहचान करना और उन्हें संशोधित करना सीबीटी का एक मुख्य घटक है। **इच्छा का**

	प्रतिक्रिया शामिल हैं।	**तंत्रिका विज्ञान:** मस्तिष्क इमेजिंग अध्ययन वांछित वस्तुओं या अनुभवों के संकेतों के जवाब में इनाम मार्गों (जैसे, डोपामाइन को शामिल करना) की एक मजबूत सक्रियता दिखाते हैं, जो लालसा के जैविक आधार को उजागर करता है। जब इच्छाएँ पूरी नहीं होती हैं तो पुरानी सक्रियता व्यसनी व्यवहार और पीड़ा का कारण बन सकती है।
अनित्यता (अनिच्चा)	**मुख्य सिद्धांत:** सभी वातानुकूलित घटनाएँ, बिना किसी अपवाद के, निरंतर परिवर्तनशील, उत्पन्न, परिवर्तित और समाप्त होने की स्थिति में हैं। यह भौतिक संपत्ति, रिश्तों, भौतिक शरीर, विचारों, भावनाओं और यहाँ तक कि चेतना पर भी लागू होता है। **मनोवैज्ञानिक पहलू:** नश्वरता का विरोध या अस्वीकार करना दुख का एक प्रमुख स्रोत है। नुकसान के बारे में चिंता, मृत्यु का डर, और लगातार बदलती दुनिया में स्वयं की स्थिर भावना को बनाए रखने का संघर्ष प्रत्यक्ष परिणाम हैं। नश्वरता को स्वीकार करने से अलगाव (उदासीनता नहीं), कम चिंता, और वर्तमान क्षण के लिए अधिक प्रशंसा हो सकती है।	**अस्तित्ववादी मनोविज्ञान:** यह क्षेत्र इस बात का पता लगाता है कि नश्वरता और नश्वरता के बारे में जागरूकता मानव मनोविज्ञान को किस प्रकार प्रभावित करती है, जिससे प्रायः चिंता उत्पन्न होती है, लेकिन सम्भवतः यह अधिक प्रामाणिक और सार्थक जीवन की ओर भी ले जाती है। **माइंडफुलनेस रिसर्च:** बौद्ध धर्म के केंद्र में माइंडफुलनेस मेडिटेशन जैसी प्रथाएं विचारों और भावनाओं की क्षणभंगुर प्रकृति के बारे में जागरूकता पैदा करती हैं। माइंडफुलनेस-आधारित तनाव न्यूनीकरण (MBSR) और माइंडफुलनेस-आधारित संज्ञानात्मक थेरेपी (MBCT) पर किए गए अध्ययनों से चिंतन (विचारों से चिपके रहना) और भावनात्मक प्रतिक्रिया में कमी दिखाई देती है, जिसे नश्वरता की बेहतर समझ और स्वीकृति से जोड़ा जा सकता है। **दीर्घकालिक अध्ययन:** समय के साथ व्यक्तियों पर नज़र रखने वाले अध्ययन व्यक्तित्व, दृष्टिकोण और जीवन परिस्थितियों में लगातार बदलाव दिखाते हैं, जो व्यक्तिगत स्तर पर नश्वरता की अवधारणा

		का अनुभवजन्य रूप से समर्थन करते हैं।
आत्मज्ञान (निर्वाण / बोधि)	**तीसरा आर्य सत्य (निरोध):** दुख का निवारण संभव है। यह निर्वाण है, मुक्ति की अवस्था जिसमें लालसा, घृणा और अज्ञानता का शमन होता है। बोधि का अर्थ है जागृत समझ। **मनोवैज्ञानिक पहलू:** गहन मानसिक शांति, समता, ज्ञान (प्रज्ञा), करुणा (करुणा) और दुख के चक्र से मुक्ति की स्थिति। इसमें परिप्रेक्ष्य में आमूलचूल परिवर्तन, वास्तविकता की सच्ची प्रकृति और अस्तित्व की निस्वार्थ प्रकृति (अनत्ता) को समझना शामिल है। यह विनाश नहीं बल्कि चेतना का रूपांतरण है।	**न्यूरोप्लास्टिसिटी और ध्यान:** आत्मज्ञान के लिए एक महत्वपूर्ण मार्ग, दीर्घकालिक ध्यान अभ्यास, मस्तिष्क में संरचनात्मक और कार्यात्मक परिवर्तन लाने में सक्षम पाया गया है। अनुभवी ध्यानियों पर किए गए अध्ययनों से पता चलता है कि ध्यान, भावनात्मक विनियमन (जैसे, प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स, इंसुला), और आत्म-जागरूकता से जुड़े क्षेत्रों में ग्रे मैटर घनत्व में वृद्धि हुई है , और एमिग्डाला (डर और तनाव से संबंधित) में गतिविधि में कमी आई है। **कल्याण और सामाजिक व्यवहार:** शोध से पता चलता है कि बौद्ध सिद्धांतों (जैसे प्रेम-दया ध्यान) से प्राप्त अभ्यास सकारात्मक भावनाओं, सहानुभूति, करुणा और सामाजिक व्यवहार को बढ़ा सकते हैं, जो कि एक प्रबुद्ध मन से जुड़े सभी गुण हैं। **प्रवाह की अवस्थाएं और चरम अनुभव:** यद्यपि निर्वाण के समान नहीं, लेकिन मैस्लो और सिक्सजेंटमिहाली जैसे मनोवैज्ञानिकों द्वारा वर्णित "प्रवाह" (किसी क्रियाकलाप में पूर्ण लीनता) और "चरम अनुभव" (गहन आनंद और समझ के क्षण) जैसी मनोवैज्ञानिक अवधारणाएं , ध्यान की अवस्थाओं और ज्ञान प्राप्ति के मार्ग पर अंतर्दृष्टि, जैसे कि गहन एकाग्रता और आत्म-उत्कर्ष की भावना, के वर्णनों के साथ कुछ घटनात्मक समानताएं साझा करती हैं।
	चौथा आर्य सत्य (मग्ग): दुख निरोध का मार्ग	**माइंडफुलनेस और मेडिटेशन कार्यक्रमों की**

	आर्य अष्टांगिक मार्ग है, जिसमें सही समझ, सही विचार, सही वाणी, सही कर्म, सही आजीविका, सही प्रयास, सही स्मृति और सही एकाग्रता शामिल हैं। **मनोवैज्ञानिक पहलू: यह मानसिक प्रशिक्षण और अच्छे गुणों को विकसित करने के लिए एक व्यावहारिक और नैतिक मार्गदर्शिका प्रदान करता है। इसमें** ध्यान जैसी प्रथाओं के माध्यम से ज्ञान, नैतिक आचरण और मानसिक अनुशासन विकसित करना शामिल है ।	**प्रभावकारिता:** कई अध्ययनों ने तनाव, चिंता, अवसाद, पुराने दर्द को कम करने और भावनात्मक विनियमन, ध्यान और समग्र कल्याण में सुधार के लिए माइंडफुलनेस और मेडिटेशन-आधारित हस्तक्षेपों (जैसे, एमबीएसआर, एमबीसीटी, करुणा संवर्धन प्रशिक्षण) की प्रभावशीलता को मान्य किया है। ये कार्यक्रम अक्सर आर्य अष्टांगिक मार्ग के तत्वों को शामिल करते हैं, विशेष रूप से सही माइंडफुलनेस और सही एकाग्रता। < **सकारात्मक मनोविज्ञान:** यह क्षेत्र मानव उत्कर्ष पर केंद्रित है और सकारात्मक मानसिक अवस्थाओं और गुणों को विकसित करने के बौद्ध उद्देश्य से जुड़ा हुआ है। सकारात्मक मनोविज्ञान में अनुसंधान कृतज्ञता, दया और नैतिक जीवन जैसी प्रथाओं के लाभों का समर्थन करता है, जो अष्टांगिक मार्ग का अभिन्न अंग हैं।

- **आर्य अष्टांगिक मार्ग:** नैतिक आचरण, मानसिक अनुशासन और ज्ञान के लिए एक व्यावहारिक मार्गदर्शिका।
  - **प्रज्ञा :** सही समझ, सही विचार। (संज्ञानात्मक पहलू)
  - **नैतिक आचरण (शील):** सही भाषण, सही कार्य, सही आजीविका। (व्यवहार संबंधी पहलू)
  - **मानसिक अनुशासन (समाधि):** सही प्रयास, सही ध्यान, सही एकाग्रता। (ध्यान और भावनात्मक विनियमन पहलू)
- **अनत्ता (स्वयं नहीं/स्वयं नहीं):** एक मुख्य सिद्धांत जो कहता है कि कोई स्थायी, अपरिवर्तनीय, स्वतंत्र स्व या आत्मा नहीं है। जिसे हम "स्वयं" के रूप में देखते हैं वह लगातार बदलती

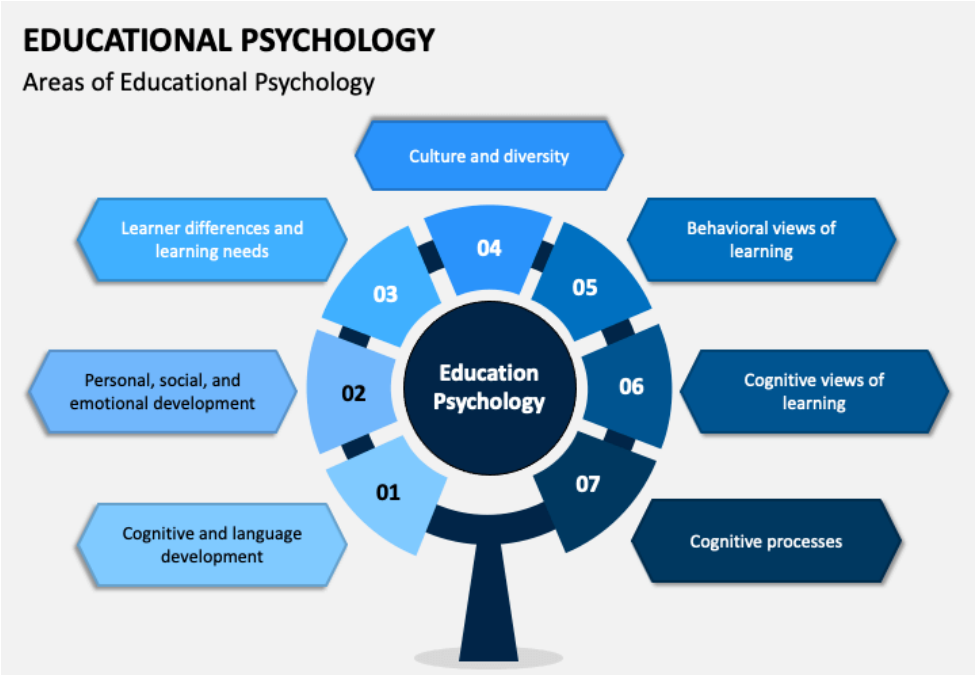
शारीरिक और मानसिक प्रक्रियाओं (स्कंध : रूप, भावना, धारणा, मानसिक संरचना, चेतना) का एक समुच्चय है। अनत्ता को समझने से अहंकारी चिंताओं से अलग होने में मदद मिलती है और दुख कम होता है।

- **अनिच्चा (अस्थायित्व):** सभी वातानुकूलित घटनाएँ निरंतर परिवर्तनशील अवस्था में रहती हैं। अस्थायित्व को पहचानने से आसक्ति कम करने और स्वीकृति को बढ़ावा देने में मदद मिलती है।
- **प्रतीत्यसमुत्पाद (आश्रित उत्पत्ति):** सभी घटनाएँ कारणों और परिस्थितियों पर निर्भर होकर उत्पन्न होती हैं। कोई भी चीज़ स्वतंत्र रूप से अस्तित्व में नहीं रहती। यह अवधारणा मानसिक अवस्थाओं और अनुभवों के परस्पर संबंध को स्पष्ट करती है।
- **माइंडफुलनेस (सती):** किसी खास तरीके से ध्यान देना: उद्देश्यपूर्ण, वर्तमान क्षण में और बिना किसी निर्णय के। माइंडफुलनेस अभ्यास (जैसे, विपश्यना ध्यान) आत्म-जागरूकता, भावनात्मक विनियमन और अंतर्दृष्टि विकसित करने के लिए महत्वपूर्ण हैं। आधुनिक मनोविज्ञान ने माइंडफुलनेस-आधारित हस्तक्षेपों को बड़े पैमाने पर अपनाया है।
- **चेतना (विज्ञान): बौद्ध धर्म चेतना और मानसिक कारकों (** चेतसिक) का विस्तृत वर्गीकरण प्रदान करता है । अभिधम्म साहित्य, विशेष रूप से, मन की स्थितियों का सूक्ष्म विश्लेषण प्रस्तुत करता है।
- **कर्म:** क्रियाएँ (शारीरिक, मौखिक, मानसिक) परिणाम देती हैं। अच्छे कर्म (कुशल) सकारात्मक परिणाम और आध्यात्मिक प्रगति की ओर ले जाते हैं, जबकि बुरे कर्म (अकुशल) दुख की ओर ले जाते हैं।

- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - चार आर्य सत्य एक निदानात्मक और उपचारात्मक ढांचे के रूप में।
  - आर्य अष्टांगिक मार्ग के तीन घटक और उनकी मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता।
  - अनत्ता , अनिच्च और दुक्ख को अस्तित्व के तीन चिह्न (तिलक्खन) के रूप में जाना जाता है।

- बौद्ध मनोविज्ञान में माइंडफुलनेस (सती) की भूमिका और इसके आधुनिक अनुप्रयोग (एमबीएसआर, एमबीसीटी)।
- स्थायी आत्म के भ्रम के स्पष्टीकरण के रूप में स्कंधों (समुच्चयों) की अवधारणा ।
- ध्यान के विभिन्न प्रकारों के बीच अंतर (जैसे, समाथा - शांति; विपश्यना - अंतर्दृष्टि)।

भारत में शैक्षणिक मनोविज्ञान



भारत में एक औपचारिक शैक्षणिक विषय के रूप में मनोविज्ञान का विकास इसके औपनिवेशिक अतीत, सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भ तथा प्रासंगिकता और विशिष्ट पहचान की निरंतर खोज से काफी प्रभावित हुआ है।

भारत में शैक्षणिक मनोविज्ञान में प्रमुख मील के पत्थरों की समयरेखा:

वर्ष	मील का पत्थर	महत्व	प्रमुख हस्तियाँ/संस्थाएँ
20वीं सदी की शुरुआत (स्वतंत्रता-पूर्व)			
1905	प्रयोगात्मक मनोविज्ञान के लिए पहला पाठ्यक्रम तैयार किया गया तथा कलकत्ता विश्वविद्यालय में प्रदर्शन प्रयोजनों के लिए एक प्रयोगशाला स्थापित की गई।	यह भारत में अकादमिक मनोवैज्ञानिक अध्ययन की औपचारिक शुरुआत है, जो पश्चिमी (वुंडटियन) प्रयोगात्मक परंपराओं से काफी प्रभावित है।	डॉ. ब्रोजेन्द्रा नाथ सील, कलकत्ता विश्वविद्यालय
1916	कलकत्ता विश्वविद्यालय में प्रायोगिक मनोविज्ञान का पहला विभाग स्थापित	अनुसंधान गतिविधियों के लिए आधार तैयार करेगा ।	डॉ. नरेन्द्र नाथ सेनगुप्ता (एनएन सेन गुप्ता)

	किया गया।		
1922	कलकत्ता में भारतीय मनोविश्लेषण सोसायटी की स्थापना हुई।	भारत में मनोविश्लेषणात्मक विचारधारा का परिचय और प्रचार-प्रसार, प्रयोगात्मक मनोविज्ञान के लिए एक वैकल्पिक परिप्रेक्ष्य प्रस्तुत करना।	डॉ. गिरीन्द्र शेखर बोस
1923	भारतीय विज्ञान कांग्रेस में मनोविज्ञान को एक अलग अनुभाग के रूप में शामिल किया गया।	भारत में मनोविज्ञान को एक वैज्ञानिक विषय के रूप में आधिकारिक मान्यता।	एनएन सेन गुप्ता
1924	भारतीय मनोवैज्ञानिक संघ (आईपीए) की स्थापना की गई।	मनोवैज्ञानिकों के लिए राष्ट्रीय स्तर पर व्यावसायिक निकाय की स्थापना, सहयोग और सामुदायिक भावना को बढ़ावा देना।	
1925	*भारतीय मनोविज्ञान जर्नल का* शुभारंभ किया गया।	भारत में पहली मनोविज्ञान पत्रिका, जो स्वदेशी शोध को प्रकाशित करने के लिए एक मंच प्रदान करती है।	भारतीय मनोवैज्ञानिक संघ
1929	एनएन सेन गुप्ता और राधाकमल मुकर्जी ने *सामाजिक मनोविज्ञान का परिचय* प्रकाशित किया ।	इसे सामाजिक मनोविज्ञान पर पहली भारतीय पाठ्यपुस्तक माना जाता है। एनएन सेन गुप्ता ने लखनऊ विश्वविद्यालय में दर्शनशास्त्र पाठ्यक्रम में मनोविज्ञान को भी शामिल किया है ।	एनएन सेन गुप्ता, राधाकमल मुखर्जी
1938	कलकत्ता विश्वविद्यालय में अनुप्रयुक्त मनोविज्ञान विभाग की स्थापना की गई।	मनोवैज्ञानिक अध्ययनों का व्यावहारिक अनुप्रयोगों में विस्तार।	कलकत्ता विश्वविद्यालय
1940 के दशक	अन्य विश्वविद्यालयों में मनोविज्ञान	भारत भर में मनोविज्ञान शिक्षा	मद्रास विश्वविद्यालय

	विभागों की स्थापना।	का क्रमिक विस्तार।	(1943, डॉ. जीडी बोअज़), पटना विश्वविद्यालय (1946, एचपी मैती)
स्वतंत्रता के बाद का युग			
1949	भारत सरकार के रक्षा मंत्रालय द्वारा स्थापित मनोवैज्ञानिक अनुसंधान विंग।	रक्षा-संबंधी अनुसंधान और चयन में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग।	भारत सरकार
1950 के दशक	पश्चिमी मनोवैज्ञानिक मॉडलों का प्रभाव जारी है, लेकिन सामाजिक-सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक मनोविज्ञान की आवश्यकता के बारे में जागरूकता बढ़ रही है।	भारतीय सामाजिक मुद्दों के समाधान की ओर रुख।	
1950	पुणे विश्वविद्यालय में प्रायोगिक मनोविज्ञान विभाग की स्थापना की गई ।	प्रयोगात्मक मनोविज्ञान का आगे विकास.	प्रो. वी.के. कोथुरकर
1950 के मध्य	गार्डनर मर्फी का सांप्रदायिक हिंसा पर यूनेस्को द्वारा प्रायोजित शोध।	सामाजिक रूप से प्रासंगिक मुद्दों पर भारतीय मनोवैज्ञानिकों के बीच अनुसंधान रुचि को बढ़ावा दिया।	गार्डनर मर्फी, विभिन्न भारतीय मनोवैज्ञानिक
1955	अखिल भारतीय मानसिक स्वास्थ्य संस्थान (अब निम्हान्स) की स्थापना बंगलौर में की गई।	नैदानिक मनोविज्ञान प्रशिक्षण और मानसिक स्वास्थ्य अनुसंधान को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण कदम।	निम्हांस, बैंगलोर
1956	विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यूजीसी) का गठन किया गया।	यूजीसी फंड की उपलब्धता के कारण विश्वविद्यालयों में मनोविज्ञान विभागों की स्थापना हुई। 1960 के दशक के अंत तक, लगभग 32	यूजीसी

		विश्वविद्यालयों में मनोविज्ञान विभाग थे।	
1960 के दशक	भारतीय सामाजिक मुद्दों को संबोधित करते हुए समस्या-उन्मुख अनुसंधान की ओर रुख करें। ग्रामीण और सामाजिक मनोविज्ञान, परीक्षण निर्माण, औद्योगिक मनोविज्ञान और मार्गदर्शन जैसे क्षेत्रों पर ध्यान केंद्रित करें।	भारतीय संदर्भ में मनोवैज्ञानिक अनुसंधान की प्रासंगिकता बढ़ी।	विश्वविद्यालय के विभिन्न विभाग
1962	मानसिक रोग अस्पताल, रांची की स्थापना (अब केंद्रीय मनोचिकित्सा संस्थान)।	मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं और अनुसंधान का विस्तार।	
1964	दिल्ली विश्वविद्यालय में मनोविज्ञान विभाग एक स्वतंत्र विभाग के रूप में स्थापित किया गया।	प्रमुख विश्वविद्यालयों में एक विशिष्ट शैक्षणिक विषय के रूप में मनोविज्ञान का विकास।	प्रोफेसर एचसी गांगुली , दिल्ली विश्वविद्यालय
1964	*इंडियन जर्नल ऑफ एप्लाइड साइकोलॉजी* का शुभारंभ किया गया।	अनुप्रयोग पर ध्यान केन्द्रित करते हुए अनुसंधान प्रकाशित करने का एक और अवसर।	मद्रास मनोविज्ञान सोसायटी
1968	इंडियन एसोसिएशन ऑफ क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट्स (आईएसीपी) की स्थापना की गई।	नैदानिक मनोवैज्ञानिकों के लिए व्यावसायिक संगठन।	
1968	भारतीय सामाजिक विज्ञान अनुसंधान परिषद (आई.सी.एस.एस.आर.) की स्थापना की गई।	मनोविज्ञान सहित सामाजिक विज्ञान अनुसंधान के लिए वित्त पोषण और सहायता प्रदान की।	भारत सरकार
20वीं सदी का उत्तरार्ध - स्वदेशीकरण की ओर			
1970 के दशक के	मनोविज्ञान के स्वदेशीकरण पर बढ़ता	पश्चिमी मॉडलों का	दुर्गानंद सिन्हा एवं अन्य

अंत में	जोर।	आलोचनात्मक मूल्यांकन तथा सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक सिद्धांतों और विधियों के विकास पर जोर।	
1980 के दशक	भारतीय परंपराओं और सामाजिक-सांस्कृतिक वास्तविकताओं में निहित मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोणों के स्वदेशीकरण और विकास के लिए निरंतर प्रयास।	एक ऐसा मनोविज्ञान सृजित करने का प्रयास जो भारतीय लोकाचार के साथ अधिक संरेखित हो।	
1986	दुर्गानंद सिन्हा की पुस्तक "साइकोलॉजी इन ए थर्ड वर्ल्ड कंट्री: द इंडियन एक्सपीरियंस" प्रकाशित हुई।	यह भारत में इतिहास का पता लगाने और प्रासंगिक मनोविज्ञान की वकालत करने वाला एक ऐतिहासिक कार्य है।	दुर्गानंद सिन्हा
1989	राष्ट्रीय मनोविज्ञान अकादमी (एनएओपी) भारत की स्थापना की गई।	भारत में मनोवैज्ञानिकों के लिए एक और महत्वपूर्ण पेशेवर निकाय।	
21वीं सदी - एकीकरण और नई दिशाएँ			
-2000	स्वदेशी ज्ञान प्रणालियों और दर्शन से प्रेरित होकर "भारतीय मनोविज्ञान" का एक अलग क्षेत्र के रूप में उदय।	पारंपरिक भारतीय विचार को समकालीन मनोवैज्ञानिक विज्ञान के साथ एकीकृत करने में नवीन रुचि।	के. रामकृष्ण राव , गिरीश्वर मिश्रा , एवं अन्य
2002	पांडिचेरी में भारतीय मनोविज्ञान पर घोषणापत्र जारी किया गया।	भारतीय परम्पराओं में निहित मनोविज्ञान को विकसित करने तथा समकालीन मुद्दों पर इसके अनुप्रयोग का आह्वान।	150 से अधिक मनोवैज्ञानिकों का समूह
उपस्थित	विविध क्षेत्रों में मनोविज्ञान का निरंतर विस्तार: नैदानिक, परामर्श, संगठनात्मक, शैक्षिक, स्वास्थ्य,	भारत में मनोविज्ञान एक जीवंत और विकासशील शैक्षणिक और व्यावसायिक क्षेत्र	अनेक विश्वविद्यालय, अनुसंधान संस्थान और व्यावसायिक संगठन

	तंत्रिका मनोविज्ञान, आदि। अनुसंधान, अनुप्रयोग और समकालीन सामाजिक चुनौतियों के समाधान पर बढ़ता ध्यान।	है।	

2.1 स्वतंत्रता-पूर्व युग (1900 के दशक की शुरुआत - 1947): औपनिवेशिक छाप

भारत में अकादमिक मनोविज्ञान की शुरूआत एक औपनिवेशिक उद्यम था, जो इस अनुशासन के पश्चिमी (मुख्य रूप से ब्रिटिश और बाद में अमेरिकी) मॉडलों से काफी प्रभावित था।

- **शुरुआत:**
  - **1905:** कलकत्ता विश्वविद्यालय में दर्शनशास्त्र के पाठ्यक्रम में मनोविज्ञान पर शोधपत्र शामिल किए गए। दार्शनिक सर ब्रजेंद्रनाथ सील को पहला पाठ्यक्रम तैयार करने का श्रेय दिया जाता है।
  - **1916:** कलकत्ता विश्वविद्यालय में मनोविज्ञान का पहला विभाग स्थापित किया गया। यह एक ऐतिहासिक वर्ष है। डॉ. एन.एन. सेनगुप्ता , जिन्होंने हार्वर्ड में ह्यूगो मुंस्टरबर्ग (विलहेम वुंड्ट के छात्र) के अधीन प्रशिक्षण प्राप्त किया था, इसके पहले अध्यक्ष थे और उन्हें अक्सर भारत में आधुनिक मनोविज्ञान का संस्थापक माना जाता है।
  - प्रारंभिक शोध उस समय पश्चिमी मनोविज्ञान के प्रमुख क्षेत्रों पर केंद्रित था: प्रयोगात्मक मनोविज्ञान, मानसिक परीक्षण और मनोभौतिकी।
- **प्रमुख संस्थान और आंकड़े:**
  - **कलकत्ता विश्वविद्यालय:** अग्रणी संस्थान। एन.एन. सेनगुप्ता ने प्रयोगात्मक तरीकों पर जोर दिया। गिरिन्द्र सेनगुप्ता के बाद पदभार संभालने वाले शेखर बोस एक मनोविश्लेषक थे और उन्होंने मनोविश्लेषण को भारतीय चिंतन के साथ एकीकृत करने का उल्लेखनीय प्रयास

किया। उन्होंने 1922 में भारतीय मनोविश्लेषण सोसायटी की स्थापना की और सिगमंड फ्रायड के साथ पत्राचार किया।

- **मैसूर विश्वविद्यालय:** दूसरा मनोविज्ञान विभाग 1924 में एम.वी. गोपालस्वामी द्वारा स्थापित किया गया , जिन्होंने लंदन में प्रशिक्षण प्राप्त किया था और मानसिक परीक्षण और बाल मार्गदर्शन पर ध्यान केंद्रित किया था।
- **पटना विश्वविद्यालय:** 1940 के दशक में स्थापित विभाग।

- **प्रमुख प्रभाव और विशेषताएं:**
  - **पश्चिमी सैद्धांतिक मॉडल:** संरचनावाद, कार्यात्मकतावाद, व्यवहारवाद और मनोविश्लेषण को आयातित किया गया और पढ़ाया गया।
  - **प्रयोगात्मक तरीकों पर जोर:** वुंडटियन परंपरा का अनुसरण करते हुए , प्रारंभिक भारतीय मनोवैज्ञानिकों ने प्रयोगशाला प्रयोगों पर जोर दिया।
  - **मानसिक परीक्षण आंदोलन:** भारतीय जनसंख्या के लिए बुद्धि और योग्यता परीक्षणों को अनुकूलित करने और विकसित करने में महत्वपूर्ण रुचि, अक्सर शैक्षिक और व्यावसायिक मार्गदर्शन के लिए।
  - **सीमित दायरा:** अनुसंधान में प्रायः पश्चिमी अध्ययनों को दोहराया गया तथा स्वदेशी मुद्दों को संबोधित करने या भारतीय दार्शनिक-मनोवैज्ञानिक परंपराओं को एकीकृत करने का बहुत कम प्रयास किया गया।
  - **भाषाई बाधा:** अंग्रेजी शिक्षण और अनुसंधान का माध्यम थी, जिससे व्यापक पहुंच और स्वदेशी वैचारिक विकास सीमित हो गया।
  - **प्रासंगिकता का अभाव:** पढ़ाए गए और शोध किए गए मनोविज्ञान का भारत की सामाजिक वास्तविकताओं और सांस्कृतिक संदर्भ से न्यूनतम संबंध था।
- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**

