Haryana Board

Syllabus

2023-24

aglasem.com

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड

पाठ्यक्रम एवं अध्यायवार अंको का विभाजन(2023-24)

कक्षा- 12 **विषय: मनोविज्ञान** **कोड:592**

सामान्य निर्देश:

1. संपूर्ण पाठ्यक्रम के आधार पर एक वार्षिक परीक्षा होगी।

2. वार्षिक परीक्षा 60 अंकों की होगी, प्रायोगिक परीक्षा 20 अंकों की होगी और आंतरिक मूल्यांकन 20 अंकों का होगा।

3. प्रायोगिक परीक्षा के लिए:

   i) 8 अंकों का एक प्रयोग।

   ii) 4 अंकों की प्रायोगिक पुस्तिका।

   iii) 8 अंकों की मौखिक परीक्षा।

4. आंतरिक मूल्यांकन के लिए:

   निम्नानुसार आवधिक मूल्यांकन होगा:

   i) 4 अंकों के लिए- दो SAT परीक्षा आयोजित की जाएगी जिनका अंतिम आंतरिक मूल्यांकन के लिए 04 अंकों का भारांक होगा।
   ii) 2 अंकों के लिए- एक अर्ध-वार्षिक परीक्षा आयोजित की जाएगी जिसका अंतिम आंतरिक मूल्यांकन के लिए 02 अंकों का भारांक होगा।
   iii) 2 अंकों के लिए- एक प्री-बोर्ड परीक्षा आयोजित की जाएगी जिसका अंतिम आंतरिक मूल्यांकन के लिए 02 अंकों का भारांक होगा।
   iv) 2 अंकों के लिए- विषय शिक्षक CRP (कक्षा कक्ष की भागीदारी) के लिए मूल्यांकन करेंगे और अधिकतम 02 अंक देंगे.
   v) 5 अंकों के लिए- छात्रों द्वारा एक परियोजना कार्य किया जाएगा जिसका अंतिम आंतरिक मूल्यांकन के लिए 05 अंकों का भारांक होगा।
   vi) 5 अंकों के लिए- विद्यार्थी की उपस्थिति के निम्नानुसार 05 अंक प्रदान किए जाएगें:

75% से 80% तक - 01 अंक
80% से अधिक से 85% तक - 02 अंक
85% से अधिक से 90% तक - 03 अंक
90% से अधिक से 95% तक - 04 अंक
95% से अधिक से 100% तक - 05 अंक

पाठ्यक्रम संरचना (2023-24)

कक्षा- 12 विषय: मनोविज्ञान कोड:592

क्रम संख्या	अध्याय	अंक
1	मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएं	11
2	आत्म एवम् व्यक्तित्व	11
3	जीवन की चुनौतियों का सामना	7
4	मनोवैज्ञानिक विकार	12
5	चिकित्सा उपागम	8
6	अभिवृति एवम् सामाजिक संज्ञान	6
7	सामाजिक प्रभाव एवम् समूह प्रक्रम	5
कुल		60
प्रायोगिक परीक्षा		20
आंतरिक मूल्यांकन		20
कुल योग		**100**

अध्याय 1 :मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएँ

परिचय;मानव प्रकार्यों में व्यक्तिगत भिन्नताएं;मनोवैज्ञानिक गुणों का मूल्यांकन; बुद्धि; बुद्धि के सिद्धांत:बुद्धि का एक कारक सिद्धांत, बुद्धि का दो कारक सिद्धांत, प्राथमिक मानसिक योग्यताओं का सिद्धांत, बुद्धि संरचना मॉडल, बहु बुद्धि का सिद्धांत, बुद्धि का त्रिचापीय सिद्धांत,बुद्धि का पास मॉडल; **बुद्धि में व्यक्तिगत भिन्नताएं; संस्कृति तथा बुद्धि; सांवेगिक बुद्धि; विशिष्ट योग्यताएं:** अभिक्षमता स्वरूप एवम् मापन; **सृजनात्मकता**

अध्याय 2 :आत्म एवम् व्यक्तित्व

परिचय; आत्म एवम् व्यक्तित्व; आत्म का संप्रत्यय; आत्म के संज्ञानात्मक एवम् व्यवहारात्मक पक्ष; संस्कृति एवम् आत्म; व्यक्तित्व का संप्रत्यय; व्यक्तित्व के अध्ययन के प्रमुख उपागम: प्रारूप उपागम, विशेषक उपागम, मनोगतिक उपागम, पश्च फ्रायड-वादी उपागम, व्यवहारवादी उपागम, सांस्कृतिक उपागम, मानवतावादी उपागम; **व्यक्तित्व का मूल्यांकन:** आत्म प्रतिवेदन माप, प्रक्षेपी तकनीक, व्यवहारपरक विश्लेषण.

अध्याय 3 :जीवन की चुनौतियों का सामना

परिचय; दबाव की प्रकृति, प्रकार एवम् स्त्रोत; मनोवैज्ञानिक प्रकार्य तथा स