- 1916: कलकत्ता विश्वविद्यालय में प्रथम मनोविज्ञान विभाग की स्थापना।
- प्रमुख व्यक्ति: एन.एन. सेनगुप्ता (प्रायोगिक मनोविज्ञान), गिरिन्द्र शेखर बोस (मनोविश्लेषण, भारतीय मनोविश्लेषण सोसायटी 1922)।
- प्रारंभिक फोकस: प्रायोगिक मनोविज्ञान, मानसिक परीक्षण।
- पश्चिमी मॉडलों और तरीकों का प्रभुत्व।

2.2 स्वतंत्रता के बाद का युग (1947 - 1960 का दशक): विस्तार और निरंतर पश्चिमी रुझान

भारत को स्वतंत्रता मिलने के बाद, मनोविज्ञान सहित उच्च शिक्षा में विस्तार हुआ। हालाँकि, यह अनुशासन मुख्य रूप से औपनिवेशिक काल के दौरान स्थापित पद्धति के अनुसार ही जारी रहा।

- **विभागों का विस्तार:** कई नए विश्वविद्यालयों ने मनोविज्ञान विभाग स्थापित किए।
- **अमेरिकी मनोविज्ञान का प्रभाव:** स्वतंत्रता के बाद, अमेरिकी मनोविज्ञान, व्यवहारवाद, मनोमापन और मात्रात्मक तरीकों पर अपने जोर के साथ, ब्रिटिश मनोविज्ञान की तुलना में अधिक प्रभावशाली हो गया।
- **फोकस क्षेत्र:**
  - **नैदानिक मनोविज्ञान:** 1954 में बैंगलोर में अखिल भारतीय मानसिक स्वास्थ्य संस्थान (अब NIMHANS) जैसी संस्थाओं की स्थापना के साथ ही इसे महत्व मिलना शुरू हुआ।
  - **मनोवैज्ञानिक परीक्षण:** चयन, मार्गदर्शन और नैदानिक मूल्यांकन के लिए परीक्षण निर्माण, अनुकूलन और सत्यापन पर निरंतर ध्यान केंद्रित करना।
  - **औद्योगिक मनोविज्ञान:** उद्योगों के विकास के साथ उभरा, कार्मिक चयन और दक्षता पर ध्यान केंद्रित किया।

- **प्रायोगिक और सामाजिक मनोविज्ञान:** अनुसंधान जारी रहा, अक्सर पश्चिमी अध्ययनों की नकल की गई।

- **जारी चुनौतियाँ:**
  - **सैद्धांतिक दासता:** भारतीय संदर्भ में उनकी प्रयोज्यता के आलोचनात्मक मूल्यांकन के बिना पश्चिमी सिद्धांतों और रूपरेखाओं पर भारी निर्भरता।
  - **पद्धतिगत एक- आयामीता:** मात्रात्मक, अनुभवजन्य तरीकों को प्राथमिकता दी जाती है, तथा अक्सर गुणात्मक और स्वदेशी दृष्टिकोणों की उपेक्षा की जाती है।
  - **सामाजिक प्रासंगिकता का अभाव:** शोध विषय अक्सर गूढ़ होते थे और नव स्वतंत्र राष्ट्र की ज्वलंत सामाजिक समस्याओं से असंबद्ध होते थे।
  - **"मनोविज्ञान की दो संस्कृतियाँ":** दार्शनिक और स्वदेशी मनोविज्ञान में रुचि रखने वाले एक छोटे समूह और पश्चिमी अनुभवजन्य मॉडलों का अनुसरण करने वाले प्रमुख मुख्यधारा के बीच एक विभाजन उभरा।

- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - 1947 के बाद मनोविज्ञान विभागों का विस्तार ।
  - अमेरिकी मनोविज्ञान का प्रभाव बढ़ा.
  - अनुप्रयुक्त क्षेत्रों के रूप में नैदानिक और औद्योगिक मनोविज्ञान का उदय।
  - निम्हान्स (1954) की स्थापना - मानसिक स्वास्थ्य के लिए एक प्रमुख संस्थान।
  - स्थायी मुद्दे: सैद्धांतिक अनुकरण, सामाजिक प्रासंगिकता का अभाव।

2.3 1970 का दशक: सामाजिक मुद्दों पर ध्यान देने की दिशा में कदम – प्रासंगिकता का आह्वान

1970 का दशक एक महत्वपूर्ण मोड़ था, जब भारत में मनोविज्ञान की "नकल" और "अप्रासंगिक" प्रकृति पर असंतोष बढ़ रहा था। मनोविज्ञान को भारत की सामाजिक-आर्थिक और सांस्कृतिक वास्तविकताओं के प्रति अधिक संवेदनशील बनाने के लिए सचेत प्रयास किए गए।

- **आलोचनाएँ और परिवर्तन का आह्वान:**
  - जेबीपी सिन्हा , दुर्गानंद जैसे विद्वान सिन्हा , और आशीष नंदी ने पश्चिमी प्रभुत्व की कड़ी आलोचना की और भारतीय समाज के लिए प्रासंगिक मनोविज्ञान का आग्रह किया।
  - मनोविज्ञान की पहली आईसीएसएसआर (भारतीय सामाजिक विज्ञान अनुसंधान परिषद) समीक्षा (एस.के. मित्रा द्वारा संपादित , 1972) ने इस विषय की कमजोरियों और सामाजिक रूप से प्रासंगिक अनुसंधान की आवश्यकता पर प्रकाश डाला।
- **अनुसंधान फोकस में बदलाव:**
  - **गरीबी और असुविधा:** मनोवैज्ञानिकों ने गरीबी, अभाव और सामाजिक असमानता के मनोवैज्ञानिक परिणामों का अध्ययन करना शुरू किया।
  - **सामाजिक परिवर्तन और विकास:** राष्ट्रीय विकास, परिवार नियोजन और कृषि नवाचार से संबंधित दृष्टिकोण, मूल्यों और प्रेरणाओं पर अनुसंधान।
  - **सामुदायिक मनोविज्ञान:** सामुदायिक स्तर की समस्याओं को समझने और उनका समाधान करने पर जोर।
  - **क्रॉस-कल्चरल साइकोलॉजी:** तुलनात्मक रूप से, यह समझने में रुचि बढ़ी है कि भारत में सांस्कृतिक कारक मनोवैज्ञानिक प्रक्रियाओं को किस प्रकार प्रभावित करते हैं।
  - **शिक्षा:** हाशिए पर पड़े समूहों की शिक्षा, सीखने संबंधी विकलांगता से संबंधित मुद्दे।
- **पद्धतिगत विचार:**
  - यद्यपि मात्रात्मक पद्धतियां अभी भी हावी थीं, तथापि, अधिक सांस्कृतिक रूप से उपयुक्त और गुणात्मक शोध पद्धतियों की आवश्यकता को धीरे-धीरे मान्यता मिल रही थी।

- **प्रमुख आंकड़े और योगदान:**
  - **दुर्गानंद सिन्हा :** "विकासशील देश के मनोविज्ञान" पर उनका काम और सामाजिक परिवर्तन और अभाव के मनोवैज्ञानिक प्रभाव पर अध्ययन मौलिक थे। उन्होंने भारतीय संदर्भ में निहित मनोविज्ञान की वकालत की।
  - **जे.बी.पी. सिन्हा :** नेतृत्व शैलियों (जैसे, " न्यूट्रेंट टास्क लीडर"), भारत में संगठनात्मक व्यवहार और पश्चिमी मॉडलों की आलोचना पर अपने काम के लिए जाने जाते हैं।
- **चुनौतियाँ:**
  - यह बदलाव हमेशा सैद्धांतिक ढांचे में बुनियादी बदलावों के साथ नहीं होता। अक्सर, पश्चिमी सिद्धांतों को सिर्फ़ भारतीय समस्याओं पर ही लागू किया जाता था।
  - समुदाय-आधारित अनुसंधान और हस्तक्षेप के लिए बुनियादी ढांचा सीमित था।
- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - 1970 का दशक आत्मनिरीक्षण और "सामाजिक प्रासंगिकता" के आह्वान का काल था।
  - आईसीएसएसआर रिव्यू ऑफ साइकोलॉजी (1972) - परिवर्तन की आवश्यकता पर प्रकाश डाला।
  - गरीबी, सामाजिक परिवर्तन, विकास, सामुदायिक मुद्दों पर ध्यान केंद्रित करें।
  - प्रमुख व्यक्ति: दुर्गानंद सिन्हा , जे.बी.पी. सिन्हा .
  - पोषण कार्य नेता" की अवधारणा ।

2.4 1980 का दशक: स्वदेशीकरण – भारतीय मनोविज्ञान की खोज

1970 के दशक में सामाजिक प्रासंगिकता के आह्वान ने 1980 के दशक में "स्वदेशीकरण" की दिशा

में अधिक ठोस प्रयास का मार्ग प्रशस्त किया। इसमें भारतीय संस्कृति और स्वदेशी ज्ञान प्रणालियों में निहित मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों, अवधारणाओं और विधियों को विकसित करना शामिल था।

- **स्वदेशीकरण का अर्थ:**
    - केवल पश्चिमी औजारों का अनुवाद ही नहीं, बल्कि संस्कृति के भीतर से संरचनाओं और सिद्धांतों का विकास करना।
    - मनोवैज्ञानिक अंतर्दृष्टि के लिए भारत की समृद्ध दार्शनिक और पाठ्य परम्पराओं (वेद, उपनिषद, योग, आयुर्वेद , आदि) का सहारा लेना ।
    - सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट घटनाओं और अनुभवों पर ध्यान केंद्रित करना।
    - सांस्कृतिक रूप से उपयुक्त अनुसंधान पद्धतियों का विकास करना।
- **मुख्य विषय और दिशाएँ:**
    - **स्वदेशी अवधारणाओं की खोज: भारतीय परंपराओं से प्राप्त कर्म, धर्म,** मोक्ष , गुण , आत्म, चेतना और कल्याण के सिद्धांतों जैसी अवधारणाओं पर अनुसंधान ।
    - **स्वदेशी चिकित्सा पद्धतियों का विकास:** योग, ध्यान और अन्य पारंपरिक उपचार पद्धतियों पर आधारित चिकित्सीय दृष्टिकोण तैयार करने का प्रयास।
    - **पश्चिमी सार्वभौमिकता की आलोचना:** इस धारणा को चुनौती देना कि पश्चिमी मनोवैज्ञानिक सिद्धांत सार्वभौमिक रूप से लागू होते हैं।
    - **धर्म और अध्यात्म का मनोविज्ञान:** भारतीय आध्यात्मिक परंपराओं के मनोवैज्ञानिक आयामों में अकादमिक रुचि बढ़ी।
- **प्रमुख अधिवक्ता और उनका कार्य:**

- **जनक पाण्डेय :** "भारत में मनोविज्ञान: अत्याधुनिक" पर प्रभावशाली खंडों का संपादन किया, जिसमें इस विषय की आलोचनात्मक जांच की गई तथा स्वदेशीकरण की वकालत की गई।
- **आर.सी. त्रिपाठी :** अंतर-सांस्कृतिक और स्वदेशी मनोविज्ञान में योगदान दिया।
- **के. रामकृष्ण राव :** चेतना अध्ययन पर अपने कार्य और भारतीय मनोवैज्ञानिक विचारों को आधुनिक मनोविज्ञान के साथ एकीकृत करने के लिए जाने जाते हैं।
- **गिरीश्वर मिश्रा एवं अजीत के. मोहंती :** सांस्कृतिक रूप से निहित मनोविज्ञान के प्रबल समर्थक, यूरोकेन्द्रित पूर्वाग्रहों की आलोचना करने वाले तथा भारतीय वास्तविकताओं पर शोध को बढ़ावा देने वाले।

- **चुनौतियाँ और बहस:**
  - **"स्वदेशी" की परिभाषा:** इस बात पर बहस कि वास्तविक स्वदेशी मनोविज्ञान क्या है और पारंपरिक ज्ञान को रूमानी बनाने या बिना आलोचना के स्वीकार करने से कैसे बचा जाए।
  - **पद्धतिगत कठोरता:** पाठ्य और अनुभवात्मक परंपराओं से प्राप्त अंतर्दृष्टि को वैज्ञानिक रूप से मान्य करने के तरीके के बारे में चिंताएं।
  - **संकीर्णतावाद का जोखिम:** स्वदेशीकरण को अंतर्राष्ट्रीय मनोवैज्ञानिक विज्ञान के साथ जुड़ने की आवश्यकता के साथ संतुलित करना।
  - **मुख्यधारा से प्रतिरोध:** पश्चिमी अनुभवजन्य परंपराओं में प्रशिक्षित कई मनोवैज्ञानिक स्वदेशीकरण प्रयासों के प्रति संशयी या प्रतिरोधी थे।
- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - 1980 का दशक "स्वदेशीकरण" का दशक था।
  - भारतीय परम्पराओं से मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं को प्राप्त करने पर ध्यान केन्द्रित करें।

- प्रमुख व्यक्ति: जनक पांडे , के. रामकृष्ण राव , गिरीश्वर मिश्रा , अजीत के. मोहंती .
- स्वदेशी मनोविज्ञान के अर्थ, तरीकों और दायरे के बारे में बहस।
- "अंदर से स्वदेशीकरण" बनाम "बाहर से स्वदेशीकरण" के बीच अंतर।

2.5 1990 का दशक: प्रतिमानात्मक चिंताएँ, अनुशासनात्मक पहचान संकट

1990 के दशक में पिछले दशकों में शुरू हुई बहसें जारी रहीं, जिसमें भारत में मनोविज्ञान की मौलिक प्रकृति (प्रतिमान) और इसकी स्पष्ट अनुशासनात्मक पहचान के अभाव के संबंध में महत्वपूर्ण आत्मनिरीक्षण किया गया।

- **प्रतिमानात्मक बहसें:**
  - **प्रत्यक्षवाद बनाम उत्तर-प्रत्यक्षवाद:** पश्चिम से विरासत में मिले प्रत्यक्षवादी, मात्रात्मक और प्रयोगात्मक प्रतिमानों के प्रभुत्व पर सवाल उठाना। गुणात्मक, परिघटना विज्ञान और व्याख्यात्मक दृष्टिकोणों में बढ़ती रुचि।
  - **सार्वभौमिकता बनाम सांस्कृतिक सापेक्षवाद:** इस बात पर बहस कि क्या मनोवैज्ञानिक सिद्धांत सार्वभौमिक हैं या सांस्कृतिक रूप से निर्मित हैं।
  - **मनोविज्ञान में "संकट":** पश्चिमी मनोविज्ञान में इसी प्रकार की बहस को प्रतिध्वनित करते हुए, भारतीय मनोवैज्ञानिकों ने इस अनुशासन के विखंडन, इसके वास्तविक-विश्व प्रभाव की सीमा और इसके ज्ञान-मीमांसा संबंधी आधारों पर प्रश्न उठाए।
- **अनुशासनात्मक पहचान संकट:**
  - भारत में मनोविज्ञान को मुख्यतः एक व्युत्पन्न विषय के रूप में देखा जाता था, जिसमें प्रामाणिक आवाज और सुसंगत पहचान का अभाव था।

- "विदेशी" पश्चिमी मुख्यधारा और नवजात स्वदेशी मनोविज्ञान आंदोलन के बीच तनाव।
- भारत की जटिल सामाजिक, सांस्कृतिक और स्वास्थ्य चुनौतियों से निपटने में मनोविज्ञान की भूमिका और प्रासंगिकता के बारे में प्रश्न।
- " भारतीयता ": इसका क्या अर्थ है? इसे कैसे प्राप्त किया जा सकता है?

- **प्रमुख घटनाक्रम और चर्चाएँ:**
  - **स्वदेशी मनोविज्ञान पर प्रकाशनों में वृद्धि:** भारतीय मनोविज्ञान की रूपरेखा को स्पष्ट करने का प्रयास करते हुए अधिक पुस्तकें और लेख प्रकाशित होने लगे।
  - **समूहों और संघों का गठन:** स्वदेशी और सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक मनोविज्ञान पर काम करने वाले विद्वानों के लिए मंच बनाने का प्रयास (उदाहरण के लिए, प्रारंभिक चर्चाओं से बाद में भारतीय मनोविज्ञान संघों का गठन हुआ)।
  - **उत्तरआधुनिकतावाद और उत्तरऔपनिवेशिक सिद्धांत का प्रभाव:** इन बौद्धिक धाराओं ने पश्चिमी मनोवैज्ञानिक आधिपत्य की आलोचना और उपनिवेशवाद के प्रभाव को समझने के लिए नए दृष्टिकोण प्रदान किए।
  - **पद्धतिगत बहुलवाद का आह्वान:** गुणात्मक और स्वदेशी ज्ञान-आधारित दृष्टिकोणों सहित अनुसंधान विधियों की एक व्यापक श्रेणी की स्वीकृति और उपयोग की वकालत करना।
- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - 1990 का दशक "प्रतिमानात्मक चिंताओं" और "अनुशासनात्मक पहचान संकट" से चिह्नित था।
  - प्रत्यक्षवाद, सार्वभौमिकता और मनोवैज्ञानिक विज्ञान की प्रकृति पर बहस।
  - पश्चिमी मॉडलों और "भारतीय" मनोविज्ञान की खोज के बीच चल रहा तनाव।
  - उत्तरआधुनिकतावादी और उत्तरऔपनिवेशिक आलोचनाओं का प्रभाव.

- पद्धतिगत बहुलवाद पर जोर।

2.6 2000 का दशक: अकादमिक जगत में भारतीय मनोविज्ञान का उदय

2000 के दशक में "भारतीय मनोविज्ञान" (आईपी) को अकादमिक जगत में अध्ययन और शोध के एक अलग क्षेत्र के रूप में स्थापित करने के लिए अधिक संगठित और ठोस प्रयास किए गए। इस अवधि में पहले के प्रयासों का समेकन और संस्थागत समर्थन का विकास देखा गया।

- **भारतीय मनोविज्ञान को परिभाषित करना:**
  - *में* मनोविज्ञान ही नहीं , बल्कि भारतीय लोकाचार, दार्शनिक परम्पराओं तथा विचार और अनुभव की स्वदेशी पद्धतियों में निहित मनोविज्ञान।
  - इसका उद्देश्य भारतीय विश्वदृष्टिकोण, आत्म, चेतना, स्वास्थ्य और कल्याण की अवधारणाओं पर आधारित मनोवैज्ञानिक मॉडल और सिद्धांत विकसित करना है।
  - इसमें बाहरी ढांचे को लागू करने के बजाय भारतीय वास्तविकताओं से शुरू करते हुए "अंदर से बाहर" परिप्रेक्ष्य पर जोर दिया गया है।
- **प्रमुख पहल और विकास:**
  - **सम्मेलन और सेमिनार:** भारतीय मनोविज्ञान पर समर्पित राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन नियमित रूप से आयोजित किए जाने लगे।
  - **प्रकाशन:** पत्रिकाओं का शुभारंभ (उदाहरण के लिए, स्प्रिंगर द्वारा "साइकोलॉजिकल स्टडीज", जिसे पहले एनएओपी द्वारा प्रकाशित किया जाता था, में अधिक आईपी सामग्री प्रकाशित होने लगी; समर्पित आईपी पत्रिकाएं सामने आईं)। भारतीय मनोविज्ञान पर संपादित संस्करणों और पुस्तकों का प्रसार हुआ।

- **पाठ्यक्रम विकास:** स्नातक और स्नातकोत्तर स्तर पर विश्वविद्यालय के पाठ्यक्रम में भारतीय मनोविज्ञान पाठ्यक्रम और विषय-वस्तु को शामिल करने के प्रयास। कुछ विश्वविद्यालयों ने विशेष कार्यक्रम या केंद्र शुरू किए।
- **अकादमिक सोसाइटियों का गठन:** इंडियन एकेडमी ऑफ एप्लाइड साइकोलॉजी (IAAP) और नेशनल एकेडमी ऑफ साइकोलॉजी (NAOP) इंडिया जैसे संगठनों ने बढ़ती रुचि दिखाई। एसोसिएशनों की औपचारिक स्थापना विशेष रूप से भारतीय मनोविज्ञान को बढ़ावा देने पर केंद्रित थी (जैसे, भारतीय मनोविज्ञान संस्थान, बाद में अन्य सोसाइटियाँ)।
- **अनुसंधान फोकस:**
  - शास्त्रीय भारतीय ग्रंथों (जैसे, योग सूत्र, उपनिषद, बौद्ध ग्रंथ) से मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं का विकास करना।
  - ध्यान, योग और उनके मनोवैज्ञानिक लाभों पर शोध।
  - व्यक्तित्व, अनुभूति, भावना और कल्याण के स्वदेशी मॉडलों की खोज करना।
  - परामर्श, चिकित्सा, शिक्षा और संगठनात्मक संदर्भों में भारतीय मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों का अनुप्रयोग।

- **अग्रणी आवाज़ें और संस्थाएँ:**
  - 1980 और 1990 के दशक में सक्रिय विद्वानों का योगदान जारी रहा, जिसमें शोधकर्ताओं की एक नई पीढ़ी भी शामिल हुई।
  - दिल्ली विश्वविद्यालय, इलाहाबाद विश्वविद्यालय, विभिन्न आईआईटी और निजी विश्वविद्यालयों जैसे संस्थानों ने इस क्षेत्र में अनुसंधान और शिक्षण को बढ़ावा देने में अधिक रुचि दिखानी शुरू कर दी।

- इन्फिनिटी फाउंडेशन (राजीव मल्होत्रा के नेतृत्व में) ने सम्मेलनों और प्रकाशनों के माध्यम से, कभी-कभी विवादास्पद रूप से, मनोविज्ञान सहित विभिन्न विज्ञानों में भारतीय योगदान पर संवाद को बढ़ावा देने में भूमिका निभाई।

- **जारी चुनौतियाँ:**
  - **मुख्यधारा की स्वीकृति:** भारतीय मनोविज्ञान को अभी भी भारत में मुख्यधारा के मनोविज्ञान विभागों के भीतर व्यापक स्वीकृति प्राप्त करने में चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है, जिनमें से कई पश्चिमी मॉडलों की ओर उन्मुख हैं।
  - **पद्धतिगत कठोरता और नवाचार:** मजबूत अनुसंधान पद्धतियों का विकास करना जो सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील और वैज्ञानिक रूप से ठोस हों, एक महत्वपूर्ण कार्य बना हुआ है।
  - **सिद्धांत और व्यवहार को जोड़ना:** भारतीय मनोविज्ञान से सैद्धांतिक अंतर्दृष्टि को प्रभावी हस्तक्षेप और अनुप्रयोगों में अनुवाद करना।
  - **अनिवार्यता से बचना: यह सुनिश्चित करना कि भारतीय मनोविज्ञान "** भारतीयता " का एकाकी या अति रोमांटिक प्रतिनिधित्व न बन जाए ।

- **परीक्षा-अनुकूल तथ्य और अवधारणाएँ:**
  - 2000 का दशक "शैक्षणिक जगत में भारतीय मनोविज्ञान के औपचारिक उदय" का वर्ष था।
  - भारतीय लोकाचार और दार्शनिक परंपराओं से मनोविज्ञान को विकसित करने पर जोर।
  - प्रमुख विकास: समर्पित सम्मेलन, पत्रिकाएं, पाठ्यक्रम में परिवर्तन, आईपी-केंद्रित समूहों का गठन।
  - शोध क्षेत्र: ग्रंथों से अवधारणाएं, योग/ध्यान, मन और कल्याण के स्वदेशी मॉडल।
  - सतत चुनौतियाँ: मुख्यधारा में स्वीकृति, पद्धतिगत विकास।

PROFESSORS ADDA 2025
One Stop Solution for NET / JRF / A. Professor / CUET

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

यूजीसी नेट मनोविज्ञान - इकाई 1: मनोविज्ञान का उद्भव - MCQs

1. श्री अरबिंदो द्वारा प्रतिपादित निम्नलिखित में से कौन सी पूर्वी मनोवैज्ञानिक प्रणाली, चरणों की एक श्रृंखला के माध्यम से चेतना के विकास पर जोर देती है, जो एक अतिमानसिक परिवर्तन और पृथ्वी पर एक दिव्य जीवन की ओर ले जाती है?

(क) बौद्ध धर्म
(बी) सूफीवाद
(सी) इंटीग्रल योग
(घ) भगवद गीता

उत्तर: (सी) इंटीग्रल योग

स्पष्टीकरण:

- **अवधारणा:** एकात्म योग, जिसे पूर्ण योग के नाम से भी जाना जाता है, आध्यात्मिक विकास की एक व्यापक प्रणाली है।
- **प्रस्तावक:** इसे श्री अरबिंदो और उनकी आध्यात्मिक सहयोगी, द मदर (मिर्रा) द्वारा तैयार किया गया था अल्फास्सा).
- **मूल विचार:** इसका उद्देश्य संसार से मुक्ति के बजाय सम्पूर्ण अस्तित्व - शारीरिक, प्राणिक, मानसिक, मानसिक और आध्यात्मिक - का परिवर्तन करना है।
- **चेतना का विकास:** एक केंद्रीय सिद्धांत चेतना का वर्तमान मानसिक स्तर से उच्चतर, अतिमानसिक चेतना की ओर विकास है।
- **लक्ष्य:** अंतिम लक्ष्य केवल व्यक्तिगत मुक्ति नहीं है, बल्कि पृथ्वी पर दिव्य शरीर में दिव्य जीवन की अभिव्यक्ति है, जिससे सामूहिक आध्यात्मिक विकास हो सके।
- **विपरीत:** जबकि भगवद गीता , बौद्ध धर्म और सूफीवाद आध्यात्मिक समझ और मुक्ति के गहन मार्ग प्रस्तुत करते हैं, एकात्म योग विशिष्ट रूप से अतिमानसिक अस्तित्व की ओर इस विकासवादी और परिवर्तनकारी पहलू पर जोर देता है।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

2. सूची I में दिए गए पश्चिमी मनोवैज्ञानिक स्कूलों का मिलान सूची II में दिए गए उनके प्राथमिक फोकस या प्रमुख समर्थकों से करें:

सूची I (स्कूल)	सूची II (फोकस/प्रस्तावक)
(ए) संरचनावाद	(i) मन और व्यवहार के अनुकूली कार्यों पर ध्यान केंद्रित करें
(बी) कार्यात्मकता	(ii) विल्हेम वुंड्ट
(सी) मनोविश्लेषण	(iii) सम्पूर्ण वस्तु अपने भागों के योग से बड़ी होती है
(डी) गेस्टाल्ट मनोविज्ञान	(iv) अचेतन प्रेरणाएँ और बचपन के शुरुआती अनुभव

कोड:

(ए) ए-(ii), बी-(आई), सी-(iv), डी-(iii)

(बी) ए-(आई), बी-(ii), सी-(iii), डी-(iv)

(सी) ए-(ii), बी-(iv), सी-(i), डी-(iii)

(डी) ए-(iv), बी-(iii), सी-(ii), डी-(i)

उत्तर: (ए) ए-(ii), बी-(i), सी- (iv) , डी-(iii)

स्पष्टीकरण:

- **(ए) संरचनावाद - (ii) विल्हेम वुंड्ट:**
  - **प्रस्तावक: विल्हेम वुंड्ट को "प्रायोगिक मनोविज्ञान का जनक" और उनके छात्र एडवर्ड** टिचेनर के साथ संरचनावाद में एक प्रमुख व्यक्ति माना जाता है ।
  - **फोकस:** चेतन अनुभव के मूल तत्वों या "संरचनाओं" की पहचान करना।
  - **विधि:** मुख्य रूप से आत्मनिरीक्षण (किसी के चेतन अनुभवों का आत्म-अवलोकन) का प्रयोग किया जाता है।
  - **योगदान:** मनोविज्ञान को एक अलग वैज्ञानिक विषय के रूप में स्थापित किया।
  - **आलोचना:** आत्मनिरीक्षण को व्यक्तिपरक और अविश्वसनीय माना गया।
- **(बी) कार्यात्मकता - (i) मन और व्यवहार के अनुकूली कार्यों पर ध्यान केंद्रित करें:**

- **समर्थक:** डार्विन के विकासवाद के सिद्धांत से प्रभावित प्रमुख व्यक्तियों में विलियम जेम्स, जॉन डेवी और हार्वे कार शामिल हैं।
- **फोकस:** यह चिंता कि मन किस प्रकार कार्य करता है, जिससे जीवों को अपने पर्यावरण के अनुकूल ढलने में मदद मिलती है।
- **विधि:** आत्मनिरीक्षण, अवलोकन और प्रयोग सहित विभिन्न विधियों का उपयोग किया गया।
- **योगदान:** मनोविज्ञान के दायरे को व्यापक बनाकर इसमें सीखना, प्रेरणा और व्यक्तिगत अंतर जैसे विषय शामिल किए; शैक्षिक मनोविज्ञान को प्रभावित किया।

- **(सी) मनोविश्लेषण - (iv) अचेतन प्रेरणाएँ और प्रारंभिक बचपन के अनुभव:**
  - **प्रस्तावक:** सिगमंड फ्रायड मनोविश्लेषण के संस्थापक हैं।
  - **फोकस:** व्यक्तित्व और व्यवहार को आकार देने में अचेतन प्रेरणाओं, संघर्षों और प्रारंभिक बचपन के अनुभवों की भूमिका पर जोर दिया गया ।
  - **प्रमुख अवधारणाएँ:** इदं, अहंकार, पराअहं; मनोलैंगिक अवस्थाएँ; रक्षा तंत्र।
  - **विधि:** नैदानिक अवलोकन, स्वप्न विश्लेषण, मुक्त संगति।
  - **योगदान:** मानसिक बीमारी और व्यक्तित्व की समझ में क्रांतिकारी बदलाव लाया।
- **(घ) गेस्टाल्ट मनोविज्ञान - (iii) सम्पूर्ण अपने भागों के योग से बड़ा होता है:**
  - **प्रस्तावक:** मैक्स वर्थाइमर, कर्ट कोफ्का , वोल्फगैंग कोहलर ।
  - **फोकस:** इस बात पर बल दिया गया कि मनोवैज्ञानिक घटनाओं का अध्ययन प्राथमिक संवेदनाओं में विभाजित करने के बजाय संगठित, संरचित समग्रता (गेस्टाल्ट) के रूप में किया जाना चाहिए।
  - **प्रमुख अवधारणाएँ:** फी परिघटना, अवधारणात्मक संगठन के सिद्धांत (जैसे, निकटता, समानता, समापन)।
  - **योगदान:** धारणा, सीखने (अंतर्दृष्टि) और समस्या समाधान के अध्ययन पर महत्वपूर्ण प्रभाव।

3. अभिकथन (A): 1980 के दशक में भारतीय मनोविज्ञान में स्वदेशीकरण की ओर एक महत्वपूर्ण धक्का देखा गया।

कारण (R): यह अहसास बढ़ रहा था कि पश्चिमी मनोवैज्ञानिक अवधारणाएँ और पद्धतियाँ भारतीय सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भ और मानस को समझने के लिए हमेशा पर्याप्त या उपयुक्त नहीं थीं।

कोड:

(a) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, और (R), (A) की सही व्याख्या है।

(b) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।

(c) (A) सत्य है, परन्तु (R) असत्य है।

(d) (A) गलत है, लेकिन (R) सही है।

उत्तर: (a) (A) और (R) दोनों सत्य हैं , और (R), (A) की सही व्याख्या है।

स्पष्टीकरण:

- **अभिकथन (A) - 1980 के दशक में स्वदेशीकरण:** 1980 का दशक भारतीय मनोविज्ञान में एक महत्वपूर्ण अवधि थी, जो स्वदेशीकरण की दिशा में एक मजबूत आंदोलन की विशेषता थी। दुर्गानंद जैसे विद्वान सिन्हा , जेबीपी सिन्हा , और गिरीश्वर मिश्रा इस आंदोलन में प्रमुख आवाज थे।
- **कारण (R) - पश्चिमी मॉडलों की अपर्याप्तता: स्वदेशीकरण** के लिए प्रेरणा इस आलोचनात्मक जागरूकता से उपजी है कि पश्चिमी मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों, निर्माणों और शोध विधियों का प्रत्यक्ष अनुप्रयोग अक्सर भारतीय वास्तविकता की बारीकियों को पकड़ने में विफल रहा।
  - **सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भ:** भारतीय समाज ने अपनी अनूठी पारिवारिक संरचनाओं, सामुदायिक अभिविन्यास, आध्यात्मिक परंपराओं और विविध सांस्कृतिक प्रथाओं के साथ ऐसी घटनाएं प्रस्तुत कीं, जिन्हें पश्चिमी ढांचे पूरी तरह से स्पष्ट नहीं कर सके।
  - **ज्ञान-मीमांसा संबंधी मतभेद:** मनोवैज्ञानिक अंतर्दृष्टि के लिए स्वदेशी भारतीय ज्ञान प्रणालियों (जैसे वेद, उपनिषद, योग, आयुर्वेद) की खोज करने का आह्वान किया गया ।
  - **प्रासंगिकता और अनुप्रयोग:** इसका उद्देश्य मनोवैज्ञानिक ज्ञान विकसित करना था जो भारत की सामाजिक समस्याओं के समाधान और इसके विशिष्ट संदर्भ में कल्याण को

बढ़ावा देने के लिए अधिक प्रासंगिक और लागू हो।

- **संबंध:** पश्चिमी मॉडलों (आर) की सीमाओं के बढ़ते अहसास ने भारत में मनोविज्ञान को स्वदेशी बनाने के प्रयासों और बहस को सीधे तौर पर बढ़ावा दिया (ए), जिससे (आर) (ए) के लिए सही व्याख्या बन गया। इस अवधि में सांस्कृतिक रूप से उपयुक्त वैचारिक ढांचे और शोध पद्धतियों को विकसित करने की कोशिश की गई।

4. पश्चिमी मनोविज्ञान के निम्नलिखित प्रतिमानों में से कौन सा एक व्याख्यावादी ज्ञानमीमांसा द्वारा चित्रित है, जो व्यक्तिपरक अनुभवों और अर्थों को समझने पर जोर देता है?

(i) प्रत्यक्षवाद
(ii) सामाजिक निर्माणवाद
(iii) अस्तित्वपरक परिघटना विज्ञान
(iv) सहकारी जांच
(v) व्यवहारवाद

कोड:
(a) (i), (v) केवल
(बी) केवल (ii), (iii), (iv)
(ग) केवल (i), (ii), (iii)
(डी) (ii), (iii), (iv), (v) केवल

उत्तर: (b) केवल (ii), (iii), (iv)

स्पष्टीकरण:

- **व्याख्यावादी ज्ञानमीमांसा:** यह ज्ञानमीमांसा दृष्टिकोण सामाजिक दुनिया को उसके भीतर के व्यक्तियों के दृष्टिकोण से समझने पर केंद्रित है। यह व्यक्तिपरक अर्थों, व्याख्याओं और जीवित अनुभवों पर जोर देता है, अक्सर गुणात्मक पद्धतियों का उपयोग करता है।

- **(i) प्रत्यक्षवाद:**
  - **ज्ञानमीमांसा:** अनुभववादी; वस्तुनिष्ठ वास्तविकता में विश्वास करता है जिसे देखा और मापा जा सकता है।
  - **कार्यप्रणाली:** मात्रात्मक, प्रयोगात्मक, सार्वभौमिक नियमों की खोज।
  - **व्याख्यावादी नहीं .**
- **(ii) सामाजिक निर्माणवाद :**
  - **ज्ञानमीमांसा:** व्याख्यावादी /रचनावादी; वास्तविकता का निर्माण सामाजिक रूप से भाषा और अंत:क्रिया के माध्यम से होता है।
  - **फोकस:** लोग अपनी दुनिया का अर्थ और समझ कैसे बनाते हैं।
  - **कार्यप्रणाली:** गुणात्मक, प्रवचन विश्लेषण, कथात्मक विश्लेषण।
  - **व्याख्यावादी है .**
- **(iii) अस्तित्वपरक परिघटना विज्ञान:**
  - **ज्ञानमीमांसा:** घटनाविज्ञान/ व्याख्यावादी ; जीवित अनुभव (घटनाविज्ञान) और व्यक्तिगत अस्तित्व, स्वतंत्रता और विकल्प (अस्तित्ववाद) पर केंद्रित है।
  - **फोकस:** व्यक्तिपरक चेतना और व्यक्तिगत अर्थ-निर्माण।
  - **कार्यप्रणाली:** गुणात्मक, गहन साक्षात्कार, वर्णनात्मक विधियाँ।
  - **व्याख्यावादी है .**
- **(iv) सहकारी जांच (जिसे सहयोगात्मक जांच भी कहा जाता है):**
  - **ज्ञानमीमांसा:** सहभागी/ व्याख्यावादी ; ज्ञान का निर्माण शोधकर्ताओं और प्रतिभागियों के बीच साझा अनुभव और चिंतन के माध्यम से होता है।
  - **फोकस:** व्यावहारिक मुद्दों को समझना और कार्रवाई और चिंतन चक्रों के माध्यम से ज्ञान उत्पन्न करना।
  - **कार्यप्रणाली:** गुणात्मक, क्रियात्मक अनुसंधान, सहभागी पद्धतियाँ।
  - **व्याख्यावादी है .**
- **(v) व्यवहारवाद:**
  - **ज्ञानमीमांसा:** अनुभववादी/प्रत्यक्षवादी; अवलोकनीय व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करता है तथा आंतरिक मानसिक अवस्थाओं को नजरअंदाज करता है।

- **कार्यप्रणाली:** मात्रात्मक, प्रयोगात्मक, नियंत्रित अवलोकन।
- **व्याख्यावादी नहीं .**
- इसलिए, सामाजिक निर्माणवाद , अस्तित्ववादी घटना विज्ञान और सहकारी जांच एक व्याख्यावादी ज्ञानमीमांसा के साथ संरेखित हैं।

5. "शैक्षणिक मनोविज्ञान के चार संस्थापक पथों" में से कौन सा विल्हेम डिल्थे और " वर्स्टेहेन " (समझ) पर उनके जोर और प्राकृतिक विज्ञान (नेचुरविसेन्सचैफ्टन) और मानव विज्ञान (गेइस्टेविसेन्सचैफ्टन) के बीच अंतर के साथ सबसे अधिक जुड़ा हुआ है?

(क) वुंडट का प्रयोगात्मक मनोविज्ञान
(बी) फ्रायड का मनोविश्लेषण
(सी) जेम्स का कार्यात्मकतावाद
(घ) डिल्थी का हेर्मेनेयुटिक दृष्टिकोण

उत्तर: (d) डिल्थी का हेर्मेनेयुटिक दृष्टिकोण

स्पष्टीकरण:

- **विल्हेम डिल्थे (1833-1911):** एक जर्मन दार्शनिक, इतिहासकार और मनोवैज्ञानिक।
- **प्रमुख योगदान:** उन्होंने मानव विज्ञान (गेइस्टेस्विसेंसचैफ्टेन) के लिए एक अलग कार्यप्रणाली का तर्क दिया, जिसमें प्राकृतिक विज्ञान (नेचुरविसेंसचैफ्टेन) के विपरीत मनोविज्ञान, इतिहास और समाजशास्त्र शामिल हैं ।
- **वेरस्टेन (समझ):** डिल्थी ने मानव विज्ञान के लिए प्राथमिक पद्धति के रूप में " वेरस्टेन " पर जोर दिया, जो मानवीय अनुभव, क्रियाकलापों और ऐतिहासिक संदर्भों की व्याख्यात्मक या सहानुभूतिपूर्ण समझ है। यह प्राकृतिक विज्ञान द्वारा कारणात्मक नियमों के माध्यम से मांगे

जाने वाले " एक्लेरेन " (स्पष्टीकरण) के विपरीत है।

- **हेर्मेनेयुटिक्स:** उनका दृष्टिकोण हेर्मेनेयुटिक्स से निकटता से जुड़ा हुआ है, जो व्याख्या का सिद्धांत और पद्धति है, विशेष रूप से ग्रंथों की व्याख्या, लेकिन डिल्थी ने इसे सभी मानवीय अभिव्यक्तियों और ऐतिहासिक घटनाओं की व्याख्या तक विस्तारित किया।
- **दूसरों से भिन्नता:**
  - **वुंड्ट:** चेतना के तत्वों (प्राकृतिक विज्ञान दृष्टिकोण) का अध्ययन करने के लिए प्रयोगात्मक तरीकों पर ध्यान केंद्रित किया।
  - **फ्रायड:** अचेतन प्रक्रियाओं पर ध्यान केंद्रित करते हुए मनोविश्लेषण का विकास किया, जो प्रायः नैदानिक व्याख्या के माध्यम से किया गया, लेकिन डिल्थी के व्यापक मानव विज्ञान परिप्रेक्ष्य से भिन्न सैद्धांतिक ढांचे के साथ।
  - **जेम्स:** कार्यात्मकता का समर्थन किया, मानसिक प्रक्रियाओं के अनुकूली उद्देश्यों पर जोर दिया, तथा अधिक प्राकृतिक, विकासवादी दृष्टिकोण से भी काम लिया।
- **प्रभाव:** डिल्थी के विचार मनोविज्ञान और अन्य सामाजिक विज्ञानों में गुणात्मक अनुसंधान और व्याख्यात्मक दृष्टिकोण के लिए दार्शनिक आधार स्थापित करने के लिए महत्वपूर्ण थे।

6. अभिकथन (A): पश्चिमी मनोविज्ञान को "संकट" का सामना आंशिक रूप से प्रयोगात्मक-विश्लेषणात्मक प्रतिमान के सख्त पालन के कारण करना पड़ा, जो तार्किक अनुभववाद में निहित था।
कारण (R): इस प्रतिमान की आलोचना इसके न्यूनीकरणवाद, व्यक्तिपरक अनुभव की उपेक्षा और वास्तविक दुनिया के संदर्भों में जटिल मानवीय घटनाओं तक सीमित प्रयोज्यता के लिए की गई थी।

कोड:

(a) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, और (R), (A) की सही व्याख्या है।
(b) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।
(c) (A) सत्य है, परन्तु (R) असत्य है।
(d) (A) गलत है, लेकिन (R) सही है।

उत्तर: (a) (A) और (R) दोनों सत्य हैं , और (R) सही उत्तर है

(ए) का स्पष्टीकरण .

स्पष्टीकरण:

- **अभिकथन (A) - पश्चिमी मनोविज्ञान में संकट:** 20वीं शताब्दी के दौरान, विशेष रूप से मध्य शताब्दी के बाद से, पश्चिमी मनोविज्ञान ने अपने प्रमुख प्रतिमान के बारे में "संकट" या गहन बहस की अवधि का अनुभव किया। प्रयोगात्मक-विश्लेषणात्मक दृष्टिकोण, तार्किक अनुभववाद (या तार्किक प्रत्यक्षवाद) से काफी प्रभावित था, इस आलोचना का प्राथमिक लक्ष्य था।
- **तार्किक अनुभववाद:** यह दार्शनिक रुख अनुभवजन्य अवलोकन, सत्यापन और सामान्य नियमों के निर्माण पर जोर देता है, तथा अक्सर मात्रात्मक तरीकों और प्रयोगशाला प्रयोगों को प्राथमिकता देता है।
- **कारण (R) - प्रतिमान की आलोचनाएँ:** इस संकट के कारण बहुआयामी थे और प्रमुख प्रतिमान में देखी गई सीमाओं से सीधे संबंधित थे:
  - **न्यूनीकरणवाद:** आलोचकों ने तर्क दिया कि जटिल मानवीय व्यवहारों और अनुभवों को सरल, मापनीय चरों में विभाजित करने से मानव के बारे में अतिसरलीकृत और प्रायः यंत्रवत दृष्टिकोण उत्पन्न होता है।
  - **व्यक्तिपरक अनुभव की उपेक्षा:** अवलोकनीय व्यवहार (जैसा कि कट्टरपंथी व्यवहारवाद में है) या मात्रात्मक संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं पर ध्यान केंद्रित करने से अक्सर समृद्ध व्यक्तिपरक अनुभव, चेतना, अर्थ और मूल्यों को दरकिनार कर दिया जाता है। उदाहरण के लिए, मानवतावादी मनोविज्ञान इसके प्रत्यक्ष प्रतिक्रिया के रूप में उभरा।
  - **सीमित प्रयोज्यता (पारिस्थितिक वैधता):** अत्यधिक नियंत्रित प्रयोगशाला सेटिंग्स से प्राप्त निष्कर्षों पर अक्सर जटिल, वास्तविक जीवन स्थितियों के लिए उनकी प्रासंगिकता और सामान्यीकरण के लिए सवाल उठाए जाते थे।
  - **नैतिक चिंताएँ:** कुछ प्रयोगात्मक तरीकों ने नैतिक प्रश्न उठाए।
  - **सांस्कृतिक पूर्वाग्रह:** निष्कर्षों की सार्वभौमिकता, जो प्रायः WEIRD (पश्चिमी, शिक्षित, औद्योगिक, समृद्ध, लोकतांत्रिक) आबादी पर आधारित होती है, को लगातार चुनौती दी जा रही थी।
- **संबंध:** (आर) में उल्लिखित आलोचनाएँ ठीक यही हैं कि प्रयोगात्मक-विश्लेषणात्मक प्रतिमान

(ए) के सख्त पालन ने संकट की भावना को जन्म दिया और पश्चिमी मनोविज्ञान के भीतर अधिक विविध पद्धतियों और सैद्धांतिक दृष्टिकोणों की मांग की। इसलिए, (आर) (ए) के लिए सही व्याख्या है।

7. सूची I में मनोवैज्ञानिक ज्ञान के भारतीय प्रतिमानों का मिलान सूची II में उनकी मूल अवधारणाओं या ग्रंथों से करें:

सूची I (भारतीय प्रतिमान)	**सूची II (मूल अवधारणा/पाठ)**
(ए) योग	(i) अनत्ता (अहं), दुःख (दुख), अनिच्च (अस्थायित्व)
(बी) भगवद गीता	(ii) चित्त वृत्ति निरोधः (मानसिक परिवर्तनों का समापन)
(सी) बौद्ध धर्म	(iii) फना (स्वयं का विनाश), बका (ईश्वर में निर्वाह)
(डी) सूफीवाद	(iv) निष्काम कर्म (निःस्वार्थ कर्म), स्थितप्रज्ञ (स्थिर बुद्धि)

कोड:

(ए) ए-(ii), बी-(iv), सी-(i), डी-(iii)

(बी) ए-(iv), बी-(ii), सी-(iii), डी-(i)

(सी) ए-(ii), बी-(आई), सी-(iv), डी-(iii)

(डी) ए-(आई), बी-(iii), सी-(ii), डी-(iv)

उत्तर: (ए) ए-(ii), बी-(iv), सी-(i), डी-(iii)

स्पष्टीकरण:

- **(A) योग - (ii) चित्त वृत्ति निरोधः :**
  - **स्रोत:** पतंजलि के योग सूत्र (सूत्र 1.2: " योग-चित्त-वृत्ति-निरोधः ")।
  - **मूल अवधारणा: योग को मन-वस्तु (** चित्त) के परिवर्तनों (उतार-चढ़ाव, पैटर्न) की समाप्ति या शांत करने के रूप में परिभाषित किया गया है।
  - **लक्ष्य:** मानसिक स्थिरता और स्पष्टता की स्थिति प्राप्त करना, जिससे आत्म-साक्षात्कार (कैवल्य) हो सके।
  - **मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता:** मानसिक प्रक्रियाओं, चेतना, ध्यान और मानसिक अनुशासन

की तकनीकों से संबंधित है।

- **(बी) भगवद गीता - (iv) निष्काम कर्म (निःस्वार्थ कर्म), स्थितप्रज्ञ (स्थिर बुद्धि):**
  - **स्रोत:** एक महाकाव्य हिंदू धर्मग्रंथ, महाभारत का हिस्सा।
  - **मूल अवधारणाएँ:**
    - **निष्काम कर्म:** परिणामों की आसक्ति के बिना अपना कर्तव्य या कार्य करना। प्रेरणा और वैराग्य पर ध्यान केंद्रित करता है।
    - **स्थितप्रज्ञ :** स्थिर बुद्धि वाला व्यक्ति, जो सुख-दुख, सफलता-असफलता में समभाव रखता है । भावनात्मक और संज्ञानात्मक संतुलन की आदर्श स्थिति का वर्णन करता है।
  - **मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता:** प्रेरणा, भावना विनियमन, व्यक्तित्व, कर्तव्य और स्वयं की प्रकृति के बारे में अंतर्दृष्टि प्रदान करता है।
- **(सी) बौद्ध धर्म - (i) अनत्ता (अ-आत्म), दु:ख (दुख), अनिच्चा (अस्थायित्व):**
  - **संस्थापक:** सिद्धार्थ गौतम (बुद्ध)।
  - **मूल अवधारणाएँ (अस्तित्व के तीन चिह्न):**
    - **अनत्ता (अनात्मन्):** "अ-आत्मा" या "गैर-आत्मा" का सिद्धांत, जो यह मानता है कि कोई स्थायी, अपरिवर्तनीय आत्मा या आत्मा नहीं है।
    - **दु:ख :** प्रायः इसका अनुवाद पीड़ा, असंतोष या तनाव के रूप में किया जाता है; यह वातानुकूलित अस्तित्व का एक मूलभूत पहलू है।
    - **अनित्य : अनित्यता ;** सभी बद्ध वस्तुएँ निरंतर परिवर्तनशील अवस्था में रहती हैं।
  - **मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता:** मन, चेतना, पीड़ा, धारणा और वास्तविकता की प्रकृति का गहन विश्लेषण; माइंडफुलनेस प्रथाओं का आधार बनता है।
- **(डी) सूफीवाद - (iii) फना (स्वयं का विनाश), बका (ईश्वर में निर्वाह):**
  - **उत्पत्ति:** इस्लाम का रहस्यमय आयाम।
  - **मूल अवधारणाएँ:**
    - **फ़ना :** व्यक्तिगत अहंकार या स्वयं का दिव्य में "विनाश" या "निधन"। यह एक ऐसी अवस्था है जहाँ अलग पहचान की भावना समाप्त हो जाती है।
    - **बक़ा :** ईश्वर में "निर्वाह" या "स्थायित्व", जो फ़ना का अनुसरण करता है । यह ईश्वर के साथ एकीकृत, परिवर्तित चेतना के साथ जीने का प्रतीक है।

- **मनोवैज्ञानिक प्रासंगिकता:** चेतना, आत्म-उत्कर्ष, प्रेम, भक्ति और रहस्यमय अनुभव की अवस्थाओं का अन्वेषण करती है।

8. पाठ्यक्रम के अनुसार, निम्नलिखित में से किसे भारत में शैक्षणिक मनोविज्ञान से संबंधित महत्वपूर्ण मुद्दों के रूप में पहचाना गया है?

(i) औपनिवेशिक मुठभेड़ और उसका स्थायी प्रभाव।
(ii) स्वदेशीकरण प्रयासों की भारी सफलता, जिससे आगे कोई चुनौती नहीं बची।
(iii) विशिष्ट अनुशासनात्मक पहचान का निरंतर अभाव।
(iv) पश्चिमी और भारतीय मनोवैज्ञानिक प्रतिमानों का पूर्ण एकीकरण।
(v) उत्तर-उपनिवेशवाद और पश्चिमी मनोवैज्ञानिक आधिपत्य की इसकी आलोचना।

कोड:
(a) केवल (i), (ii), (iii)
(बी) केवल (i), (iii), (v)
(सी) केवल (ii), (iv), (v)
(d) केवल (i), (iii), (iv), (v)

उत्तर: (b) (i), (iii), (v) केवल

स्पष्टीकरण:
भारत में "मनोविज्ञान का उदय" पाठ्यक्रम में कई महत्वपूर्ण मुद्दों पर स्पष्ट रूप से प्रकाश डाला गया है:

- **(i) औपनिवेशिक मुठभेड़ और उसका स्थायी प्रभाव:**
  - **तथ्य:** औपनिवेशिक काल के दौरान भारत में अकादमिक मनोविज्ञान मुख्यतः पश्चिम से आयातित था।
  - **प्रभाव:** इसके कारण पश्चिमी सिद्धांतों और तरीकों को अपनाया गया, अक्सर उनकी

सांस्कृतिक उपयुक्तता का आलोचनात्मक मूल्यांकन किए बिना, और निर्भरता पैदा हुई।

- **मुद्दा:** उपनिवेशवाद की विरासत पाठ्यक्रम, शोध प्राथमिकताओं और स्वदेशी ज्ञान की कथित स्थिति को प्रभावित करती रहती है।

- **(ii) स्वदेशीकरण प्रयासों की भारी सफलता, जिससे आगे कोई चुनौती नहीं बची:**
  - **तथ्य:** यद्यपि स्वदेशीकरण की दिशा में महत्वपूर्ण प्रयास हुए हैं (विशेषकर 1980 के दशक से), यह एक सतत प्रक्रिया है जिसमें कई चुनौतियाँ हैं।
  - **मुद्दा:** यह कथन गलत है; स्वदेशीकरण "पूरी तरह सफल" नहीं है, इसलिए इसमें कोई और चुनौती नहीं है। प्रासंगिकता और सांस्कृतिक उपयुक्तता के लिए संघर्ष जारी है।
- **(iii) विशिष्ट अनुशासनात्मक पहचान का निरंतर अभाव:**
  - **तथ्य:** भारतीय मनोविज्ञान अपनी विशिष्ट पहचान को परिभाषित करने में संघर्षरत रहा है, अक्सर यह पश्चिमी मनोविज्ञान का व्युत्पन्न होने और प्रामाणिक स्वदेशी रूप की खोज के बीच फंसा रहा है।
  - **मुद्दा:** स्पष्ट, विशिष्ट पहचान की कमी इसके सैद्धांतिक विकास, शोध फोकस और सामाजिक योगदान को प्रभावित करती है। पाठ्यक्रम में 1990 के दशक में "अनुशासनात्मक पहचान संकट" का उल्लेख किया गया है।
- **(iv) पश्चिमी और भारतीय मनोवैज्ञानिक प्रतिमानों का पूर्ण एकीकरण:**
  - **तथ्य:** यद्यपि एकीकरण और संवाद की मांग की जा रही है, परन्तु "पूर्ण एकीकरण" हासिल नहीं हो पाया है।
  - **मुद्दा:** इस बात पर बहस जारी है कि इन विविध प्रतिमानों को कैसे और किस हद तक संश्लेषित किया जा सकता है। यह एक लक्ष्य है न कि एक सिद्ध तथ्य।
- **(v) उत्तर-उपनिवेशवाद और मनोविज्ञान:**
  - **तथ्य:** उत्तर-औपनिवेशिक सिद्धांत इस बात पर महत्वपूर्ण दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है कि किस प्रकार औपनिवेशिक सत्ता संरचनाओं ने मनोविज्ञान सहित ज्ञान प्रणालियों को आकार दिया।
  - **मुद्दा:** यह पश्चिमी मनोवैज्ञानिक मॉडलों के वर्चस्व की आलोचना करता है और मनोवैज्ञानिक ज्ञान को उपनिवेशवाद से मुक्त करने, स्वदेशी दृष्टिकोणों को मान्यता देने और मान्य करने का आह्वान करता है। यह पाठ्यक्रम में उजागर किया गया एक महत्वपूर्ण

मुद्दा है।

उत्तर-उपनिवेशवाद द्वारा उठाई गई चिंताएँ ।

9. " प्राग्नान्ज़ " का गेस्टाल्ट सिद्धांत (जिसे अच्छे आंकड़े का नियम या सादगी का नियम भी कहा जाता है) बताता है कि:

(क) हम उन तत्वों को समूह के रूप में देखते हैं जो एक दूसरे के करीब होते हैं।
(ख) हम एक दूसरे के समान तत्वों को एक समूह के रूप में देखते हैं।
(ग) हम अस्पष्ट या जटिल उत्तेजनाओं को यथासंभव सरलतम रूप में समझने की कोशिश करते हैं।
(घ) हम अधूरे आकृतियों को पूरा करके एक संपूर्ण आकृति बनाने की कोशिश करते हैं।

उत्तर: (ग) हम अस्पष्ट या जटिल उत्तेजनाओं को यथासंभव सरलतम रूप में समझते हैं।

स्पष्टीकरण:

- **गेस्टाल्ट मनोविज्ञान :** जर्मनी में उत्पन्न विचारधारा, जो इस बात पर जोर देती है कि हम पूरे पैटर्न या विन्यास (गेस्टाल्ट) को समझते हैं, न कि केवल व्यक्तिगत घटकों को। इसके प्रमुख व्यक्तियों में मैक्स वर्थाइमर, कर्ट कोफ्का और वोल्फगैंग कोहलर शामिल हैं ।
- **प्राग्नान्ज़ का नियम :** इसे गेस्टाल्ट धारणा का मूल सिद्धांत माना जाता है। " प्राग्नान्ज़ " एक जर्मन शब्द है जिसका अर्थ है "सारगर्भितता" या "संक्षिप्तता।"
    - **मुख्य विचार:** सिद्धांत कहता है कि हमारी अवधारणात्मक प्रणाली उत्तेजनाओं को सबसे सरल, सबसे स्थिर और सबसे सुसंगत आकार या रूपों में व्यवस्थित करती है। हम अस्पष्ट या जटिल छवियों को सबसे सरल रूप में व्याख्या करते हैं।
    - **उदाहरण:** ओलम्पिक रिंगों को आमतौर पर पांच परस्पर जुड़े हुए वृत्तों के रूप में देखा जाता है, न कि घुमावदार रेखाओं और प्रतिच्छेदों के अधिक जटिल संग्रह के रूप में, क्योंकि वृत्त एक सरल, अधिक नियमित रूप है।
- **अन्य गेस्टाल्ट सिद्धांत (विचलित करने वाले) :**
    - **(क) निकटता का नियम:** एक दूसरे के निकट स्थित तत्वों को एक समूह के रूप में देखा

जाता है।

- **(ख) समानता का नियम:** समान दिखने वाले तत्वों को एक ही रूप का हिस्सा माना जाता है।
- **(घ) समापन का नियम:** हम पूर्ण आकृतियाँ देखने के लिए रिक्त स्थानों को भरने का प्रयास करते हैं।

- **योगदान:** प्राग्नान्ज़ के नियम और अन्य गेस्टाल्ट नियमों ने यह समझने का एक व्यवस्थित तरीका प्रदान किया कि मनुष्य किस प्रकार संवेदी जानकारी को सार्थक धारणाओं में व्यवस्थित करता है, तथा संरचनावाद के परमाणुवादी विचारों को चुनौती दी।

10. अभिकथन (A): ऑन्टोलॉजी, ज्ञानमीमांसा और कार्यप्रणाली मनोविज्ञान में किसी भी ज्ञान प्रतिमान के आवश्यक पहलू हैं।
एक शोध अध्ययन की ऑन्कोलॉजिकल और एपिस्टेमोलॉजिकल मान्यताओं को निर्धारित करती है ।

कोड:

(a) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, और (R), (A) की सही व्याख्या है।
(b) (A) और (R) दोनों सत्य हैं, लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।
(c) (A) सत्य है, परन्तु (R) असत्य है।
(d) (A) गलत है, लेकिन (R) सही है।

उत्तर: (सी) (A) सत्य है, लेकिन (R) असत्य है।

स्पष्टीकरण:

- **अभिकथन (A) - ज्ञान प्रतिमानों के आवश्यक पहलू:**
  - **ऑन्टोलॉजी:** वास्तविकता और अस्तित्व की प्रकृति को संदर्भित करता है। क्या अस्तित्व में माना जाता है? (उदाहरण के लिए, क्या वास्तविकता वस्तुनिष्ठ और एकवचन है , या व्यक्तिपरक और बहुवचन है?)।
  - **ज्ञानमीमांसा:** ज्ञान की प्रकृति और इसे कैसे प्राप्त किया जा सकता है, को संदर्भित करता है।

ज्ञाता और ज्ञात के बीच क्या संबंध है? (उदाहरण के लिए, क्या हम वास्तविकता को वस्तुनिष्ठ रूप से जान सकते हैं, या ज्ञान एक व्याख्या है?)।

- **कार्यप्रणाली:** इसका तात्पर्य उन विशिष्ट रणनीतियों और तकनीकों से है, जिनका उपयोग डेटा एकत्र करने और उसका विश्लेषण करने के लिए किया जाता है, जो ऑन्टोलॉजिकल और एपिस्टेमोलॉजिकल मान्यताओं द्वारा निर्देशित होते हैं।
- **महत्व:** ये तीन तत्व वास्तव में किसी भी ज्ञान प्रतिमान के लिए मौलिक हैं, क्योंकि वे शोध की अवधारणा और संचालन के दार्शनिक आधार को परिभाषित करते हैं। वे जांच की मान्यताओं, लक्ष्यों और प्रक्रियाओं को समझने के लिए एक रूपरेखा प्रदान करते हैं।

- **कारण (R) - पदानुक्रमिक व्यवस्था और प्रभाव की दिशा:**
  - **अंतर्संबंध:** ऑन्टोलॉजी, ज्ञानमीमांसा और कार्यप्रणाली आपस में गहराई से जुड़े हुए हैं और आदर्श रूप से एक शोध प्रतिमान के भीतर सुसंगत होना चाहिए।
  - **प्रभाव की दिशा:** हालाँकि, आम समझ यह है कि ऑन्टोलॉजिकल धारणाएँ (वास्तविकता की प्रकृति के बारे में) ज्ञानमीमांसा संबंधी धारणाओं (हम उस वास्तविकता को कैसे जान सकते हैं) को प्रभावित करती हैं, जो बदले में कार्यप्रणाली (उस ज्ञान को प्राप्त करने के लिए उपकरण) के चुनाव का मार्गदर्शन करती हैं। यह कार्यप्रणाली नहीं है जो ऑन्टोलॉजी और ज्ञानमीमांसा को निर्देशित करती है।
  - **उदाहरण:** यदि किसी शोधकर्ता का ऑन्टोलॉजी यह है कि वास्तविकता वस्तुनिष्ठ है (प्रत्यक्षवाद), तो उनकी ज्ञानमीमांसा संभवतः यह होगी कि वस्तुनिष्ठ ज्ञान प्राप्त किया जा सकता है, जिससे प्रयोगों और मात्रात्मक उपायों जैसी पद्धतियों का विकास होगा। यदि उनकी ऑन्टोलॉजी यह है कि वास्तविकता सामाजिक रूप से निर्मित है, तो उनकी ज्ञानमीमांसा व्याख्याओं को समझने पर ध्यान केंद्रित करेगी, जिससे गुणात्मक पद्धतियों का विकास होगा।
  - **गलत पदानुक्रम:** यह कहना कि कार्यप्रणाली ऑन्टोलॉजी और ज्ञानमीमांसा को निर्देशित करती है, प्रभाव की आम तौर पर स्वीकृत दिशा को उलट देता है। जबकि कार्यप्रणाली के व्यावहारिक विचार कभी-कभी मान्यताओं के पुनर्मूल्यांकन की ओर ले जा सकते हैं, मूलभूत दार्शनिक पद (ऑन्टोलॉजी और ज्ञानमीमांसा) आम तौर पर कार्यप्रणाली संबंधी विकल्पों को आकार देते हैं।

इसलिए, अभिकथन (A) सत्य है क्योंकि ये आवश्यक पहलू हैं, लेकिन कारण (R) गलत है क्योंकि प्रभाव की दिशा आम तौर पर ऑन्टोलॉजी और ज्ञानमीमांसा से कार्यप्रणाली की ओर होती है, इसके विपरीत नहीं।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

मनोविज्ञान जून 2024

51. एक शोधकर्ता ने महत्व (अल्फा) के स्तर को .05 से 01 तक बदल दिया। टाइप I त्रुटि की संभावना:

(ए) बढ़ेगा

(बी) घटेगी

(सी) स्थिर रहेगा

(डी) निर्धारित नहीं किया जा सकता

उत्तर: (बी)

52. सूची-I को सूची-II से सुमेलित करें।

सूची-I

(ए) फॉरवर्ड कंडीशनिंग

(बी) ट्रेस कंडीशनिंग

(सी) युगपत कंडीशनिंग

(घ) पिछड़ी कंडीशनिंग

सूची II

(I) सीएस (घंटी) प्रस्तुत किया जाता है लेकिन उसके बाद यूएस (खाद्य) प्रकट होने से पहले एक छोटा ब्रेक होता है

(II) सीएस (घंटी) पहले प्रस्तुत किया जाता है और जब घंटी अभी भी बज रही होती है तो यूएस (खाद्य) दिया जाता है

(III) सबसे पहले यूएस (खाद्य) और उसके बाद सीएस (घंटी) प्रस्तुत किया जाता है

(IV) सीएस (घंटी) और यूएस (भोजन) एक साथ प्रस्तुत किए जाते हैं

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें:

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

(ए) (ए)-(II), (बी)-(I), (सी)-(IV), (डी)-(III)

(बी) (ए) - (II), (बी) - (III), (सी) - (IV), (डी) - (आई)

(सी) (ए)-(III), (बी)-(II), (सी)-(I), (डी)-(IV)

(डी) (ए)-(I), (बी)-(III), (सी)-(II), (डी)-(IV)

उत्तर: (ए)

53. घटनाओं को क्रम में व्यवस्थित करें।

(a) वुंड्ट ने मनोविज्ञान के लिए पहली प्रयोगशाला स्थापित की।

(b) पावलोव कंडीशनिंग का अध्ययन करता है।

(ग) फ्रायड ने मनोविश्लेषण पर प्रभावशाली नए परिचयात्मक व्याख्यान प्रकाशित किए।

(घ) विलियम जेम्स ने मनोविज्ञान के सिद्धांत प्रकाशित किये।

(ई) वाटसन ने व्यवहारवाद के लिए आह्वान प्रकाशित किया।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें:

(ए) (ए), (बी), (डी), (सी), (ई)

(बी) (ए), (डी), (सी), (ई), (बी)

(सी) (ए), (सी), (बी), (डी), (ई)

(डी) (ए), (डी), (बी), (ई), (सी)

उत्तर: (डी)

54. सामान्य आक्रामकता मॉडल के निम्नलिखित घटकों को सही क्रम में व्यवस्थित करें।

(ए) इनपुट वेरिएबल्स

(बी) वर्तमान आंतरिक स्थिति

(ग) विचारशील/आवेगपूर्ण कार्रवाई

(घ) परिस्थितिजन्य/व्यक्तिगत कारक

(ई) मूल्यांकन

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें:

(ए) (बी), (ए), (सी), (ई), (डी)

(बी) (डी), (ए), (बी), (सी), (ई)

(सी) (ए), (डी), (बी), (ई), (सी)

(डी) (डी), (बी), (ए), (सी), (ई)

उत्तर: (सी)

55. एक मनोवैज्ञानिक ने कर्मचारी-हरित व्यवहार पर एक प्रश्नावली विकसित की। उन्होंने पाया कि प्रारंभिक 50 मदों के साथ विश्वसनीयता गुणांक 0.75 था। फिर उन्होंने इस प्रश्नावली की लंबाई बढ़ाकर 70 मद कर दी। नए विश्वसनीयता गुणांक का संभावित मान क्या होगा?

(ए) 0.75 रहेगा

(बी) < 0.75 हो जाएगा

(सी) > 0.75 हो जाएगा

(D) 0.75 से घटेगा और फिर बढ़ेगा

उत्तर: (सी)

56. व्यवहार को मजबूत करने के लिए एक अप्रिय प्रबलक को हटाने को क्या कहा जाता है?

(ए) सजा सकारात्मक

(बी) सकारात्मक सुदृढीकरण

(सी) नकारात्मक सुदृढीकरण

(डी) दंड नकारात्मक

उत्तर: (सी)

57. निम्नलिखित में से कौन सा अष्टांग योग सूत्र का सही क्रम है?

(ए) नियामा

(ख) प्राणायाम

(ग) यम

(घ) प्रत्याहार

(ई) आसन

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें:

(ए) (ए), (सी), (ई), (डी), (बी)

(बी) (सी), (ए), (ई), (बी), (डी)

(सी) (ई), (ए), (सी), (बी), (डी)

(डी) (सी), (ए), (बी), (ई), (डी)

उत्तर: (बी)

58. निम्नलिखित में से कौन सा आनुवंशिक न्यूरोमस्क्युलर विकार है, जिसकी विशेषता झटकेदार, अनियंत्रित आंदोलनों की क्रमिक शुरुआत है?

(ए) फेनिलकेटोनुरिया

(बी) हंटिंगटन रोग

(सी) माइटोसिस

(डी) कोर्साकोफ सिंड्रोम

उत्तर: (बी)

59. रेटिना में स्थित एक न्यूरॉन जो द्विध्रुवीय कोशिकाओं से दृश्य जानकारी प्राप्त करता है, इसके अक्षतंतु ऑप्टिक तंत्रिका को जन्म देते हैं, उसे क्या कहा जाता है?

(ए) क्षैतिज सेल

(बी) गैंग्लियन कोशिका

(सी) अमेक्राइन कोशिका

(डी) ऊर्ध्वाधर सेल

उत्तर: (बी)

60. अनुनय के विस्तार-संभावना मॉडल के निम्नलिखित चरणों को क्रमिक तरीके से व्यवस्थित करें।

(ए) महत्वपूर्ण संदेश के लिए उच्च प्रसंस्करण

(बी) प्रेरक संदेश

(ग) दृष्टिकोण परिवर्तन

(घ) सावधानीपूर्वक प्रसंस्करण

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें:

(ए) (ए), (बी), (डी), (सी)

(बी) (बी), (ए), (डी), (सी)

(सी) (ए), (बी), (सी), (डी)

(डी) (बी), (ए), (सी), (डी)

उत्तर: (बी)

61. कुबलर-रॉस ने मृत्यु को स्वीकार करने के पाँच चरण बताए हैं। निम्नलिखित चरणों को क्रमानुसार व्यवस्थित करें।

(एक इनकार

(ख) सौदेबाजी

(ग) स्वीकृति

(खतरा

(ई) अवसाद

UGC NET PSYCHOLOGY PAPER-II JUNE 2023 (HINDI)

1. _____विद्या, आत्म एवं वातावरण (पर्यावरण) का अनुशासित एवं क्रमबद्ध ज्ञान है जिसे संक्षिप्त प्रेक्षण (अवलोकन) एवं आलोचनात्मक तर्कणा के माध्यम से प्राप्त किया जाता है।
   (a) अधिभौतिक
   (b) अध्यात्मिक
   (c) भौतिक
   (d) आत्मिक

2. भगवद्गीता के अठारह (18) अध्याय योग के किसी रूप के नाम पर हैं। निम्नलिखित में से कौन सा सही अध्याय नहीं है ?
   (a) ध्यान योग
   (b) अक्षर-ब्रह्म योग
   (c) पुरुषोत्तम योग
   (d) जाग्रत योग

3. पेडोसेन्ट्रेसिज्म है:
   (a) ज्ञान का मार्ग प्रदर्शित करता है और बच्चे को ज्ञान प्राप्ति हेतु निर्देशित करता है
   (b) बच्चे के कौशल एवं व्यवहार पर केन्द्रित है
   (c) इसमें माता-पिता एवं शिक्षकों के साथ बच्चों का व्यवहार शामिल होता है
   (d) इस पर केन्द्रित है कि बच्चा किस प्रकार कार्य करता है तथा कैसे प्रगति करता है।

4. उत्तर-आधुनिक उपचार विधियों के तीन प्रकार होते हैं. निम्नलिखित में से कौन सा उत्तर आधुनिक उपचार विधि का भाग नहीं है?
   (a) समाधान केन्द्रित उपचार विधि
   (b) क्षेत्र आधारित उपचार विधि
   (c) आख्यानात्मक उपचार विधि
   (d) सहयोगात्मक उपचार विधि

5. आंगनवाड़ी कर्मकारों पर एक अध्ययन करने के लिए शोधकर्ता ने यादृच्छिकरूप से किसी राज्य के 30 जिलों में से 5 जिलों का चयन किया और इन पांच जिलों में कार्यरत प्रत्येक आंगनवाड़ी कार्यकर्ता से दत्त संकलन किया। यह उदाहरण है।
   (a) स्तरीकृत प्रतिदर्श ग्रहण
   (b) गुच्छ प्रतिदर्श ग्रहण
   (c) कोटा प्रतिदर्श ग्रहण
   (d) सुविधाजनक प्रतिदर्श ग्रहण

6. एक खेल मनोवैज्ञानिक हॉकी के महान खिलाड़ी के अनुभव को लिपिबद्ध और प्रलेखित कर जीवनवृत्त संबंधी अध्ययन करना चाहते थे। यह उपागम का उदाहरण है।
   (a) घटना विज्ञान
   (b) नृजाति विज्ञान
   (c) आख्यानात्मक अध्ययन
   (d) आधारिक सिद्धांत उपागम

PROFESSORS ADDA

7. "वर्तमान आलेख में कुछ व्यवहारिक क्षेत्रों में 16 सुप्रसिद्ध अत्याधिक सफल भारतीय महिलाओं की वृत्ति विकास का वर्णन किया गया है। हमारा समग्र लक्ष्य इन महिलाओं की जीवन वृत्ति विकास विशेष रूप से उनकी अध्यावसायिक सफलता प्राप्ति से संबंधित क्रांतिक प्रभाव का पता लगाना था।"
उपर्युक्त उद्देश्य परक कथन से निरूपित होता है
(a) घटनाविज्ञान का अध्ययन
(b) आधारिक सिद्धांत - अध्ययन
(c) नृजातिवृत्त अध्ययन
(d) प्रकरण अध्ययन

8. प्रतिचयन बंटन का मानक विचलन कहलाता है
(a) प्रभाव आकार
(b) प्रतिचयन त्रुटि
(c) मापदंत
(d) संक्रामिता

9. जिस परिक्षण में किसी व्यक्ति से अपनी सिलाई की योग्यता का प्रदर्शन करने की अपेक्षा की जाती है. इसको सर्वोत्तम रूप | में इस रूप में वर्गीकृत किया जा सकता है:
(a) स्व- प्रतिवेदन परीक्षण
(b) मानकीकृत परीक्षण
(c) अधिकतम कार्यनिष्पादन परीक्षण
(d) वस्तुनिष्ठ परीक्षण

10. विश्वासों (मान्यताओं) का एक आधारभूत समूह जो क्रिया (कर्म) को निर्देशित करता है वह कहा जाता है:
(a) मूल्य-मीमांसा
(b) प्रतिरूप
(c) आलंकारिक
(d) सत्तामीमांसा

11. किसी शोधकर्ता ने एक विश्लेषण किया जिसमें उसने अपनी निर्मिति में अन्तर्निहित सैद्धांतिक संरचनाओं का गवेषण किया तो ज्ञात करें कि उसने निम्नांकित में से किस अभिकल्प का प्रयोग किया?
(a) रेखीय प्रतिगमन
(b) प्रसरण विश्लेषण
(c) गवेषणात्मक चर विश्लेषण
(d) अभिपुष्टिकारक घटक विश्लेषण

12. किसी परीक्षण की विश्वसनीयता को वर्णित स्तर तक बढ़ाने के लिए उसमें कितने समांग परीक्षण प्रश्नों को जोड़ा जाए. इस तथ्य का प्राक्कलन सूत्र है:
(a) गुणांङ्क अल्फा
(b) स्पीयरमैन - ब्राउन सूत्र
(c) पियर्सन उत्पाद-आधूर्ण सहसंबंध
(d) के आर-20

13. प्रमस्तिष्कीय जलविहनी से मस्तिष्क के कौन से अंग संसक्त होते है-
(a) मस्तिष्क के तृतीय और चतुर्थ निलय
(b) मस्तिष्क के पार्श्विक निलय
(c) बाम और दाहिन अग्रललाट पालि

PROFESSORS ADDA

(d) अग्रललाट और भित्तिकास्थि पालि

14. दैहिक संवेदी तंत्र में पाए जाने वाले एक ध्रुवीय स्नायु निम्नांकित के प्रति संवेदनशील होते है-
(a) चाक्षुष संवेदना
(b) श्रव्य संवेदना
(c) स्पर्श संवेदना
(d) घ्राण संवेदना

15. एमिगडाला, जो आंगिक तंत्र का अंग है, विशिष्ट रूप से निम्नांकित में से एक कार्य के लिए उत्तरदायी होता है:
(a) चिंतन
(b) अधिगम
(c) स्मृति
(d) संवेग

16. निम्नलिखित में से कौन सा क्षेत्र शंखपालि (टेम्पोरल लोब) में अवस्थित नहीं है?
(a) ऊष्मा, शीत, स्पर्श, दाब एवं पीड़ा जैसे शारीरिक संवेदन के प्रत्यक्षण का क्षेत्र
(b) संचलन का प्रत्यक्षण और मल की पहचान का क्षेत्र
(c) ब्रोका का वाक् क्षेत्र
(d) प्राथमिक श्रवण क्षेत्र

17. घूर्णनदर्शी गति से क्या अभिप्रेत हैं?
(a) हम किसी वस्तु के बारे में यह अवबोध करते हैं कि यह गतिमान है जब कभी भी इसकी छवि हमारें दृष्टिपटल (रेटिना) से होकर संचालित होता है।
(b) गति की संवेदनशीलता में हानि
(c) केवल अंधेरे में ही वस्तुओं का पता लगाना
(d) वस्तुओं की केवल उर्ध्व गति का पता लगाना

18. थोर्नडाइक का प्रभाव नियम क्या है?
(a) व्यवहार जो परिणामोत्पादी वातावरण में कार्यान्वित होता है।
(b) ऐसे व्यवहार जिसके बाद अनुकूल परिणाम प्राप्त होने की अधिक संभावना रहती है और ऐसे व्यवहार की आशंका कम रहती है जिनके परिणाम स्वरूप प्रतिकूल परिणाम प्राप्त होते है।
(c) इस बात का अधिगम कि कतिपय घटनाएं एक साथ घटित होती है।
(d) व्यवहार जो कतिपय उद्दीपक के स्वतः अनुक्रिया के रूप में घटित होता है।

19. जब तड़ित की चमक पास में दिखाई पडती है तो हम चौंक जाते हैं और स्वयं को भावी गर्जन के लिए सतर्क करने लगते हैं। आशंकित खतरे के प्रति यह अनुक्रिया कहलाती है:
(a) अननुकूलित उद्दीपन
(b) अननुकूलित अनुक्रिया
(c) अनुकूलित उद्दीपन
(d) अनुकूलित अनुक्रिया

20. क्लासिकल कंडीशनिंग (क्लासिकी अनुबंधन) में व्यवहार के उन्मूलन की प्रक्रिया के संदर्भ में निम्नांकित में से कौन सा सही है?
(a) सी आर के परिणाम में वृद्धि
(b) सी आर का क्रमिक हास
(c) सी एस और यू सी एस मजबूत संबंध विकसित करता है
(d) यू सी एस सी एस का अनुगमन करता है।

PROFESSORS ADDA

मनोविज्ञान PYQ (2016 - JAN 2025)
प्रश्न पैटर्न और ट्रेंड विश्लेषण

1. प्रश्नों के प्रकारों में व्यापकता:

- **प्रत्यक्ष पहचान और परिभाषा:** मनोवैज्ञानिकों, उनके सिद्धांतों, अवधारणाओं (जैसे, मानसिक निश्चयवाद, जेडपीडी, पंचकोश, यूडेमोनिया), परीक्षणों (जैसे, 16 पीएफ, डब्ल्यूएआईएस, टीएटी, रोर्शाख), मॉडलों (जैसे, जीएएस, द्वि-कारक सिद्धांत), जैविक संरचनाओं (जैसे, एमिग्डेला, हाइपोथैलेमस, न्यूरोट्रांसमीटर) और विकारों (जैसे, डाउन सिंड्रोम, पीकेयू, पार्किंसन) की सीधी पहचान या परिभाषा पर आधारित प्रश्न। (उदाहरण: 'एस्केप फ्रॉम फ्रीडम' के लेखक कौन हैं? जेडपीडी से क्या अभिप्रेत है?)

- **अवधारणात्मक स्पष्टता और अनुप्रयोग:** मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं (जैसे, क्लासिकल/क्रियाप्रसूत अनुकूलन, स्मृति के प्रकार, बुद्धि के सिद्धांत, व्यक्तित्व सिद्धांत, प्रतिबल, सामना, सामाजिक प्रभाव, परामर्श तकनीक) की गहरी समझ और उनके अनुप्रयोग का परीक्षण करने वाले प्रश्न। (उदाहरण: नकारात्मक पुनर्बलन क्या है? स्टूप प्रभाव क्या दर्शाता है? देहली प्राक्कल्पना क्या है?)

- **शोध पद्धति और सांख्यिकी:** शोध अभिकल्प (प्रयोगात्मक, सहसंबंधात्मक, गुणात्मक), प्रतिचयन विधियाँ (गुच्छ, स्तरीकृत, कोटा), मापन के स्तर (नामित, क्रमिक, अंतराल, अनुपात), परीक्षण निर्माण (विश्वसनीयता, वैधता, मानकीकरण, मद विश्लेषण), सांख्यिकीय परीक्षण (टी-टेस्ट, एनोवा, मैनकोवा, सहसंबंध, प्रतिगमन, कारक विश्लेषण, गैर-पैरामीट्रिक परीक्षण) और शोध नैतिकता पर आधारित प्रश्न। (उदाहरण: अधिकतम न्यूनतम नियंत्रण सिद्धांत क्या है? कोहेन कप्पा सूत्र क्या है? एनोवा कब प्रयुक्त होता है?)

- **अभिकथन और कारण (Assertion & Reason):** मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों, निष्कर्षों या शोध निष्कर्षों और उनके तर्कों के बीच तार्किक संबंध का मूल्यांकन करने वाले प्रश्न। (उदाहरण: A: यथार्थपरक उपचार विधि के अनुसार पाँच आवश्यकताएँ... R: ये आवश्यकताएँ हैं...)

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

- **मिलान (Matching):** मनोवैज्ञानिकों को उनके सिद्धांतों/परीक्षणों से, अवधारणाओं को उनकी परिभाषाओं/विशेषताओं से, विकारों को उनके लक्षणों से, या सांख्यिकीय परीक्षणों को उनके अनुप्रयोगों से मिलाने वाले प्रश्न।

- **कालानुक्रमिक क्रम (Chronological Order):** मनोवैज्ञानिक विकास की अवस्थाओं (जैसे, फ्रायड, एरिक्सन, पियाजे), सिद्धांतों के विकास (जैसे, नेतृत्व उपागम), या प्रक्रियाओं के चरणों (जैसे, क्रिया शोध, सृजनात्मकता, संवेग, स्मृति) को क्रमबद्ध करने वाले प्रश्न।

- **बहु-विकल्पीय कथन (Multiple Correct Statements):** किसी सिद्धांत, परीक्षण, विकार, शोध विधि या अवधारणा के बारे में दिए गए कई कथनों में से सही या गलत कथनों के समूह की पहचान करने वाले प्रश्न। ये विस्तृत और सूक्ष्म ज्ञान का परीक्षण करते हैं।

- **अनुच्छेद आधारित प्रश्न (Passage-based Questions):** मनोवैज्ञानिक शोध अध्ययनों या सैद्धांतिक अंशों पर आधारित प्रश्न, जो पाठ की समझ, डेटा व्याख्या, सांख्यिकीय विश्लेषण की समझ और आलोचनात्मक मूल्यांकन का परीक्षण करते हैं। (उदाहरण: ध्यान का स्वास्थ्य पर प्रभाव, सामाजिक सहयोग और आरोग्य, कारावास प्रयोग, क्रमादेशित अनुदेश पर आधारित अनुच्छेद)।

2. कठिनाई स्तर और कौशल परीक्षण:

- परीक्षा में तथ्यात्मक प्रश्नों के साथ-साथ अवधारणाओं की गहरी समझ, सिद्धांतों का अनुप्रयोग, शोध डिजाइनों का मूल्यांकन, सांख्यिकीय विश्लेषण की व्याख्या और आलोचनात्मक सोच पर अत्यधिक जोर दिया जाता है।
- शोध पद्धति और सांख्यिकी खंड विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण हो सकता है।
- विभिन्न सिद्धांतों और दृष्टिकोणों के बीच तुलना और एकीकरण की क्षमता महत्वपूर्ण है।

3. नवीनतम रुझान:

- सकारात्मक मनोविज्ञान (जैसे, कल्याण, प्रवाह, सचेतनता, चरित्र शक्ति) पर बढ़ते प्रश्न।
- स्वास्थ्य मनोविज्ञान और सामुदायिक मनोविज्ञान पर ध्यान।
- भारतीय मनोविज्ञान और देशी दृष्टिकोणों का समावेश।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

- तंत्रिका-मनोविज्ञान और संज्ञानात्मक तंत्रिका विज्ञान से संबंधित प्रश्न।
- उत्तर-आधुनिक और निर्माणवादी दृष्टिकोण।
- गुणात्मक अनुसंधान विधियों पर बढ़ते प्रश्न।

अंतिम सफलता के लिए प्रोफेसर्स अड्डा का संपूर्ण अपडेटेड अध्ययन सामग्री पैकेज खरीदें।
हम साल में 2 बार NET Exam से पहले अप डेट करते है.

प्रिय स्टूडेंट्स हमारी अमृत नोट्स पुस्तिका छात्रों के बीच बहुत लोकप्रिय है।
आप खुद से, कहीं से,कुछ भी पढ़ें, लेकिन एक बार हमारे स्टडी मटेरियल से जरूर पढ़ें ,
आपको बहुत फायदा होगा। गुणवत्तापूर्ण संपूर्ण मार्ग दर्शन देना हमारी प्राथमिकता है.
Contact 7690022111 / 9216228788

आगामी UGC NET / JRF परीक्षा के लिए इस दस्तावेज़ को ध्यान से पढ़ें। प्रोफेसर्स अड्डा विषय विशेषज्ञ टीम ने आपकी अध्ययन सहायता के लिए इसे बहुत मेहनत से तैयार किया है।
हम अपने छात्रों की अंतिम सफलता तक उनकी मदद करने में हमेशा खुश रहते हैं।

विषय-वस्तु फोकस और महत्व:

- **शोध पद्धति और सांख्यिकी:** यह खंड अत्यंत महत्वपूर्ण है, जिसमें विभिन्न शोध अभिकल्प, प्रतिचयन तकनीकें, विश्वसनीयता, वैधता और विभिन्न वर्णनात्मक तथा आनुमानिक सांख्यिकीय परीक्षणों (पैरामीट्रिक और गैर-पैरामीट्रिक) की गहन समझ आवश्यक है।
- **मनोवैज्ञानिक परीक्षण:** बुद्धि, व्यक्तित्व, अभिक्षमता, अभिवृत्ति परीक्षणों का निर्माण, मानकीकरण, प्रशासन, स्कोरिंग और व्याख्या। प्रमुख परीक्षणों (जैसे, WAIS, MMPI, 16PF, TAT, रोर्शाख) की जानकारी।
- **संज्ञानात्मक मनोविज्ञान:** अवधान, प्रत्यक्षण (गेस्टाल्ट नियम, गहनता संकेत), अधिगम (क्लासिकल/क्रियाप्रसूत अनुकूलन, प्रेक्षणात्मक), स्मृति (मॉडल, प्रकार, विस्मरण), चिंतन, समस्या समाधान, निर्णय लेना, भाषा।
- **व्यक्तित्व और अभिप्रेरण:** व्यक्तित्व के सिद्धांत (मनोगतिक, मानवतावादी, शीलगुण, सामाजिक-

संज्ञानात्मक), मूल्यांकन; अभिप्रेरण के सिद्धांत (अंतर्नोद, आवश्यकता पदानुक्रम, आत्म-निर्धारण)।

- **जैविक आधार:** तंत्रिका तंत्र (संरचना, कार्य, न्यूरोट्रांसमीटर), अंतःस्रावी तंत्र (ग्रंथियां, हार्मोन), संवेदी प्रणालियाँ (दृष्टि, श्रवण), आनुवंशिकी और व्यवहार।
- **सामाजिक मनोविज्ञान:** सामाजिक प्रत्यक्षण, गुणारोपण, अभिवृत्ति (निर्माण, परिवर्तन), पूर्वाग्रह, सामाजिक प्रभाव (अनुरूपता, आज्ञापालन, अनुपालन), समूह गतिशीलता, नेतृत्व, प्रो-सामाजिक व्यवहार, आक्रामकता।
- **विकासात्मक मनोविज्ञान:** जीवन-पर्यंत विकास (शारीरिक, संज्ञानात्मक, सामाजिक-संवेगात्मक), प्रमुख सिद्धांत (पियाजे, एरिक्सन, कोहलबर्ग, वायगोत्सकी)।
- **नैदानिक और परामर्श मनोविज्ञान:** असामान्य व्यवहार के मॉडल, वर्गीकरण (DSM), प्रमुख मनोवैज्ञानिक विकार (चिंता, मनोदशा, मनोविदलता, व्यक्तित्व), चिकित्सा उपागम (मनोगतिक, व्यवहारवादी, संज्ञानात्मक, मानवतावादी, योग, ध्यान), स्वास्थ्य मनोविज्ञान (प्रतिबल, सामना, स्वास्थ्य व्यवहार)।
- **भारतीय मनोविज्ञान:** भगवद्गीता, योग, बौद्ध धर्म, आयुर्वेद के मनोवैज्ञानिक पहलू, पंचकोश, पुरुषार्थ।

इकाई 1: मनोविज्ञान का उद्भव
(Emergence of Psychology)

- **भारतीय मनोविज्ञान:**
  - **भगवद्गीता:** अठारह अध्याय (योग के नाम), आत्म ज्ञान, शांति प्राप्ति की अवस्थाएं (अभ्यास, ज्ञान, ध्यान, त्याग, शान्ति - क्रम)।
  - **योग:** पंचकोश (अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय, आनंदमय - क्रम), अष्टांग योग (प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि - क्रम)।
  - **बौद्ध धर्म:** मूलभूत पक्ष (ज्ञान सिद्धांत, यथार्थ सिद्धांत, प्रत्यक्षण सिद्धांत), संतोष/असंतोष।
  - **आयुर्वेद:** मनोरोग विज्ञान (ग्रह चिकित्सा)।
  - **अन्य:** समग्र योग (श्री अरबिंदो), तूरियावस्था, परा/अपरा विद्या, निदिध्यासन।
- **पाश्चात्य मनोविज्ञान:**

अमृत बुकलेट

PROFESSORS ADDA

यह क्या है, क्यों पढ़ें इसे?

- **AMRIT Booklet** को विषय की सभी प्रमुख पुस्तको से परीक्षा उपयोगी सार निकाल एक जगह **PYQ** पैटर्न पर बनाया गया है । आपको बुक्स नही पढ़नी अब.
- यह सिर्फ एक सामान्य बुकलेट नहीं, बल्कि एक **Top-Level rstudy Tool** है, जिसे विशेष रूप से उन छात्रों के लिए तैयार किया गया है जो तेज़ रिवीजन, **Exam-Time Recall** और **Concept Clarity** चाहते हैं।
- इसमें आपको मिलेगा हर जरूरी टॉपिक का "अमृत निचोड़" — यानी वही बातें जो परीक्षा में बार-बार पूछी जाती हैं।
- यह **Booklet** हर विषय के **Core Concepts, Keywords, Thinkers, Definitions** और **Chronology** को एक जगह समेटती है — और वो भी एकदम **crisp** तरीके से प्रश्न और उत्तर शैली मे ।

🧠 लाभ और विशेषताएँ:

- ✓ Super Quick Revision Tool
- ✓ Exam Time Confidence Booster
- ✓ High Retention Format –
- ✓ 100% Exam-Oriented – No Extra, No Fluff

ALL INDIA RANK

💡 कैसे करें सर्वोत्तम उपयोग?

✅ पहले गाइड से टॉपिक का अमृत पेज पढ़ें
✅ Concepts के साथ-साथ Keywords को याद करें
✅ उसी दिन उस टॉपिक से MCQs हल करें
✅ परीक्षा से पहले सिर्फ इसी से रिवीजन करें — Time Saving, Score Boosting

Bonus Insides

🎯 यह किनके लिए है?

- ✅ **NET / SET/ PGT**
- ✅ **Assistant Professor Candidates**
- ✅ जिन्हे समय कम है लेकिन **Result** चाहिए **Strong** और **SYLLABUS** भी पूरा हो

यह **Booklet** उन सभी के लिए है जो सिर्फ पढ़ना नहीं, "सही पढ़ना" चाहते हैं।

🔑 क्या-क्या मिलेगा इसमें?

- **One Page One Topic Format –** हर पेज पर एक पूरा टॉपिक क्लियर
- **2025** के नवीनतम बदलावों के अनुसार अपडेटेड

PROFESSORS ADDA

📦 Available in Digital PDF + Print Format

📤 अभी बुक करें | DM करें | WhatsApp करें | Link से डाउनलोड करें

sample Notes/
Expert Guidance/Courier Facility Available

Download PROFESSORS ADDA APP

+91 7690022111+91 9216228788

मनोविज्ञान वनलाइनर

1. प्रश्न: 1879 में लीपज़िग, जर्मनी में पहली मनोविज्ञान प्रयोगशाला किसने स्थापित की, जिसने मनोविज्ञान की एक विज्ञान के रूप में औपचारिक शुरुआत की?
   उत्तर: विल्हेम वुंट।
2. प्रश्न: किस मनोवैज्ञानिक ने अपने 1913 के लेख साइकोलॉजी एज़ द बिहेवियरिस्ट व्यूज़ इट में व्यवहारवाद के स्कूल का शुभारंभ किया?
   उत्तर: जॉन बी. वाटसन।
3. प्रश्न: 'सामूहिक अचेतन' की अवधारणा, जिसमें सभी मनुष्यों द्वारा साझा किए गए आद्यरूप (archetypes) होते हैं, किस नव-फ्रायडियन सिद्धांतकार का एक केंद्रीय विचार था?
   उत्तर: कार्ल युंग।
4. प्रश्न: किसने अपने 1943 के पेपर ए थ्योरी ऑफ ह्यूमन मोटिवेशन में 'आवश्यकताओं के पदानुक्रम' का प्रस्ताव दिया, जिसमें आत्म-सिद्धि शिखर पर थी?
   उत्तर: अब्राहम मास्लो।
5. प्रश्न: 1960 के दशक में प्रसिद्ध 'बोबो डॉल प्रयोग', जिसने अवलोकनात्मक अधिगम का प्रदर्शन किया, किस मनोवैज्ञानिक द्वारा आयोजित किया गया था?
   उत्तर: अल्बर्ट बंडुरा।
6. प्रश्न: बी.एफ. स्किनर द्वारा 1938 में प्रकाशित किस प्रभावशाली पुस्तक ने क्रियाप्रसूत अनुबंधन (operant conditioning) के सिद्धांतों को प्रतिपादित किया?
   उत्तर: द बिहेवियर ऑफ ऑर्गेनिज्म्स।
7. प्रश्न: 'संज्ञानात्मक असंगति' का सिद्धांत, जो परस्पर विरोधी विश्वासों को रखने से होने वाली मानसिक असुविधा की व्याख्या करता है, 1957 में किसके द्वारा

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

प्रस्तावित किया गया था?

उत्तर: लियोन फेस्टिंगर।

8. प्रश्न: किसने 'मनोसामाजिक विकास के आठ चरण' विकसित किए, जो शैशवावस्था से लेकर वृद्धावस्था तक फैले हुए हैं?

उत्तर: एरिक एरिक्सन।

9. प्रश्न: 'प्रभाव का नियम', जो बताता है कि संतोषजनक परिणामों के बाद की प्रतिक्रियाओं के पुन: होने की अधिक संभावना हो जाती है, किस मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रतिपादित किया गया था?

उत्तर: एडवर्ड थार्नडाइक।

10. प्रश्न: APA द्वारा मानसिक विकारों के नैदानिक और सांख्यिकीय मैनुअल (DSM) का पहला संस्करण किस वर्ष प्रकाशित किया गया था?

उत्तर: 1952.

11. प्रश्न: 1890 की पुस्तक, द प्रिंसिपल्स ऑफ साइकोलॉजी, जो इस क्षेत्र का एक foundational ग्रंथ है, के लेखक कौन हैं?

उत्तर: विलियम जेम्स।

12. प्रश्न: 'बहु-बुद्धि' का सिद्धांत, जिसने एक एकल सामान्य बुद्धि के विचार को चुनौती दी, अपनी 1983 की पुस्तक फ्रेम्स ऑफ माइंड में किसने प्रस्तावित किया?

उत्तर: हावर्ड गार्डनर।

13. प्रश्न: 'स्टैनफोर्ड जेल प्रयोग', जिसने कथित शक्ति के मनोवैज्ञानिक प्रभावों का अध्ययन किया, 1971 में किस शोधकर्ता द्वारा आयोजित किया गया था?

उत्तर: फिलिप जिम्बार्डो।

14. प्रश्न: 'आसक्ति सिद्धांत' (attachment theory), जो मनुष्यों के बीच दीर्घकालिक संबंधों की गतिशीलता का वर्णन करता है, किस ब्रिटिश मनोविश्लेषक द्वारा विकसित किया गया था?

उत्तर: जॉन बोल्बी।

15. प्रश्न: स्मृति का 'प्रसंस्करण के स्तर' मॉडल, जो मल्टी-स्टोर मॉडल का विरोध

करता है, 1972 में किन दो मनोवैज्ञानिकों द्वारा प्रस्तावित किया गया था?
उत्तर: क्रेक और लॉकहार्ट।

16. प्रश्न: 'जी-फैक्टर' (सामान्य बुद्धि) की अवधारणा सबसे पहले किस ब्रिटिश मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रस्तावित की गई थी?
उत्तर: चार्ल्स स्पीयरमैन।

17. प्रश्न: किसे 'व्यक्ति-केंद्रित चिकित्सा' का संस्थापक माना जाता है और उन्होंने बिना शर्त सकारात्मक सम्मान जैसी अवधारणाओं पर जोर दिया?
उत्तर: कार्ल रोजर्स।

18. प्रश्न: अभूतपूर्व 'अनुरूपता प्रयोग', जिसने दिखाया कि कैसे समूह का दबाव व्यक्तिगत निर्णय को प्रभावित कर सकता है, 1950 के दशक में किसके द्वारा आयोजित किए गए थे?
उत्तर: सोलोमन ऐश।

19. प्रश्न: 'बुद्धि का त्रितंत्रीय सिद्धांत', जिसमें विश्लेषणात्मक, रचनात्मक और व्यावहारिक बुद्धि शामिल है, किस मनोवैज्ञानिक द्वारा विकसित किया गया था?
उत्तर: रॉबर्ट स्टर्नबर्ग।

20. प्रश्न: अपने संज्ञानात्मक विकास के सिद्धांत में, किसने चार चरणों का प्रस्ताव दिया: संवेदी-पेशीय, पूर्व-संक्रियात्मक, मूर्त-संक्रियात्मक और औपचारिक-संक्रियात्मक?
उत्तर: जीन पियाजे।

21. प्रश्न: 'बिग फाइव' व्यक्तित्व विशेषक (OCEAN) 1980 के दशक में किन दो प्रमुख शोधकर्ताओं द्वारा उन्नत किए गए थे?
उत्तर: पॉल कोस्टा और रॉबर्ट मैकक्रे।

22. प्रश्न: किसने 'रेशनल इमोटिव बिहेवियर थेरेपी' (REBT) विकसित की, जो संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी (CBT) का अग्रदूत है?
उत्तर: अल्बर्ट एलिस।

23. प्रश्न: 'नियंत्रण के लोकस' (आंतरिक बनाम बाहरी) की अवधारणा 1950 के दशक में किस मनोवैज्ञानिक द्वारा सामाजिक शिक्षण सिद्धांत के हिस्से के रूप में

विकसित की गई थी?

उत्तर: जूलियन रोटर।

24. प्रश्न: 'विस्मरण वक्र', जो समय के साथ स्मृति प्रतिधारण में गिरावट की परिकल्पना करता है, का वर्णन सबसे पहले किस जर्मन मनोवैज्ञानिक ने किया था?

उत्तर: हरमन एबिंगहॉस।

25. प्रश्न: 1960 के दशक की शुरुआत में येल विश्वविद्यालय में किए गए अपने विवादास्पद 'आज्ञाकारिता प्रयोगों' के लिए कौन जाना जाता है?

उत्तर: स्टेनली मिलग्राम।

26. प्रश्न: संज्ञानात्मक विकास का 'समाज-सांस्कृतिक सिद्धांत', जो सामाजिक संपर्क और संस्कृति की भूमिका पर जोर देता है, का श्रेय किस सोवियत मनोवैज्ञानिक को दिया जाता है?

उत्तर: लेव वायगोत्स्की।

27. प्रश्न: अपने विशेषक सिद्धांत के आधार पर '16 व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली' (16PF) विकसित करने का श्रेय किसे दिया जाता है?

उत्तर: रेमंड कैटेल।

28. प्रश्न: 1899 में प्रकाशित पुस्तक इंटरप्रिटेशन ऑफ ड्रीम्स, मनोविश्लेषण के किस संस्थापक का एक मौलिक कार्य है?

उत्तर: सिगमंड फ्रायड।

29. प्रश्न: ध्यान का 'फीचर इंटीग्रेशन थ्योरी' 1980 में किस संज्ञानात्मक मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रस्तावित किया गया था?

उत्तर: ऐनी ट्रेइसमैन।

30. प्रश्न: 'सीखी हुई लाचारी' की अवधारणा का प्रदर्शन सबसे पहले किस मनोवैज्ञानिक द्वारा कुत्तों पर किए गए प्रयोगों में किया गया था?

उत्तर: मार्टिन सेलिगमैन।

31. प्रश्न: प्रेरणा का 'ड्राइव-रिडक्शन सिद्धांत' 1940 के दशक में किस प्रभावशाली अमेरिकी मनोवैज्ञानिक द्वारा विकसित किया गया था?

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

उत्तर: क्लार्क हल।

32. प्रश्न: किसने 'प्रेम का त्रिकोणीय सिद्धांत' प्रस्तावित किया, जो अंतरंगता, जुनून और प्रतिबद्धता से बना है?

उत्तर: रॉबर्ट स्टर्नबर्ग।

33. प्रश्न: विषयगत आत्मबोध परीक्षण (TAT), एक प्रक्षेपी मनोवैज्ञानिक परीक्षण, 1930 के दशक में हेनरी मरे और किस अन्य शोधकर्ता द्वारा विकसित किया गया था?

उत्तर: क्रिस्टियाना मॉर्गन।

34. प्रश्न: किसे 'लोगोथेरेपी' का संस्थापक माना जाता है, जो अर्थ की खोज पर आधारित मनोचिकित्सा का एक स्कूल है?

उत्तर: विक्टर फ्रैंकल।

35. प्रश्न: व्यक्तित्व के 'कार्डिनल, केंद्रीय और द्वितीयक विशेषकों' का सिद्धांत किस अमेरिकी मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रस्तावित किया गया था?

उत्तर: गॉर्डन ऑलपोर्ट।

36. प्रश्न: फ्रांस में पहला बुद्धि परीक्षण, बिनेट-साइमन स्केल, किस वर्ष विकसित किया गया था?

उत्तर: 1905.

37. प्रश्न: 'समूहसोच' का सिद्धांत, एक मनोवैज्ञानिक घटना जो लोगों के एक समूह के भीतर होती है, किस सामाजिक मनोवैज्ञानिक द्वारा विकसित किया गया था?

उत्तर: इरविंग जेनिस।

38. प्रश्न: 'यर्केस-डॉडसन नियम' (1908) बताता है कि प्रदर्शन उत्तेजना के साथ एक बिंदु तक बढ़ता है, जिसके बाद यह घट जाता है। इस संबंध को किस आकार के रूप में दर्शाया गया है?

उत्तर: उल्टे U-आकार।

39. प्रश्न: 1950 के दशक में फोबिया के लिए एक चिकित्सा के रूप में 'क्रमिक विसुग्राहीकरण' (Systematic Desensitization) किसने विकसित किया?

उत्तर: जोसेफ वोल्पे।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

40. प्रश्न: भावना का 'द्वि-कारक सिद्धांत' (शारीरिक उत्तेजना और संज्ञानात्मक लेबल) 1962 में किन दो शोधकर्ताओं द्वारा प्रस्तावित किया गया था?
उत्तर: शैक्टर और सिंगर।

41. प्रश्न: 'आत्म-प्रभावकारिता' की अवधारणा, अपनी सफलता की क्षमता में किसी का विश्वास, किस मनोवैज्ञानिक के सामाजिक संज्ञानात्मक सिद्धांत का एक केंद्रीय घटक है?
उत्तर: अल्बर्ट बंडुरा।

42. प्रश्न: 'समीपस्थ विकास का क्षेत्र' (ZPD) किस मनोवैज्ञानिक के विकासात्मक सिद्धांत में एक प्रमुख अवधारणा है?
उत्तर: लेव वायगोत्स्की।

43. प्रश्न: 1957 में वर्बल बिहेवियर पुस्तक किसने प्रकाशित की, जिसमें व्यवहारवादी दृष्टिकोण से भाषा का विश्लेषण किया गया?
उत्तर: बी.एफ. स्किनर।

44. प्रश्न: 'मौलिक आरोपण त्रुटि', किसी के व्यवहार को आंतरिक कारकों के आधार पर समझाने की हमारी प्रवृत्ति, सबसे पहले किस सामाजिक मनोवैज्ञानिक द्वारा गढ़ी गई थी?
उत्तर: ली रॉस।

45. प्रश्न: भारत में, मनोविज्ञान का पहला विभाग 1916 में किस विश्वविद्यालय में स्थापित किया गया था?
उत्तर: कलकत्ता विश्वविद्यालय।

46. प्रश्न: किस मनोवैज्ञानिक ने 1920 के दशक में व्यक्तित्व के प्रक्षेपी परीक्षण के रूप में उपयोग किए जाने वाले 'स्याही के धब्बों वाले परीक्षण' विकसित किए?
उत्तर: हरमन रोर्शाक।

47. प्रश्न: 'कैनन-बार्ड सिद्धांत' बताता है कि हम भावनाओं को महसूस करते हैं और शारीरिक प्रतिक्रियाओं का अनुभव एक साथ करते हैं। यह किस पुराने सिद्धांत की प्रतिक्रिया थी?
उत्तर: जेम्स-लैंग सिद्धांत।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now 7690022111 / 9216228788

48. प्रश्न: 'नैतिक विकास' की अवधारणा, जो छह चरणों में आगे बढ़ती है, प्रसिद्ध रूप से किस मनोवैज्ञानिक द्वारा प्रस्तावित की गई थी?

उत्तर: लॉरेंस कोहलबर्ग।

49. प्रश्न: भारतीय मनोवैज्ञानिक गिरिन्द्रशेखर बोस, जो अपने 'विपरीत इच्छाओं के सिद्धांत' के लिए जाने जाते हैं, ने किस प्रसिद्ध यूरोपीय मनोविश्लेषक के साथ बड़े पैमाने पर पत्राचार किया?

उत्तर: सिगमंड फ्रायड।

50. प्रश्न: 'कॉकटेल पार्टी प्रभाव', दूसरों को छानते हुए एक उत्तेजना पर ध्यान केंद्रित करने की क्षमता, मुख्य रूप से मनोविज्ञान के किस क्षेत्र में अध्ययन की जाने वाली एक घटना है?

उत्तर: संज्ञानात्मक मनोविज्ञान (विशेष रूप से, ध्यान)।

Topper's Tool Kit 2025

Topper's Tool Kit 2025

🧠 Benefits & Features:

- ✅ **Core Concepts** – हर टॉपिक का सार, आसान भाषा में
- ✅ **Key Thinkers & Theories** – नाम + विचार + साल = सब याद रहेगा
- ✅ **Important Books** – वही किताबें, जो **exams** मे आती **year** सहित
- ✅ **Flow Charts** – हर जटिल टॉपिक को **1** पेज में समझो
- ✅ **Mind Maps** – तेज़ रिविजन के लिए **Visual Recall Hack**

PROFESSORS ADDA

Topper बनने और "Smart Study का असली formula"

🧠क्यों महत्वपूर्ण है

विषय की नींव और आधार होते है विचारक और **concepts.** हर बार जरूर सवाल बनते है **UGC NET exam** से **interview** तक

ALL INDIA RANK

📢 Topper बनना है? Toolkit है जवाब!

📦 Format: Digital PDF + Optional Print
📅 Latest Update: May 2025 तक

🚀 टॉपर्स इस पर भरोसा क्यों करते हैं?

- **No Guesswork** – सिर्फ **Exam-Oriented** कंटेंट
- **Visual Learning** = तेज़ **Revision**
- टाइम बचे, स्कोर बढ़े
- घर बैठे **Smart Preparation**

PROFESSORS ADDA

📦 Available in Digital PDF + Print Format

📤 Book Now | DM | WhatsApp | Download from the link

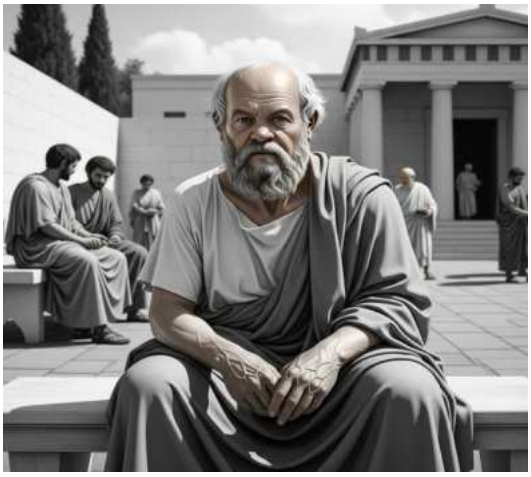
sample Notes/
Expert Guidance/Courier Facility Available

Download PROFESSORS ADDA APP

+91 7690022111+91 9216228788

मनोविज्ञान विचारक टूल किट SAMPLE

1. सुकरात (लगभग 470-399 ईसा पूर्व)

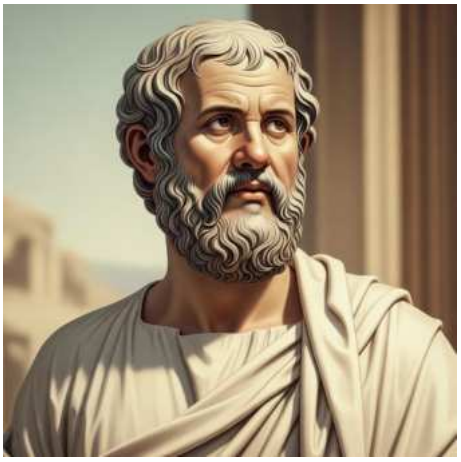


- **परिचय:**
  - एक शास्त्रीय यूनानी दार्शनिक जिन्हें पश्चिमी दर्शन के संस्थापकों में से एक माना जाता है।
  - उन्होंने ज्ञान के मार्ग के रूप में आत्म-परीक्षण और आलोचनात्मक प्रश्न पूछने के महत्व पर बल दिया।
  - उनकी अन्वेषण पद्धति, सुकरातीय पद्धति, ने आलोचनात्मक सोच और तर्क के लिए आधार तैयार किया।
  - उन्होंने आत्मनिरीक्षण के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा था, "बिना जांचे-परखे जीवन जीने लायक नहीं है।"
- **प्रमुख योगदान:**
  - आलोचनात्मक चिंतन को प्रोत्साहित करने के लिए सहकारी तर्कपूर्ण संवाद का एक रूप, सुकराती पद्धति (या एलेन्चस) विकसित की।
  - दार्शनिक फोकस को प्राकृतिक दुनिया के अध्ययन से हटाकर मानवीय मूल्यों, नैतिकता और आत्मा (मानस) के अध्ययन की ओर स्थानांतरित किया गया।
  - न्याय और सदाचार जैसी अमूर्त अवधारणाओं के लिए सार्वभौमिक परिभाषाएँ खोजने की अवधारणा प्रस्तुत की गई।
- **महत्वपूर्ण अवधारणाएं:**
  - **स्वयं को जानो:** यह उनके दर्शन का केंद्रीय सिद्धांत है, जो व्यक्तियों से अपने स्वयं के स्वभाव और विश्वासों को समझने के लिए अपना ध्यान भीतर की ओर मोड़ने का आग्रह करता है।
  - **मानस (आत्मा):** सुकरात ने मानस को बुद्धि और चरित्र दोनों का केंद्र, व्यक्ति के अस्तित्व का मूल माना।
  - **सद्गुण ही ज्ञान है:** यह विश्वास कि कोई भी व्यक्ति जानबूझकर गलत काम नहीं करता; गलत कार्य अज्ञानता से उत्पन्न होते हैं। यदि कोई व्यक्ति वास्तव में जानता है कि क्या सही है, तो वह वही करेगा।
  - **सुकरातीय विडंबना :** किसी अन्य व्यक्ति के तर्क में तार्किक दोष निकालने के लिए प्रयुक्त किया गया दिखावटी अज्ञान।
- **प्रमुख पुस्तकें एवं प्रकाशन वर्ष:**
  - **प्लेटो** (उदाहरण: अपोलॉजी, क्रिटो , फेदो) द्वारा लिखे गए संवादों के माध्यम से जाने जाते हैं।

सभी विषयों की सम्पूर्ण अध्ययन सामग्री किट उपलब्ध है।
प्रोफेसर अड्डा अभी व्हाट्सएप पर कॉल करें 7690022111 / 9216228788

2. प्लेटो (लगभग 428-348 ईसा पूर्व)

- **परिचय:**
  - सुकरात के छात्र और पश्चिमी दर्शन में एक आधारभूत व्यक्तित्व।
  - उन्होंने एथेंस में अकादमी की स्थापना की, जो पश्चिमी दुनिया में उच्च शिक्षा के पहले संस्थानों में से एक था।
  - उनके कार्य में न्याय, सौंदर्य, समानता, राजनीतिक दर्शन, धर्मशास्त्र और ज्ञानमीमांसा का अन्वेषण किया गया।
  - वह अपने स्वरूप सिद्धांत के लिए प्रसिद्ध हैं, जो यह मानता है कि भौतिक दुनिया वास्तविक दुनिया नहीं है; इसके बजाय, परम वास्तविकता हमारी भौतिक दुनिया से परे मौजूद है।

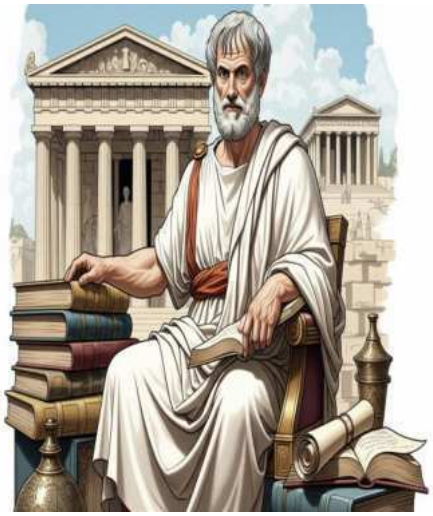


- **प्रमुख योगदान:**
  - रूपों का सिद्धांत (या विचारों का सिद्धांत) प्रस्तावित किया, जो क्षणिक, भौतिक दुनिया और रूपों की शाश्वत, परिपूर्ण दुनिया के बीच अंतर करता है।
  - त्रिपक्षीय आत्मा की अवधारणा विकसित की, जो व्यक्तित्व संरचना का एक प्रारंभिक सिद्धांत था।
  - अपने जटिल दार्शनिक विचारों को समझाने के लिए उन्होंने "गुफा का रूपक" जैसे रूपकों का प्रयोग किया।
- **महत्वपूर्ण अवधारणाएं:**
  - **रूपों का सिद्धांत:** यह विचार कि गैर-भौतिक रूप (या विचार) सबसे सटीक वास्तविकता का प्रतिनिधित्व करते हैं। भौतिक दुनिया में इन परिपूर्ण रूपों की अपूर्ण प्रतियाँ होती हैं।
  - **आत्मा का त्रिपक्षीय सिद्धांत:** प्लेटो ने प्रस्तावित किया कि आत्मा के तीन भाग हैं:
    - **लोगोस (तर्क):** बौद्धिक भाग जो सत्य की खोज करता है। सिर में स्थित।
    - **थाइमोस (आत्मा):** भावनात्मक भाग, साहस और क्रोध के लिए जिम्मेदार। छाती में स्थित।
    - **इरोस (भूख):** इच्छाओं और शारीरिक लालसाओं के लिए जिम्मेदार भाग। पेट में स्थित।
  - **गुफा का रूपक:** मानवीय स्थिति के लिए एक रूपक, जो बताता है कि हम किस प्रकार अपने संवेदी अनुभवों (छाया) में फंसे हुए हैं और हमें सच्ची वास्तविकता (गुफा के बाहर की दुनिया) को समझने के लिए तर्क का उपयोग करना चाहिए।
  - **जन्मजात ज्ञान (नेटिविज्म):** यह विश्वास कि ज्ञान सीखा नहीं जाता बल्कि रूपों की दुनिया में आत्मा के पूर्व अस्तित्व से याद किया जाता है।
- **प्रमुख पुस्तकें एवं प्रकाशन वर्ष:**
  - **रिपब्लिक** (लगभग 375 ई.पू.): इसमें न्यायपूर्ण राज्य के बारे में उनके दृष्टिकोण को रेखांकित किया गया है तथा इसमें गुफा का रूपक और त्रिपक्षीय आत्मा सिद्धांत सम्मिलित हैं।
  - **फेदो** : रूपों के सिद्धांत और आत्मा की अमरता पर चर्चा करता है।

- **संगोष्ठी** : प्रेम (इरोस) की प्रकृति का अन्वेषण।

3. अरस्तू (348-322 ईसा पूर्व)

- **परिचय:**
  - प्लेटो के एक छात्र और प्राचीन यूनानी दर्शन में एक प्रमुख व्यक्ति।
  - उन्होंने तर्कशास्त्र और जीव विज्ञान से लेकर नैतिकता और राजनीति तक मानव ज्ञान के लगभग हर क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान दिया।
  - प्लेटो के विपरीत, उन्होंने अनुभवजन्य अवलोकन और भौतिक दुनिया के महत्व पर जोर दिया।
  - उनके कार्य ने वैज्ञानिक पद्धति की नींव रखी और एक हजार से अधिक वर्षों तक पश्चिमी विचारधारा पर हावी रहा।
- **प्रमुख योगदान:**
  - उन्होंने डी एनिमा (आत्मा पर) नामक पुस्तक लिखी, जिसे मनोविज्ञान पर पहला व्यवस्थित कार्य माना जाता है, जिसमें संवेदना, धारणा, स्मृति और विचार जैसे विषयों को शामिल किया गया है।
  - न्यायवाक्य सहित औपचारिक तर्क के सिद्धांतों का विकास किया।
  - उन्होंने संगति के सिद्धांतों पर आधारित स्मृति का एक प्रारंभिक सिद्धांत प्रस्तावित किया।
- **महत्वपूर्ण अवधारणाएं:**



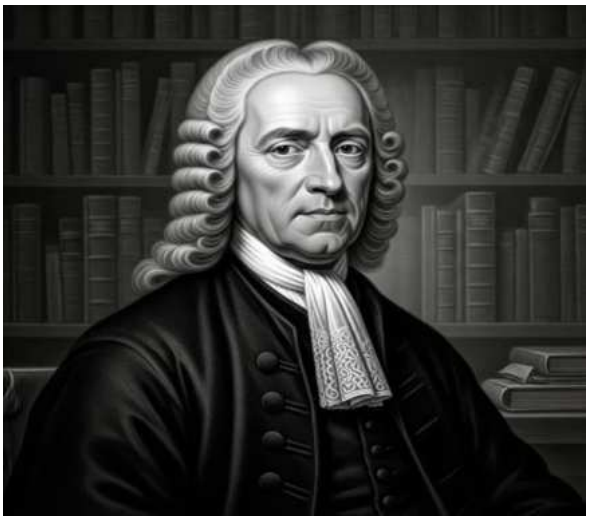
  - **हाइलोमोर्फिज्म :** यह विश्वास कि सभी पदार्थ पदार्थ (हाइले) और रूप (मॉर्फे) का एक संयोजन हैं। उन्होंने तर्क दिया कि आत्मा शरीर का "रूप" है, और इस प्रकार इससे अविभाज्य है (प्लेटो के द्वैतवाद को अस्वीकार करते हुए)।
  - **आत्माओं का पदानुक्रम:** प्रस्तावित है कि जीवित चीजों में अलग-अलग क्षमताओं वाली आत्माएं होती हैं:
    - **पोषक आत्मा:** पौधों में पाई जाती है (प्रजनन, वृद्धि)।
    - **संवेदनशील आत्मा:** जानवरों में पाई जाती है (संवेदना, गति)।
    - **तर्कसंगत आत्मा:** केवल मनुष्यों में पाई जाती है (विचार, कारण)।
  - **साहचर्य के नियम:** स्मृति का एक प्रारंभिक सिद्धांत जो यह सुझाता है कि स्मरण निम्नलिखित पर आधारित विचारों को जोड़कर शुरू होता है:
    - **सन्निकटता का नियम:** जो चीजें समय या स्थान में एक साथ घटित होती हैं वे जुड़ी हुई होती हैं।
    - **समानता का नियम:** समान चीजें एक दूसरे के बारे में विचार उत्पन्न करती हैं।
    - **विपरीतता का नियम:** विपरीत चीजें एक दूसरे के बारे में विचार उत्पन्न करती हैं।
  - **अनुभववाद:** यह विश्वास कि ज्ञान संवेदी अनुभव और प्राकृतिक दुनिया के अवलोकन से प्राप्त होता है।
- **प्रमुख पुस्तकें एवं प्रकाशन वर्ष:**

- **डी एनिमा (आत्मा पर)** (लगभग 350 ई.पू.): जीवन और मन की प्रकृति पर पहला प्रमुख कार्य।
- **निकोमैचेन एथिक्स** : नैतिकता और खुशी की खोज (यूडेमोनिया) पर उनका प्रमुख कार्य।

4. रेने डेसकार्टेस (1596-1650)

- **परिचय:**
  - एक फ्रांसीसी दार्शनिक, गणितज्ञ और वैज्ञानिक जिन्हें अक्सर "आधुनिक दर्शन का जनक" कहा जाता है।
  - उन्होंने तर्क और निश्चितता पर आधारित समस्त ज्ञान के लिए आधार स्थापित करने का प्रयास किया।
  - उनके कार्य ने मन और शरीर के बीच एक स्पष्ट अंतर स्थापित किया, एक ऐसी अवधारणा जिसने पश्चिमी चिंतन को गहराई से प्रभावित किया।
  - वह अपने दार्शनिक कथन "मैं सोचता हूँ, इसलिए मैं हूँ" (कोगिटो, एर्गो सम) के लिए प्रसिद्ध हैं।
- **प्रमुख योगदान:**
  - मन-शरीर द्वैतवाद का प्रस्ताव, एक सिद्धांत जिसके अनुसार मन (एक गैर-भौतिक, आध्यात्मिक पदार्थ) और शरीर (एक भौतिक, भौतिक पदार्थ) अलग-अलग हैं, लेकिन परस्पर क्रिया करते हैं।
  - प्रतिवर्ती क्रिया की अवधारणा विकसित की, जिसमें सुझाया गया कि कुछ शारीरिक गतिविधियां यांत्रिक होती हैं और उनके लिए सचेत विचार की आवश्यकता नहीं होती।
  - उन्होंने तर्क दिया कि कुछ विचार (जैसे ईश्वर, आत्मा और पूर्णता) जन्मजात होते हैं और अनुभव से उत्पन्न नहीं होते।
- **महत्वपूर्ण अवधारणाएं:**
  - **द्वैतवाद (अंतःक्रियावाद):** मन और शरीर अलग-अलग संस्थाएँ हैं। उन्होंने सुझाव दिया कि वे मस्तिष्क में **पीनियल ग्रंथि के माध्यम से परस्पर क्रिया करते हैं।**
  - **बुद्धिवाद:** दार्शनिक दृष्टिकोण जिसके अनुसार ज्ञान का मुख्य स्रोत और परीक्षण तर्क है, न कि संवेदी अनुभव।
  - **जन्मजात विचार:** वे विचार जो जन्मजात होते हैं और किसी भी अनुभव से पहले मन में मौजूद होते हैं।
  - **शरीर का यांत्रिक दृष्टिकोण:** उन्होंने पशु और मानव शरीर को भौतिक नियमों द्वारा शासित एक जटिल मशीन के रूप में देखा।
- **प्रमुख पुस्तकें एवं प्रकाशन वर्ष:**
  - **विधि पर प्रवचन** (1637): इसमें उनकी दार्शनिक विधि की रूपरेखा दी गई है तथा उनका प्रसिद्ध "कोगिटो" कथन सम्मिलित है।
  - **प्रथम दर्शन पर ध्यान** (1641): उनके आध्यात्मिक विचारों की विस्तृत खोज।
  - **पैशन्स ऑफ द सोल** (1649): भावनाओं और मन-शरीर अंतःक्रिया पर उनका काम।

5. जॉन लोके (1632-1704)



- **परिचय:**
  - एक अंग्रेजी दार्शनिक और चिकित्सक, जिन्हें व्यापक रूप से ज्ञानोदय विचारकों में सबसे प्रभावशाली माना जाता है।
  - अपने राजनीतिक सिद्धांतों के लिए उन्हें "उदारवाद के जनक" [2] के रूप में जाना जाता है।
  - मनोविज्ञान में, वह ब्रिटिश अनुभववाद के स्कूल में एक प्रमुख व्यक्ति हैं।
  - मन को एक "कोरी स्लेट" मानने के उनके विचार, डेसकार्टेस की जन्मजात विचारों की अवधारणा के लिए एक सीधी चुनौती थे।
- **प्रमुख योगदान:**
  - उन्होंने "टेबुला रासा" का सिद्धांत प्रस्तुत किया, जिसमें तर्क दिया गया कि जन्म के समय मानव मस्तिष्क एक कोरी स्लेट होता है।
  - उन्होंने तर्क दिया कि सभी ज्ञान अनुभव से प्राप्त होते हैं, जिसे उन्होंने संवेदना और प्रतिबिंब में विभाजित किया।
  - सरल और जटिल विचारों के बीच अंतर किया।
- **महत्वपूर्ण अवधारणाएं:**
  - **टेबुला रासा (कोरी स्लेट):** यह विचार कि कोई जन्मजात विचार नहीं होते; सारा ज्ञान अनुभव से आता है।
  - **अनुभववाद:** दार्शनिक सिद्धांत जिसके अनुसार समस्त ज्ञान इन्द्रियों से प्राप्त अनुभव पर आधारित होता है।
  - **संवेदना और प्रतिबिंब:** हमारे सभी विचारों के दो स्रोत। **संवेदना** बाहरी संवेदी वस्तुओं से इनपुट है, और **प्रतिबिंब** मन की अपनी स्वयं की क्रियाओं की धारणा है (उदाहरण के लिए सोचना, संदेह करना, विश्वास करना)।
  - **सरल बनाम जटिल विचार: सरल विचार** संवेदना या प्रतिबिंब से निष्क्रिय रूप से प्राप्त विचारों के मूल निर्माण खंड हैं। **जटिल विचार** मन द्वारा सरल विचारों को सक्रिय रूप से संयोजित करके बनाए जाते हैं।
- **प्रमुख पुस्तकें एवं प्रकाशन वर्ष:**
  - **मानव समझ पर एक निबंध** (1689): उनका प्रमुख कार्य जिसमें मन के उनके अनुभववादी दर्शन का विवरण दिया गया है।
  - **टू ट्रीटिसेज़ ऑफ गवर्नमेंट** (1689): राजनीतिक दर्शन में उनका आधारभूत कार्य।

1. सुकरात (लगभग 470-399 ईसा पूर्व)

वर्ग	विवरण
संक्षिप्त परिचय	यूनानी दार्शनिक; पाश्चात्य दर्शन में आधारभूत व्यक्ति; प्लेटो के शिक्षक।
महत्वपूर्ण अवधारणाएं	- सुकरातीय पद्धति (एलेन्चस) - नैतिक बौद्धिकता - ज्ञान ही सद्गुण है
प्रमुख पुस्तकें (वर्ष सहित)	- उनकी अपनी कोई रचना नहीं; प्लेटो द्वारा लिखित संवाद (एपोलॉजी , क्रिटो , फीडो)
उल्लेखनीय तथ्य	- हेमलोक द्वारा मौत की सजा - "मुझे पता है कि मुझे कुछ नहीं पता" के लिए जाना जाता है

2. प्लेटो (लगभग 428-348 ईसा पूर्व)

वर्ग	विवरण
संक्षिप्त परिचय	सुकरात के शिष्य, अरस्तू के शिक्षक; अकादमी के संस्थापक, प्रथम उच्च शिक्षा संस्थान।
महत्वपूर्ण अवधारणाएं	- रूपों/विचारों का सिद्धांत - गुफा का रूपक - त्रिपक्षीय आत्मा - दार्शनिक राजा
प्रमुख पुस्तकें (वर्ष सहित)	- रिपब्लिक (~380 ईसा पूर्व) - फेदो , सिम्पोजियम , टिमाईअस , कानून
उल्लेखनीय तथ्य	- राजनीतिक दर्शन और तत्वमीमांसा की नींव रखी - द्वंद्वात्मक पद्धति की शुरुआत की

3. अरस्तू (384-322 ईसा पूर्व)

वर्ग	विवरण
संक्षिप्त परिचय	प्लेटो के शिष्य; सिकंदर महान के शिक्षक; लिसेयुम के संस्थापक; मानव ज्ञान के व्यवस्थितकर्ता।
महत्वपूर्ण अवधारणाएं	- अनुभववाद - चार कारण - स्वर्णिम मध्य - तर्क और न्यायवाक्य
प्रमुख पुस्तकें (वर्ष सहित)	- निकोमैचेन नैतिकता , राजनीति , काव्यशास्त्र , तत्वमीमांसा , ऑर्गन
उल्लेखनीय तथ्य	- प्राकृतिक विज्ञान, राजनीति, नैतिकता, तर्कशास्त्र को प्रभावित किया

4. रेने डेसकार्टेस (1596-1650)

वर्ग	विवरण
संक्षिप्त परिचय	फ़्रांसीसी बुद्धिवादी दार्शनिक और गणितज्ञ; आधुनिक पश्चिमी दर्शन के संस्थापक।
महत्वपूर्ण अवधारणाएं	- कोगिटो एर्गो सम ("मैं सोचता हूँ, इसलिए मैं हूँ") - मन-शरीर द्वैतवाद - कार्तीय संदेह
प्रमुख पुस्तकें (वर्ष सहित)	- प्रथम दर्शन पर चिंतन (1641) - विधि पर प्रवचन (1637)
उल्लेखनीय तथ्य	- समन्वय ज्यामिति का विकास किया - निगमन और तर्क पर जोर दिया

सभी विषयों की सम्पूर्ण अध्ययन सामग्री किट उपलब्ध है।
प्रोफेसर अड्डा अभी व्हाट्सएप पर कॉल करें 7690022111 / 9216228788

5. जॉन लोके (1632-1704)

वर्ग	विवरण
संक्षिप्त परिचय	अंग्रेजी दार्शनिक और चिकित्सक; प्रमुख ज्ञानोदय विचारक; ब्रिटिश अनुभववाद के संस्थापक।
महत्वपूर्ण अवधारणाएं	- टैबुला रासा (रिक्त स्लेट) - अनुभववाद - प्राकृतिक अधिकार: जीवन, स्वतंत्रता, संपत्ति
प्रमुख पुस्तकें (वर्ष सहित)	- मानव समझ पर एक निबंध (1689) - सरकार पर दो ग्रंथ (1689)
उल्लेखनीय तथ्य	- उदार लोकतंत्र को प्रभावित किया - विचारों ने अमेरिकी और फ्रांसीसी क्रांतियों को आकार दिया

मनोविज्ञान महत्वपूर्ण पुस्तकें एवं तालिका

1. **मनोविज्ञान के सिद्धांत** (1890) - **विलियम जेम्स** : आधुनिक मनोविज्ञान का एक आधारभूत पाठ, जो चेतना की धारा, आदत और स्वयं जैसी अवधारणाओं का परिचय देता है।
2. **सपनों की व्याख्या** (1899) - **सिगमंड फ्रायड** : मनोविश्लेषण की मूल बातें, अचेतन मन की अवधारणा और स्वप्न विश्लेषण का परिचय दिया।
3. **व्यवहारवाद** (1924) - **जॉन बी. वॉटसन** : व्यवहारवादी आंदोलन का घोषणापत्र, जिसमें तर्क दिया गया कि मनोविज्ञान को केवल अवलोकनीय व्यवहार का अध्ययन करना चाहिए।
4. **जीवों का व्यवहार** (1938) - **बी.एफ. स्किनर** : क्रियाप्रसूत कंडीशनिंग के सिद्धांतों को रेखांकित किया, जो कट्टरपंथी व्यवहारवाद की आधारशिला है।
5. **प्रेरणा और व्यक्तित्व** (1954) - **अब्राहम मास्लो** : आवश्यकताओं के प्रसिद्ध पदानुक्रम की शुरुआत की और मानवतावादी मनोविज्ञान के लिए एक आधारभूत पाठ बन गया।
6. **ऑन बिकमिंग ए पर्सन** (1961) - **कार्ल रोजर्स** : मानवतावादी मनोविज्ञान में एक महत्वपूर्ण कार्य, जिसमें ग्राहक-केंद्रित चिकित्सा और पूर्ण रूप से कार्यशील व्यक्ति के सिद्धांतों का विस्तार से वर्णन किया गया है।
7. **बचपन और समाज** (1950) - **एरिक एरिकसन** : मानव जीवनकाल में मनोसामाजिक विकास का प्रभावशाली सिद्धांत प्रस्तुत किया।
8. **संज्ञानात्मक मनोविज्ञान** (1967) - **उलरिक नीसर** : उन्होंने "संज्ञानात्मक मनोविज्ञान" शब्द गढ़ा और उन्हें इस क्षेत्र का संस्थापक ग्रन्थ माना जाता है।
9. **संज्ञानात्मक असंगति का सिद्धांत** (1957) - **लियोन फेस्टिंगर** : सामाजिक मनोविज्ञान में एक ऐतिहासिक पुस्तक जो बताती है कि लोग अपने संज्ञानों के बीच स्थिरता कैसे चाहते हैं।
10. **अधिकार के प्रति आज्ञाकारिता: एक प्रयोगात्मक दृष्टिकोण** (1974) - **स्टेनली मिलग्राम** : आज्ञाकारिता पर अपने विवादास्पद और प्रभावशाली प्रयोगों का विस्तृत विवरण दिया।
11. **द नेचर ऑफ प्रेजुडिस** (1954) - **गॉर्डन ऑलपोर्ट** : एक क्लासिक पाठ जिसने पूर्वाग्रह, रूढ़िवादिता और अंतर-समूह संबंधों के आधुनिक मनोवैज्ञानिक अध्ययन के लिए आधार तैयार किया।
12. **सामाजिक अधिगम सिद्धांत** (1977) - **अल्बर्ट बंडुरा** : अवलोकनात्मक अधिगम, मॉडलिंग और आत्म-प्रभावकारिता के सिद्धांतों को समझाया।
13. **फ्रेम्स ऑफ माइंड: द थ्योरी ऑफ मल्टीपल इंटेलिजेंस** (1983) - **हॉवर्ड गार्डनर :** बुद्धि के कई अलग-अलग प्रकारों का प्रस्ताव देकर बुद्धि के पारंपरिक दृष्टिकोण को चुनौती दी ।
14. **भावनात्मक बुद्धिमत्ता** (1995) - **डैनियल गोलेमैन** : भावनात्मक बुद्धिमत्ता (ईक्यू) की अवधारणा और जीवन की सफलता में इसके महत्व को लोकप्रिय बनाया।
15. **मैन्स सर्च फॉर मीनिंग** (1946) - **विक्टर फ्रैंकल** : नाजी यातना शिविरों में अपने अनुभवों के आधार पर, अस्तित्ववादी विश्लेषण के एक रूप, लॉगोथेरेपी की शुरुआत की।
16. **बुद्धि का मनोविज्ञान** (1947) - **जीन पियाजे** : पियाजे की एक प्रमुख कृति जिसमें बच्चों के संज्ञानात्मक विकास पर उनके सिद्धांतों को रेखांकित किया गया है।
17. **विचार और भाषा** (1934) - **लेव वायगोत्स्की** : समीपस्थ विकास क्षेत्र सहित संज्ञानात्मक विकास के लिए सामाजिक-सांस्कृतिक दृष्टिकोण की व्याख्या करता है।
18. **अटैचमेंट एंड लॉस, खंड 1: अटैचमेंट** (1969) - **जॉन बॉल्बी** : अटैचमेंट सिद्धांत के लिए आधारभूत पाठ,

सभी विषयों की सम्पूर्ण अध्ययन सामग्री किट उपलब्ध है।
प्रोफेसर अड्डा अभी व्हाट्सएप पर कॉल करें 7690022111 / 9216228788

प्रारंभिक भावनात्मक बंधनों के महत्व को समझाता है।

19. **मनोवैज्ञानिक प्रकार** (1921) - **कार्ल जंग** : अंतर्मुखता और बहिर्मुखता की अवधारणाओं को पेश किया और मायर्स-ब्रिग्स प्रकार सूचक (एमबीटीआई) के लिए आधार तैयार किया।
20. **अवसाद की संज्ञानात्मक थेरेपी** (1979) - **आरोन टी. बेक** , एट अल.: संज्ञानात्मक व्यवहार थेरेपी (सीबीटी) पर निर्णायक कार्य, जिसमें नकारात्मक विचार पैटर्न को बदलकर अवसाद का इलाज करने का विवरण दिया गया है।
21. **अहंकार और रक्षा तंत्र** (1936) - **अन्ना फ्रायड** : अहंकार मनोविज्ञान का एक आधारभूत पाठ, जो विभिन्न रक्षा तंत्रों को व्यवस्थित रूप से रेखांकित करता है।
22. **हमारे आंतरिक संघर्ष: न्यूरोसिस का एक रचनात्मक सिद्धांत** (1945) - **करेन हॉर्नी** : एक प्रमुख नव-फ्रायडियन कार्य जिसने फ्रायड के सिद्धांतों की आलोचना की और " चाहिए के अत्याचार " जैसी अवधारणाओं को पेश किया।
23. **बुद्धि का मापन** (1916) - **लुईस टर्मन** : स्टैनफोर्ड- बिनेट बुद्धि पैमाने का विस्तृत विवरण दिया और संयुक्त राज्य अमेरिका में बुद्धि लब्धि (आईक्यू) की अवधारणा को लोकप्रिय बनाया।
24. **व्यक्तित्व: एक मनोवैज्ञानिक व्याख्या** (1937) - **गॉर्डन ऑलपोर्ट** : व्यक्तित्व मनोविज्ञान में एक आधारभूत पाठ, जो विशेषता सिद्धांत का परिचय देता है।
25. **थिंकिंग, फास्ट एंड स्लो** (2011) - **डैनियल काह्नमैन** : संज्ञानात्मक पूर्वाग्रहों, हेयुरिस्टिक्स और सोचने की दो प्रणालियों पर दशकों के शोध का सारांश।
26. **मनोविज्ञान के सिद्धांत** (1935) - **कर्ट कोफ्का** : एक व्यापक कार्य जो गेस्टाल्ट मनोविज्ञान के मूल सिद्धांतों को समझाता है, जैसे कि संपूर्ण अपने भागों के योग से अलग होता है।
27. **मनोवैज्ञानिक परीक्षण के आवश्यक तत्व** - **ली जे. क्रोनबाक** : मनोमीति और मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन के सिद्धांतों पर एक क्लासिक और आवश्यक पाठ्यपुस्तक।
28. **फिजियोलॉजिकल साइकोलॉजी के आधार** - **नील आर. कार्लसन** : व्यवहार के जैविक आधार को कवर करने वाली एक मानक पाठ्यपुस्तक, जिसमें तंत्रिका विज्ञान और मनोचिकित्सा विज्ञान शामिल हैं।
29. **भारतीय मनोविज्ञान** - **जदुनाथ सिन्हा** : एक व्यापक बहु-खंडीय कार्य जो शास्त्रीय भारतीय चिंतन से मनोवैज्ञानिक अवधारणाओं का एक व्यवस्थित विवरण प्रदान करता है।
30. **भारतीय मनोविज्ञान की पुस्तिका (2009) - के. रामकृष्ण** राव , गिरीश्वर द्वारा संपादित मिश्रा , एवं अजीत के. दलाल : भारतीय परिप्रेक्ष्य से मनोविज्ञान के विभिन्न पहलुओं पर निबंधों का एक आधुनिक संकलन।

सभी विषयों की सम्पूर्ण अध्ययन सामग्री किट उपलब्ध है।
प्रोफेसर अड्डा अभी व्हाट्सएप पर कॉल करें 7690022111 / 9216228788

1: मनोविज्ञान के प्रमुख स्कूल

विद्यालय	मुख्य प्रस्तावक	अवधि (लगभग)	मूल विश्वास/फोकस	महत्वपूर्ण पदों
संरचनावाद	विल्हेम वुंड्ट, ई.बी. टिचेनर	1879–1920 के दशक	चेतना का उसके मूल तत्वों (संवेदनाओं, भावनाओं, छवियों) में विश्लेषण करना।	आत्मनिरीक्षण, चेतना के तत्व
व्यावहारिकता	विलियम जेम्स, जॉन डेवी	1890–1930 के दशक	पर्यावरण के अनुकूल होने में चेतना और व्यवहार के उद्देश्य/कार्य को समझना।	चेतना की धारा, अनुकूलन
मनोविश्लेषण	सिगमंड फ्रायड, कार्ल जंग, अल्फ्रेड एडलर	1900-वर्तमान	व्यक्तित्व और व्यवहार को आकार देने में अचेतन मन, बचपन के अनुभव और पारस्परिक संबंधों की भूमिका।	अचेतन, इद/अहं/प्रतिअहं, रक्षा तंत्र
आचरण	जॉन बी. वॉटसन, बी.एफ. स्किनर, इवान पावलोव	1913–1960 के दशक	मनोविज्ञान केवल अवलोकनीय व्यवहार का विज्ञान होना चाहिए; पर्यावरण व्यवहार को आकार देता है।	कंडीशनिंग (शास्त्रीय/ऑपरेन्ट), सुदृढ़ीकरण
समष्टि मनोविज्ञान	मैक्स वर्थाइमर, कर्ट कोफ्का , वोल्फगैंग कोहलर	1910–1940 के दशक	चेतना को एक संगठित समग्रता के रूप में समझना सबसे अच्छा है, न कि इसे घटकों में तोड़कर। "संपूर्णता अपने भागों के योग से अलग होती है।"	फी घटना, अंतर्दृष्टि, आकृति-भूमि
मानवतावादी मनोविज्ञान	अब्राहम मास्लो, कार्ल रोजर्स	1950 के दशक 1970 के दशक के	मानवीय क्षमता, स्वतंत्र इच्छा और आत्म-साक्षात्कार पर जोर देता है। मनोविश्लेषण और व्यवहारवाद के खिलाफ एक प्रतिक्रिया।	आत्म-साक्षात्कार, बिना शर्त सकारात्मक सम्मान
संज्ञानात्मक मनोविज्ञान	उलरिक नीसर , जीन पियागेट, अल्बर्ट	1960 से वर्तमान तक	यह सोच, स्मृति, धारणा, भाषा और	सूचना प्रसंस्करण, स्कीमा, संज्ञानात्मक

सभी विषयों की सम्पूर्ण अध्ययन सामग्री किट उपलब्ध है।
प्रोफेसर अड्डा अभी व्हाट्सएप पर कॉल करें 7690022111 / 9216228788

	बंडुरा		समस्या समाधान जैसी मानसिक प्रक्रियाओं पर ध्यान केंद्रित करता है।	मानचित्र

2: प्रमुख अग्रदूत और उनका योगदान

प्रथम अन्वेषक	अवधि	मुख्य योगदान	संबद्ध स्कूल/संकल्पना
विल्हेम वुंड्ट	1832–1920	जर्मनी के लीपज़िग में पहली मनोविज्ञान प्रयोगशाला की स्थापना की (1879)।	संरचनावाद
विलियम जेम्स	1842–1910	मनोविज्ञान के सिद्धांत लिखे; भावना का सिद्धांत विकसित किया (जेम्स-लैंग)।	व्यावहारिकता
हरमन एबिंगहॉस	1850–1909	स्मृति पर अग्रणी प्रयोगात्मक अध्ययन आयोजित किए और "विस्मृति वक्र" विकसित किया।	स्मृति अनुसंधान
इवान पावलोव	1849–1936	कुत्तों के साथ अपने प्रयोगों के माध्यम से शास्त्रीय कंडीशनिंग के सिद्धांतों की खोज की।	आचरण
सर फ्रांसिस गैल्टन	1822–1911	मनोमीट्रिक्स, विभेदक मनोविज्ञान, तथा "प्रकृति बनाम पोषण" बहस में अग्रणी।	बुद्धि परीक्षण
अल्फ्रेड बिने	1857–1911	पहला व्यावहारिक बुद्धि परीक्षण (बिने -साइमन पैमाना) विकसित किया।	बुद्धि परीक्षण

3: मनोविश्लेषण सिद्धांतकार – एक तुलना

विचारक	अवधि	मूल विचार	अचेतन पर देखें	महत्वपूर्ण अवधारणाएं
सिगमंड फ्रायड	1856–1939	व्यवहार अचेतन आवेगों, कामुकता और बचपन के अनुभवों से निर्धारित होता है।	दमित इच्छाओं और आघातों का भण्डार।	मनोलैंगिक अवस्थाएँ, ओडिपस कॉम्प्लेक्स
कार्ल जंग	1875–1961	व्यक्तित्वीकरण और चेतन एवं अचेतन	इसमें एक सामूहिक अचेतन शामिल है	मूलरूप, अंतर्मुखता/बहिर्मुखता

		शक्तियों के बीच संतुलन पर ध्यान केन्द्रित करें।	जिसमें मूलरूप शामिल हैं।	
अल्फ्रेड एडलर	1870–1937	व्यवहार हीनता की भावना पर काबू पाने और श्रेष्ठता के लिए प्रयास करने की आवश्यकता से प्रेरित होता है।	फ्रायड की तुलना में कम जोर; सचेत लक्ष्यों पर ध्यान केन्द्रित करें।	हीन भावना, जन्म क्रम
करेन हॉर्नी	1885–1952	सामाजिक और सांस्कृतिक कारकों पर जोर दिया गया; बुनियादी चिंता व्यक्तित्व का केन्द्र है।	दमित संघर्षों पर वर्तमान चिंताओं पर ध्यान केंद्रित किया गया।	बुनियादी चिंता, विक्षिप्त ज़रूरतें, गर्भ ईर्ष्या

4: आधारभूत मनोवैज्ञानिक ग्रंथ और उनका वर्ष

मूलपाठ	लेखक / दार्शनिक	स्कूल / मैदान	वर्ष (लगभग)
मनोविज्ञान के सिद्धांत	विलियम जेम्स	व्यावहारिकता	1890
सपनों की व्याख्या	सिगमंड फ्रायड	मनोविश्लेषण	1899
आचरण	जॉन बी. वॉटसन	आचरण	1924
गेस्टाल्ट मनोविज्ञान के सिद्धांत	कर्ट कोफ्का	समष्टि मनोविज्ञान	1935
प्रेरणा और व्यक्तित्व	अब्राहम मेस्लो	मानवतावादी मनोविज्ञान	1954
संज्ञानात्मक मनोविज्ञान	उलरिक NEISSER	संज्ञानात्मक मनोविज्ञान	1967
संज्ञानात्मक मतभेद का सिद्धांत	लियोन फेस्टिंगर	सामाजिक मनोविज्ञान	1957

UNIT WISE THEORY NOTES
ALL SUBJECT AND PAPER I
UGC NET
BOTH MEDIUM AVAILABLE
10 YEAR'S PYQ
ALL SUBJECT AND PAPER I
UGC NET
BOTH MEDIUM AVAILABLE
अमृत AMRIT BOOKLET
AVAILABLE FOR ALL SUBJECTS
UGC NET
TOPPER'S CHOICE
YOUR SUCCESS IS OUR MISSION
CALL US 7690022111
PROFESSORS ADDA
10 MODEL PAPER
ALL SUBJECT AND PAPER I
UGC NET
BOTH MEDIUM AVAILABLE
100% ERROR FREE
TRUSTED BY TOPPERS
According NET EXAM Pattern
ALL SYLLABUS COVERED
DETAILED ANSWER
BEST SELLER
+91-76900-22111
+91-92162-28788

यूजीसी नेट मनोविज्ञान: आसान स्तर का मॉडल एमसीक्यू पेपर (इकाइयाँ 1-10)

इकाई 1: मनोविज्ञान का उद्भव

1. 1879 में पहली मनोविज्ञान प्रयोगशाला की स्थापना के लिए "प्रयोगात्मक मनोविज्ञान का जनक" किसे माना जाता है?

   A) सिगमंड फ्रायड

   B) विलियम जेम्स

   C) विल्हेम वुंड्ट

   D) इवान पावलोव

   उत्तर: C) विल्हेम वुंड्ट

   स्पष्टीकरण:

   1. विल्हेम वुंड्ट ने पहली औपचारिक मनोविज्ञान प्रयोगशाला की स्थापना की।
   2. यह महत्वपूर्ण घटना जर्मनी के लीपज़िग में घटी।
   3. इस प्रयोगशाला की स्थापना का वर्ष 1879 था।
   4. वुंड्ट ने चेतना की संरचना के अध्ययन पर ध्यान केंद्रित किया।
   5. उनके दृष्टिकोण को मनोविज्ञान में संरचनावाद के रूप में जाना जाता है।
   6. उन्होंने प्राथमिक शोध पद्धति के रूप में आत्मनिरीक्षण का उपयोग किया।
   7. इसने मनोविज्ञान की शुरुआत एक अलग वैज्ञानिक अनुशासन के रूप में की।

2. किस विचारधारा ने व्यवहार और मानसिक प्रक्रियाओं के उद्देश्य या कार्य पर जोर दिया?

   A) संरचनावाद

   B) प्रकार्यवाद

   C) व्यवहारवाद

   D) मनोविश्लेषण

   उत्तर: B) प्रकार्यवाद

   स्पष्टीकरण:

   1. प्रकार्यवाद इस बात पर केंद्रित है कि मन जीवों को अनुकूलन में कैसे मदद करता है।
   2. विलियम जेम्स प्रकार्यवाद के एक प्रमुख अमेरिकी प्रस्तावक थे।
   3. यह चार्ल्स डार्विन के विकासवादी सिद्धांत (1859) से प्रभावित था।
   4. प्रकार्यवादियों ने केवल संरचनाओं का ही नहीं बल्कि मानसिक संक्रियाओं का भी अध्ययन किया।

PROFESSORS ADDA

5. उन्होंने मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों के व्यावहारिक अनुप्रयोगों का पता लगाया।
6. इस स्कूल ने मनोवैज्ञानिक शोध विषयों का दायरा बढ़ाया।
7. इसने बाद में व्यावहारिक मनोविज्ञान क्षेत्रों के लिए मार्ग प्रशस्त किया।

3. "अचेतन मन" की अवधारणा किस परिप्रेक्ष्य के केंद्र में है?

A) व्यवहारवाद

B) मानवतावादी मनोविज्ञान

C) संज्ञानात्मक मनोविज्ञान

D) मनोविश्लेषण

उत्तर: D) मनोविश्लेषण

स्पष्टीकरण:

1. मनोविश्लेषण की स्थापना 19वीं शताब्दी के अंत में सिगमंड फ्रायड द्वारा की गई थी।
2. यह अचेतन प्रेरणाओं और संघर्षों के प्रभाव पर जोर देता है।
3. फ्रायड ने मानसिक संरचनाएँ प्रस्तावित कीं: Id, Ego, और Superego।
4. फ्रायड द्वारा प्रारंभिक बचपन के अनुभवों को अत्यंत महत्वपूर्ण माना गया।
5. मनोविश्लेषणात्मक चिकित्सा का उद्देश्य अचेतन सामग्री को चेतना में लाना है।
6. स्वप्न विश्लेषण और मुक्त संगति जैसी तकनीकों का उपयोग किया जाता है।
7. इस परिप्रेक्ष्य ने मनोविज्ञान और पश्चिमी संस्कृति दोनों पर गहरा प्रभाव डाला।

4. जॉन बी. वॉटसन मनोविज्ञान के किस विद्यालय से सबसे अधिक सम्बंधित हैं?

A) गेस्टाल्ट मनोविज्ञान

B) व्यवहारवाद

C) प्रकार्यवाद

D) मनोविश्लेषण

उत्तर: B) व्यवहारवाद

स्पष्टीकरण:

1. जॉन बी. वॉटसन ने 1913 के आसपास औपचारिक रूप से व्यवहारवाद की शुरुआत की।
2. व्यवहारवाद आत्मनिरीक्षण को अस्वीकार करते हुए विशेष रूप से अवलोकनीय व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करता है।
3. वॉटसन का मानना था कि मनोविज्ञान पूरी तरह वस्तुनिष्ठ प्राकृतिक विज्ञान होना चाहिए।
4. उन्होंने कंडीशनिंग प्रक्रियाओं (उत्तेजना-प्रतिक्रिया) के माध्यम से सीखने पर जोर दिया।

PROFESSORS ADDA

5. उनके प्रसिद्ध "लिटिल अल्बर्ट" प्रयोग ने वातानुकूलित भय का प्रदर्शन किया।
6. बी.एफ. स्किनर ने बाद में ऑपरेंट कंडीशनिंग के साथ व्यवहारवाद का विस्तार किया।
7. 20वीं सदी के मध्य में कई दशकों तक व्यवहारवाद अमेरिकी मनोविज्ञान पर हावी रहा।

5. कौन सा परिप्रेक्ष्य आत्म-बोध और व्यक्तिगत विकास पर जोर देता है?

A) व्यवहारवाद

B) मनोविश्लेषण

C) मानवतावादी मनोविज्ञान

D) संज्ञानात्मक मनोविज्ञान

उत्तर: C) मानवतावादी मनोविज्ञान

स्पष्टीकरण:

1. मानवतावादी मनोविज्ञान 1950 और 1960 के दशक के आसपास उभरा।
2. प्रमुख हस्तियों में अब्राहम मास्लो और कार्ल रोजर्स शामिल हैं।
3. यह अंतर्निहित मानवीय अच्छाई और विकास की क्षमता पर जोर देता है।
4. मास्लो ने आवश्यकताओं का प्रसिद्ध पदानुक्रम पिरामिड मॉडल विकसित किया।
5. आत्म-साक्षात्कार किसी की पूर्ण क्षमता प्राप्त करने का प्रतिनिधित्व करता है।
6. कार्ल रोजर्स ने सहानुभूति पर ध्यान केंद्रित करते हुए व्यक्ति-केंद्रित थेरेपी विकसित की।
7. मनोविज्ञान में इस परिप्रेक्ष्य को अक्सर "तीसरी शक्ति" कहा जाता है।

6. मनोविज्ञान में "संज्ञानात्मक क्रांति" किस दशक के आसपास शुरू हुई?

A) 1920 का दशक

B) 1950 का दशक

C) 1980 का दशक

D) 2000 के दशक

उत्तर: B) 1950 के दशक

स्पष्टीकरण:

1. संज्ञानात्मक क्रांति ने मानसिक प्रक्रियाओं के अध्ययन की ओर एक बदलाव को चिह्नित किया।
2. 1950 और 1960 के दशक में इसमें तेजी आई।
3. प्रभावों में कंप्यूटर विज्ञान और सूचना प्रसंस्करण मॉडल शामिल थे।
4. नोम चॉम्स्की जैसे विचारकों ने भाषा के व्यवहारवादी विचारों की आलोचना की।
5. संज्ञानात्मक मनोविज्ञान सोच, स्मृति, धारणा और भाषा की जांच करता है।

PROFESSORS ADDA

6. उलरिक नीसर की पुस्तक "संज्ञानात्मक मनोविज्ञान" (1967) प्रभावशाली थी।
7. यह परिप्रेक्ष्य आज भी समकालीन मनोविज्ञान में अत्यधिक प्रभावी बना हुआ है।

7. "कर्म" की अवधारणा पाठ्यक्रम में उल्लिखित किस पूर्वी प्रणाली का केंद्र है?

A) सूफीवाद

B) इंटीग्रल योग

C) बौद्ध धर्म

D) Bhagavad Gita (Hinduism)

उत्तर: D) भगवद गीता (हिंदू धर्म)

स्पष्टीकरण:

1. भगवद गीता एक पवित्र हिंदू धर्मग्रंथ है।
2. इसमें धर्म (कर्तव्य) और कर्म (कार्य और परिणाम) पर चर्चा की गई है।
3. कर्म का तात्पर्य कारण और प्रभाव के सिद्धांत से है।
4. इस जीवन के कार्य भविष्य के परिणामों या पुनर्जन्म को प्रभावित करते हैं।
5. गीता परिणामों की आसक्ति के बिना अपना कर्तव्य निभाने पर जोर देती है।
6. यह अवधारणा भारतीय दार्शनिक एवं मनोवैज्ञानिक चिंतन को गहराई से प्रभावित करती है।
7. कर्म को समझना नैतिक जीवन के लिए एक रूपरेखा प्रदान करता है।

8. जर्मनी में उत्पन्न गेस्टाल्ट मनोविज्ञान ने किस सिद्धांत पर जोर दिया?

A) अचेतन ड्राइव

B) केवल अवलोकन योग्य व्यवहार

C) संपूर्ण अपने भागों के योग से भिन्न है

D) आत्म-बोध की आवश्यकता

उत्तर: C) संपूर्ण अपने भागों के योग से भिन्न है

स्पष्टीकरण:

1. गेस्टाल्ट मनोविज्ञान 20वीं सदी की शुरुआत में जर्मनी में उभरा।
2. प्रमुख हस्तियाँ मैक्स वर्थाइमर, कर्ट कोफ्का, वोल्फगैंग कोहलर थे।
3. मूल विचार यह है कि धारणा को सार्थक संपूर्णता में व्यवस्थित किया जाता है।
4. "गेस्टाल्ट" एक जर्मन शब्द है जिसका अर्थ है "रूप" या "विन्यास।"
5. उन्होंने निकटता और समानता जैसे अवधारणात्मक संगठन सिद्धांतों का अध्ययन किया।
6. कोहलर ने चिंपांज़ी के साथ प्रसिद्ध अंतर्दृष्टि सीखने का अध्ययन किया।

PROFESSORS ADDA

7. इस विद्यालय ने संरचनावाद के तत्ववादी दृष्टिकोण का विरोध किया।

9. ऑन्टोलॉजी, ज्ञान प्रतिमानों का एक प्रमुख पहलू, निम्नलिखित की प्रकृति से संबंधित है:

A) ज्ञान

B) मूल्य

ग) वास्तविकता या अस्तित्व

D) अनुसंधान के तरीके

उत्तर: C) वास्तविकता या अस्तित्व

स्पष्टीकरण:

1. ओन्टोलॉजी दर्शनशास्त्र में तत्वमीमांसा की एक मौलिक शाखा है।
2. यह अस्तित्व और वास्तविकता की प्रकृति के बारे में सवालों की पड़ताल करता है।
3. यह पूछता है "वास्तविक क्या है?" या "क्या मौजूद है?"
4. विभिन्न ऑन्कोलॉजिकल स्थितियाँ मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों और अनुसंधान को प्रभावित करती हैं।
5. उदाहरण के लिए, भौतिकवाद बनाम द्वैतवाद की भिन्न-भिन्न सत्तामूलक धारणाएँ हैं।
6. ऑन्टोलॉजी को समझने से मनोवैज्ञानिक जांच की नींव को स्पष्ट करने में मदद मिलती है।
7. यह ज्ञानमीमांसा के विपरीत है, जो ज्ञान की प्रकृति से संबंधित है।

10. स्वतंत्रता के बाद भारत में शैक्षणिक मनोविज्ञान में किन क्षेत्रों में विकास देखा गया?

A) केवल पश्चिमी मॉडलों पर ध्यान केंद्रित करें

B) अनुसंधान गतिविधियों में गिरावट

C) अधिक विश्वविद्यालय विभागों और अनुप्रयुक्त क्षेत्रों की स्थापना

D) स्वदेशी अवधारणाओं की पूर्ण अस्वीकृति

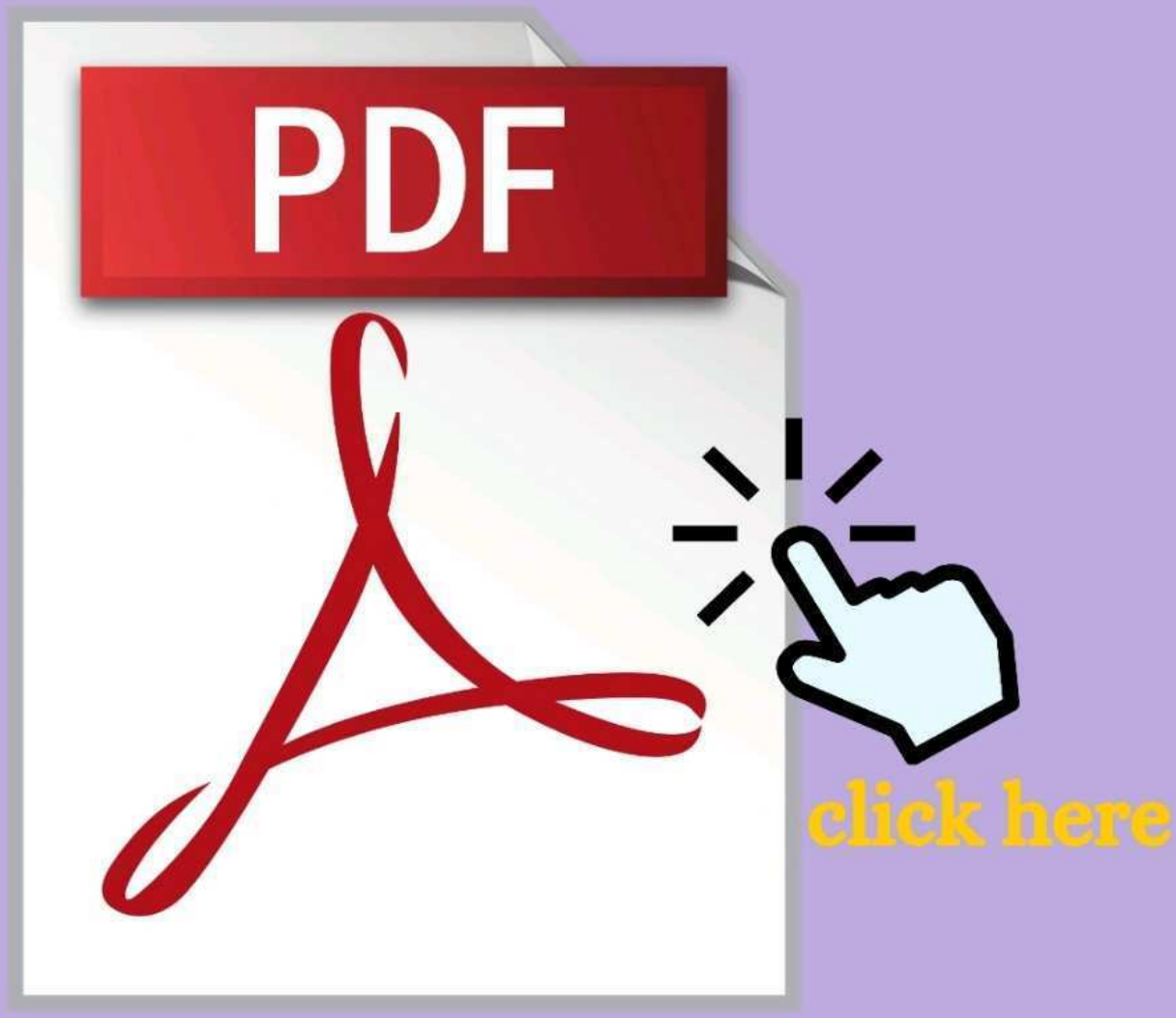
उत्तर: C) अधिक विश्वविद्यालय विभागों और अनुप्रयुक्त क्षेत्रों की स्थापना

स्पष्टीकरण:

1. 1947 में भारत की स्वतंत्रता के बाद मनोविज्ञान में महत्वपूर्ण विस्तार देखा गया।
2. पूरे भारत में अधिक विश्वविद्यालयों ने समर्पित मनोविज्ञान विभाग स्थापित किये।
3. नैदानिक मनोविज्ञान जैसे व्यावहारिक क्षेत्रों पर अधिक ध्यान केंद्रित किया गया।
4. भारतीय सामाजिक विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएसएसआर) जैसे संगठनों ने अनुसंधान का समर्थन किया।
5. स्वदेशी भारतीय अवधारणाओं को मनोविज्ञान में एकीकृत करने के प्रयास शुरू हुए।
6. भारतीय संदर्भ में अनुकूलित मनोवैज्ञानिक परीक्षण और अनुसंधान।

PROFESSORS ADDA

ALL SUBJECT AVAILABLE



GET FREE UNIT WISE NOTES SAMPLE

+91 7690022111 +91 9216228788

यूजीसी नेट मनोविज्ञान - मॉडल MCQ पेपर

1. (इकाई 1: मनोविज्ञान का उद्भव)

पश्चिमी मनोविज्ञान में किस विचारधारा ने मानसिक प्रक्रियाओं को उनके सबसे बुनियादी घटकों या संरचनाओं में तोड़ने पर ध्यान केंद्रित किया?

ए) कार्यात्मकता

बी) व्यवहारवाद

सी) गेस्टाल्ट मनोविज्ञान

डी) संरचनावाद

सही उत्तर: डी

स्पष्टीकरण:

- विल्हेम वुंड्ट और एडवर्ड टिचेनर से संबंधित संरचनावाद का उद्देश्य आत्मनिरीक्षण का उपयोग करके चेतन अनुभव के मूल तत्वों या संरचनाओं की पहचान करना था।
- कार्यात्मकतावाद चेतना और व्यवहार के उद्देश्य पर केंद्रित था। गेस्टाल्ट ने संपूर्ण अनुभव पर जोर दिया। व्यवहारवाद ने अवलोकनीय व्यवहार पर ध्यान केंद्रित किया।

2. (इकाई 1: मनोविज्ञान का उद्भव - मिलान)

निम्नलिखित पूर्वी मनोवैज्ञानिक विचारों का उनकी प्रमुख अवधारणाओं से मिलान करें:

सूची I (प्रणाली)	**सूची II (मुख्य अवधारणा)**
क) भगवद गीता	i) स्वयं का विनाश
ख) बौद्ध धर्म	ii) एकात्म योग
ग) सूफीवाद	iii) निष्काम कर्म
d) इंटीग्रल योग (अरविन्द)	iv) फना (ईश्वर में विनाश)

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now7690022111 / 9216228788

ए) ए-III, बी-I, सी-IV, डी-II

बी) एआई, बी-III, सी-II, डी-IV

सी) ए-iii, बी-iv, सी-I, डी-ii

डी) ए-ii, बी-I, सी-iv, डी-iii

सही उत्तर: ए

स्पष्टीकरण:

- भगवद्गीता निष्काम कर्म (निःस्वार्थ कर्म) पर जोर देती है।
- बौद्ध धर्म अनात्मवाद (अहं-स्व) और निर्वाण का मार्ग सिखाता है (जिसे अक्सर रूपकात्मक रूप से अहं-स्व के विनाश के रूप में वर्णित किया जाता है)।
- इस्लाम की रहस्यवादी शाखा सूफीवाद में फना (ईश्वर में स्वयं का विनाश) जैसी अवधारणाएं शामिल हैं।
- श्री अरविंद ने एकात्म योग का विकास किया, जिसका उद्देश्य चेतना का विकास तथा आत्मा और पदार्थ का एकीकरण था।

3. (यूनिट 2: अनुसंधान पद्धति)

वह चर जिसे शोधकर्ता किसी प्रयोग में हेरफेर करके दूसरे चर पर उसका प्रभाव देखता है, कहलाता है:

ए) आश्रित चर

बी) स्वतंत्र चर

सी) बाह्य चर

डी) भ्रामक चर

सही उत्तर: बी

स्पष्टीकरण:

- स्वतंत्र चर (IV) वह चर है जिसे वैज्ञानिक प्रयोग में आश्रित चर पर उसके प्रभावों का परीक्षण करने के लिए परिवर्तित या नियंत्रित किया जाता है।

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now7690022111 / 9216228788

- आश्रित चर (DV) वह चर है जिसे मापा या परखा जा रहा है। बाहरी और भ्रामक चर अन्य कारक हैं जो संभावित रूप से परिणामों को प्रभावित कर सकते हैं।

4. (यूनिट 2: अनुसंधान पद्धति - वक्तव्य)

कथन I: विश्वसनीयता एक शोध अध्ययन या माप परीक्षण की स्थिरता को संदर्भित करती है।

कथन II: वैधता से तात्पर्य किसी माप की सटीकता से है, अर्थात, क्या यह वही मापता है जिसे मापने का इरादा है।

A) कथन I और कथन II दोनों सत्य हैं।

B) कथन I और कथन II दोनों गलत हैं।

C) कथन I सत्य है, लेकिन कथन II असत्य है।

D) कथन I गलत है, लेकिन कथन II सत्य है।

सही उत्तर: ए

स्पष्टीकरण:

- कथन I विश्वसनीयता को सही रूप से इस रूप में परिभाषित करता है कि एक माप किस सीमा तक सुसंगत परिस्थितियों में सुसंगत परिणाम उत्पन्न करता है।
- कथन II वैधता को सही ढंग से परिभाषित करता है कि परीक्षण किस सीमा तक उस संरचना को मापता है जिसे मापने का दावा किया जाता है। शोध और परीक्षण में दोनों ही महत्वपूर्ण अवधारणाएँ हैं।

5. (यूनिट 3: मनोवैज्ञानिक परीक्षण)

किस प्रकार की वैधता इस बात का आकलन करती है कि एक परीक्षण स्कोर किस हद तक उसी समय लिए गए मानदंड माप के साथ सहसंबंधित है?

ए) सामग्री वैधता

बी) भविष्य कहनेवाला वैधता

सी) समवर्ती वैधता

डी) संरचना वैधता

सही उत्तर: सी

स्पष्टीकरण:

- समवर्ती वैधता, मानदंड-संबंधी वैधता का एक प्रकार है, जो मापता है कि एक नया परीक्षण, उसी समय प्रशासित एक अच्छी तरह से स्थापित परीक्षण या मानदंड की तुलना में कितना अच्छा है।
- पूर्वानुमानात्मक वैधता भविष्य के मानदंड के साथ सहसंबंध का आकलन करती है। विषय-वस्तु वैधता यह आकलन करती है कि क्या परीक्षण प्रतिनिधि विषय-वस्तु को कवर करता है। संरचना वैधता यह आकलन करती है कि क्या परीक्षण इच्छित सैद्धांतिक संरचना को मापता है।

6. (यूनिट 3: मनोवैज्ञानिक परीक्षण)

स्टैनफोर्ड-बिनेट इंटेलिजेंस स्केल और वेचस्लर इंटेलिजेंस स्केल मुख्य रूप से किस प्रकार का स्कोर प्रदान करते हैं?

ए) प्रतिशत रैंक

बी) जेड-स्कोर

सी) टी-स्कोर

डी) बुद्धि लब्धि (आईक्यू)

सही उत्तर: डी

स्पष्टीकरण:

- स्टैनफोर्ड-बिनेट और वेचस्लर स्केल (WAIS, WISC, WPPSI) दोनों ही बुद्धि को मापने के लिए डिजाइन किए गए मानकीकृत परीक्षण हैं और ये बुद्धि लब्धि (IQ) स्कोर प्रदान करने के लिए जाने जाते हैं, जिसे आमतौर पर 100 के माध्य और 15 के मानक विचलन के साथ मानकीकृत किया जाता है।

7. (यूनिट 4: व्यवहार का जैविक आधार)

दो न्यूरॉन के बीच का वह जंक्शन जहाँ एक न्यूरॉन से दूसरे न्यूरॉन तक सूचना प्रसारित होती है, कहलाता है:

ए) एक्सॉन

बी) डेन्ड्राइट

सी) सिनैप्स

डी) माइलिन शीथ

सही उत्तर: सी

स्पष्टीकरण:

- सिनैप्स वह विशिष्ट जंक्शन है जहां एक न्यूरॉन लक्ष्य कोशिका (अन्य न्यूरॉन, मांसपेशी कोशिका या ग्रंथि कोशिका) के साथ संचार करता है।
- संचरण आमतौर पर प्रीसिनेप्टिक टर्मिनल से सिनेप्टिक क्लेफ्ट में न्यूरोट्रांसमीटर के रिलीज के माध्यम से होता है, जो फिर पोस्टसिनेप्टिक झिल्ली पर रिसेप्टर्स से बंध जाते हैं।

8. (इकाई 4: व्यवहार का जैविक आधार - वक्तव्य)

कथन I: सहानुभूति तंत्रिका तंत्र तनाव के दौरान शरीर को 'लड़ो या भागो' प्रतिक्रियाओं के लिए तैयार करता है।

कथन II: पैरासिम्पेथेटिक तंत्रिका तंत्र तनाव के बाद शरीर को आराम और पाचन की स्थिति में लौटने में मदद करता है।

A) कथन I और कथन II दोनों सत्य हैं।

B) कथन I और कथन II दोनों गलत हैं।

C) कथन I सत्य है, लेकिन कथन II असत्य है।

D) कथन I गलत है, लेकिन कथन II सत्य है।

सही उत्तर: ए

स्पष्टीकरण:

- कथन I सत्य है: स्वायत्त तंत्रिका तंत्र का सहानुभूति विभाग आपातकालीन स्थितियों (हृदय

गति, श्वसन, मांसपेशियों में रक्त प्रवाह में वृद्धि) के लिए शरीर के संसाधनों को जुटाता है।

- कथन II सत्य है: पैरासिम्पेथेटिक विभाग विश्राम, ऊर्जा संरक्षण और 'आराम और पाचन' कार्यों को बढ़ावा देता है, तथा सहानुभूति प्रभावों का प्रतिकार करता है।

9. (यूनिट 5: ध्यान और धारणा)

वह घटना जिसमें हम अपने दृश्य वातावरण में महत्वपूर्ण परिवर्तनों को नोटिस करने में विफल रहते हैं, क्योंकि हमारा ध्यान कहीं और केंद्रित होता है, उसे इस रूप में जाना जाता है:

ए) असावधानीपूर्ण अंधापन

बी) परिवर्तन अंधता

सी) ध्यानात्मक पलक

डी) संवेदी अनुकूलन

सही उत्तर: बी

स्पष्टीकरण:

- परिवर्तन दृष्टिहीनता से तात्पर्य उस आश्चर्यजनक कठिनाई से है जो पर्यवेक्षकों को दृश्य दृश्यों में बड़े परिवर्तनों को देखने में होती है, जब परिवर्तन एक संक्षिप्त दृश्य व्यवधान (जैसे कि एक सैकेड या एक झिलमिलाहट) के साथ मेल खाता है।
- असावधानीपूर्ण अंधापन वह है जिसमें ध्यान कहीं और केंद्रित होने पर दृश्यमान वस्तुओं को देखने में असफलता होती है।

10. (यूनिट 5: सीखना)

शास्त्रीय कंडीशनिंग में, पहले से तटस्थ उत्तेजना के लिए सीखी गई प्रतिक्रिया को कहा जाता है:

ए) बिना शर्त प्रोत्साहन (यूसीएस)

बी) बिना शर्त प्रतिक्रिया (यूसीआर)

सी) वातानुकूलित उत्तेजना (सीएस)

डी) वातानुकूलित प्रतिक्रिया (सीआर)

सही उत्तर: डी

स्पष्टीकरण:

- शुरुआत में, तटस्थ उत्तेजना (NS) कोई प्रतिक्रिया नहीं देती। बिना शर्त उत्तेजना (UCS) स्वचालित रूप से बिना शर्त प्रतिक्रिया (UCR) देती है।
- कंडीशनिंग के दौरान, NS को UCS के साथ जोड़ा जाता है। कंडीशनिंग के बाद, पहले से तटस्थ उत्तेजना एक वातानुकूलित उत्तेजना (CS) बन जाती है, और यह अब एक सीखी हुई वातानुकूलित प्रतिक्रिया (CR) उत्पन्न करती है, जो अक्सर UCR के समान होती है।

11. (यूनिट 6: चिंतन और बुद्धि)

बुद्धि का कौन सा सिद्धांत कई अलग-अलग बुद्धिमत्ताओं के अस्तित्व का प्रस्ताव करता है, जैसे भाषाई, तार्किक-गणितीय, स्थानिक, संगीतमय, शारीरिक-गतिज, पारस्परिक और अंत:वैयक्तिक?

ए) स्पीयरमैन का दो-कारक सिद्धांत

बी) थर्स्टोन की प्राथमिक मानसिक क्षमताएं

सी) गार्डनर का बहु बुद्धि सिद्धांत

डी) स्टर्नबर्ग का त्रिआर्किक सिद्धांत

सही उत्तर: सी

स्पष्टीकरण:

- हॉवर्ड गार्डनर ने एकल सामान्य बुद्धि (जी-फैक्टर) के पारंपरिक दृष्टिकोण को चुनौती दी।
- उनका बहुविध बुद्धि सिद्धांत यह सुझाता है कि मनुष्य में अनेक अपेक्षाकृत स्वतंत्र प्रकार की बुद्धि होती है, जिनमें प्रश्न में सूचीबद्ध प्रकार की बुद्धि भी शामिल है।

12. (यूनिट 6: सोच और बुद्धि - मिलान)

सोच की अवधारणा को उसके विवरण से मिलाएं:

सूची I (संकल्पना)	सूची II (विवरण)

क) निगमनात्मक तर्क	i) किसी समस्या के लिए अनेक समाधान उत्पन्न करना
बी) आगमनात्मक तर्क	ii) विशिष्ट अवलोकनों से लेकर सामान्य सिद्धांतों तक तर्क करना
ग) भिन्न सोच	iii) समाधान की गारंटी देने वाली चरण-दर-चरण प्रक्रिया
घ) एल्गोरिथ्म	iv) सामान्य सिद्धांतों से विशिष्ट निष्कर्ष तक तर्क करना

ए) ए-iv, बी-ii, सी-I, डी-iii

बी) ए-ii, बी-iv, सी-iii, डीआई

सी) ए-iv, बी-I, सी-ii, डी-iii

डी) ए-iii, बी-ii, सी-I, डी-iv

सही उत्तर: ए

स्पष्टीकरण:

- निगमनात्मक तर्क सामान्य आधार से विशिष्ट तार्किक निष्कर्ष की ओर बढ़ता है।
- आगमनात्मक तर्क विशिष्ट उदाहरणों या अवलोकनों से व्यापक सामान्यीकरणों या सिद्धांतों की ओर बढ़ता है।
- अपसारी चिंतन में कई संभावित समाधानों (रचनात्मकता से जुड़े) की खोज करके रचनात्मक विचार उत्पन्न करना शामिल है।
- एल्गोरिथ्म एक सुपरिभाषित, चरण-दर-चरण प्रक्रिया है जिसका उपयोग किसी विशिष्ट प्रकार की समस्या को हल करने के लिए किया जाता है।

13. (यूनिट 7: व्यक्तित्व और प्रेरणा)

मास्लो के आवश्यकता पदानुक्रम के अनुसार, आवश्यकता का उच्चतम स्तर, जो किसी की पूर्ण

All Subject's Complete Study Material KIT available.
Professor Adda Call WhatsApp Now7690022111 / 9216228788

TESTIMONIALS

Nikita Sharma
UGC NET (PAPER 1)
Delhi

"The premium course by Professors Adda gave me everything in one place – structured notes, MCQ banks, PYQs, and trend analysis. The way it was aligned with the syllabus helped me stay organized and confident."

Ravindra Yadav
UGC NET (Commerce)
Jaipur

"Joining the premium group was the best decision I made. The daily quiz challenges, mentor guidance, and focused discussions kept me disciplined and exam-ready."

Priya Mehta
UGC NET (Education)
Banglore

"Professors Adda's study course is like a personal roadmap to success. The live sessions and targeted revision plans were crucial in helping me clear my exam on the first attempt."

Swati Verma
UGC NET (English Literature)
Kolkata

"What makes the Professors Adda premium course unique is the combination of high-quality content and a dedicated support group. It kept me motivated and accountable throughout."

Aman Joshi
UGC NET (Sociology)
Prajagraj

"The premium group gave me access to serious aspirants and mentors who guided me every step of the way. The peer learning, doubt sessions, and motivation from the group were unmatched."

Riya Sharma
UGC NET (Psychology)
Hyderabad

"What really kept me going was the constant encouragement from Professors Adda's mentors. Their support helped me stay motivated even when I felt overwhelmed by the syllabus."

Anjali Singh
UGC NET (Political Science)
Indore

"Professors Adda taught me that smart preparation is as important as hard work. Their strategic study plans and motivational talks made all the difference in my success."

Aditya Verma
UGC NET (History)
Guwahati

"The institute not only provides excellent study resources but also builds your confidence. The motivational sessions helped me overcome exam anxiety and keep a positive mindset."

*IMAGES ARE IMAGINARY

+91 7690022111+91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

GET BEST SELLER HARD COPY NOTES

PROFESSORS ADDA

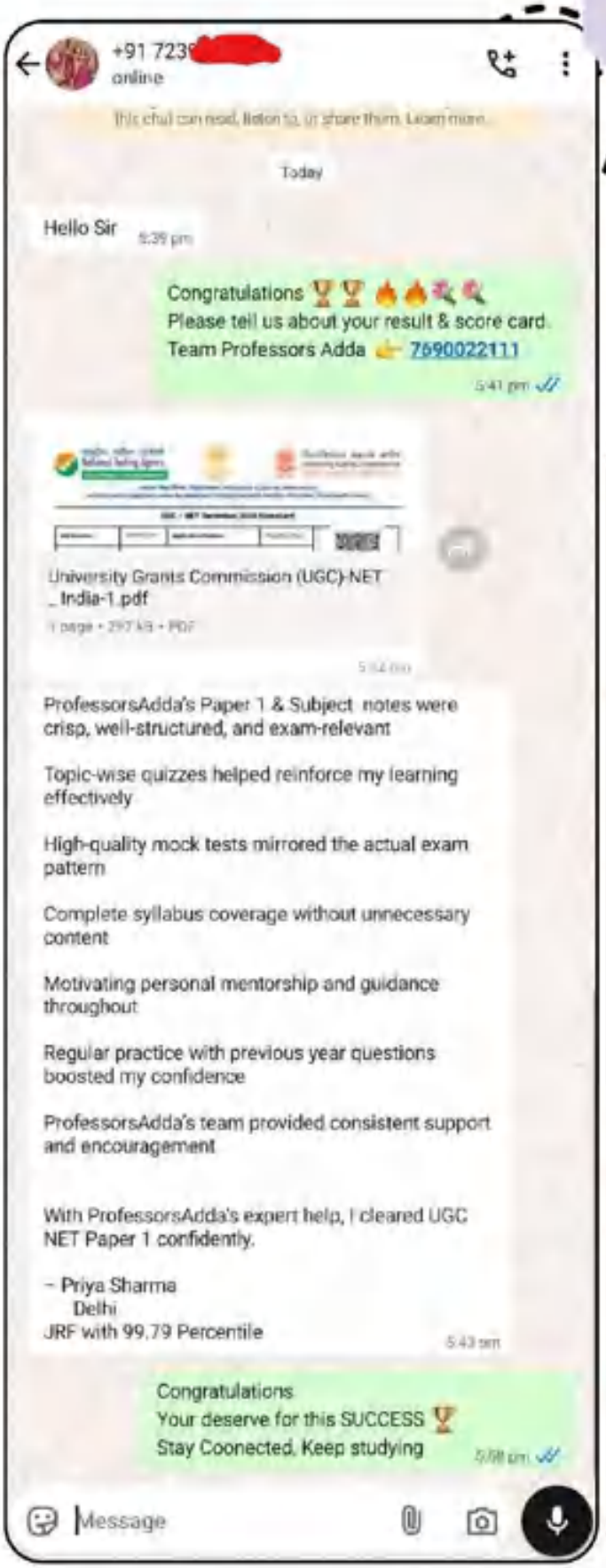
CLICK HERE TO GET

+91 7690022111 +91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

Our Toppers



📞 +91 7690022111 +91 9216228788

TESTIMONIALS

Nikita Sharma
UGC NET (PAPER 1)
Delhi

"The premium course by Professors Adda gave me everything in one place – structured notes, MCQ banks, PYQs, and trend analysis. The way it was aligned with the syllabus helped me stay organized and confident."

Ravindra Yadav
UGC NET (PAPER 1)
Jaipur

"Joining the premium group was the best decision I made. The daily quiz challenges, mentor guidance, and focused discussions kept me disciplined and exam-ready."

Priya Mehta
UGC NET (PAPER 1)
Banglore

"Professors Adda's study course is like a personal roadmap to success. The live sessions and targeted revision plans were crucial in helping me clear my exam on the first attempt."

Swati Verma
UGC NET (PAPER 1)
Kolkata

"What makes the Professors Adda premium course unique is the combination of high-quality content and a dedicated support group. It kept me motivated and accountable throughout."

Aman Joshi
UGC NET (PAPER 1)
Prajagraj

"The premium group gave me access to serious aspirants and mentors who guided me every step of the way. The peer learning, doubt sessions, and motivation from the group were unmatched."

Riya Sharma
UGC NET (PAPER 1)
Hyderabad

"What really kept me going was the constant encouragement from Professors Adda's mentors. Their support helped me stay motivated even when I felt overwhelmed by the syllabus."

Anjali Singh
UGC NET (PAPER 1)
Indore

"Professors Adda taught me that smart preparation is as important as hard work. Their strategic study plans and motivational talks made all the difference in my success."

Aditya Verma
UGC NET (PAPER 1)
Guwahati

"The institute not only provides excellent study resources but also builds your confidence. The motivational sessions helped me overcome exam anxiety and keep a positive mindset."

*IMAGES ARE IMAGINARY

+91 7690022111+91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

Our Toppers

+91 7690022111+91 9216228788

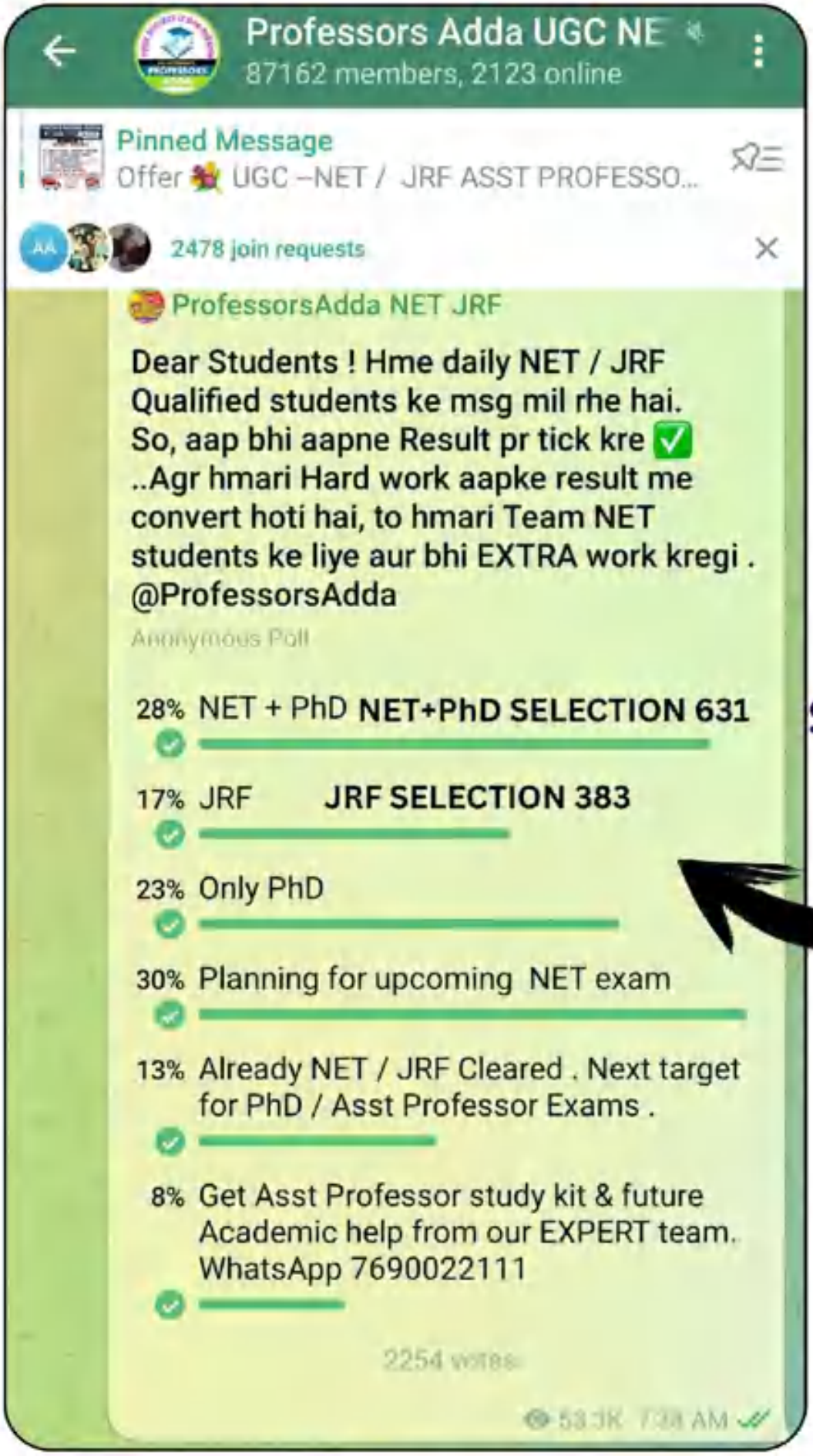
PROFESSORS ADDA
Trusted By Toppers

Professors Adda UGC NET
87162 members, 2123 online

Pinned Message
Offer 💐 UGC –NET / JRF ASST PROFESSO...

2478 join requests

ProfessorsAdda NET JRF



Dear Students ! Hme daily NET / JRF Qualified students ke msg mil rhe hai. So, aap bhi aapne Result pr tick kre ✅ ..Agr hmari Hard work aapke result me convert hoti hai, to hmari Team NET students ke liye aur bhi EXTRA work kregi . @ProfessorsAdda

Anonymous Poll

- 28% NET + PhD **NET+PhD SELECTION 631**
- 17% JRF **JRF SELECTION 383**
- 23% Only PhD
- 30% Planning for upcoming NET exam
- 13% Already NET / JRF Cleared . Next target for PhD / Asst Professor Exams .
- 8% Get Asst Professor study kit & future Academic help from our EXPERT team. WhatsApp 7690022111

2254 votes

OUR UGC NET SELECTION RESULTS

+91 7690022111 +91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

Exclusive English GROUP

INDIA'S NO 1 UGC NET GROUP

CLICK HERE TO JOIN

+91 7690022111 +91 9216228788

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

OUR UGC NET SELECTION RESULTS

MANY MORE SELECTION

+91 7690022111+91 9216228788

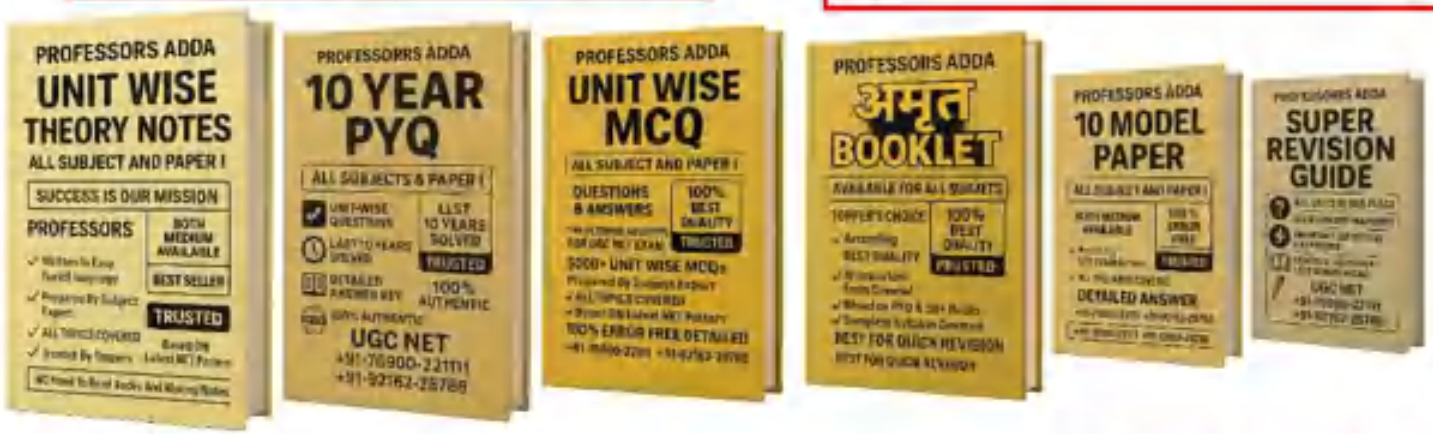
PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

BOOK YOUR HARD COPY
COMPLETE STUDY PACKAGE

Hurry! Limited copies remaining—get yours before they're gone.

- 10 Unit Theory Notes
- Unit Wise MCQ Bank
- Latest 10 YEAR PYQ
- Model Papers
- One Liner Quick Revision Notes
- Premium Group Membership



FREE sample Notes/
Expert Guidance /Courier Facility Available

Download PROFESSORS ADDA APP

91-76900-22111

PROFESSORS ADDA

Trusted By Toppers

BOOK YOUR HARD COPY
COMPLETE STUDY PACKAGE

Hurry! Limited copies remaining—get yours before they're gone.

NEW PRODUCT

- 10 Unit Theory Notes
- Unit Wise MCQ Bank
- Latest PYQ
- Model Papers
- One Liner Quick Revision Notes
- Premium Group Membership

FREE sample Notes/
Expert Guidance /Courier Facility Available

Download PROFESSORS ADDA APP

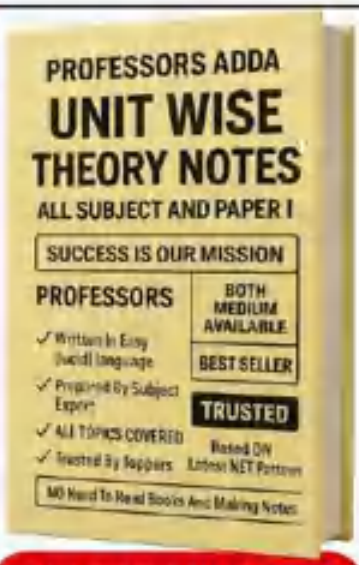
91-76900-22111

OUR ALL PRODUCTS

NEW PRODUCT

CLICK HERE

NEW PRODUCT



CLICK HERE

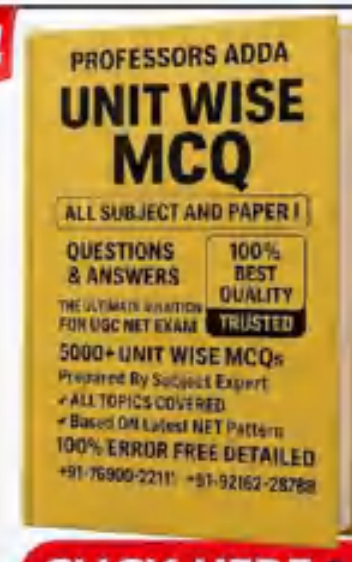
NEW PRODUCT

CLICK HERE

NEW PRODUCT

CLICK HERE

NEW PRODUCT



CLICK HERE

NEW PRODUCT

CLICK HERE

+91 7690022111+91 9216228788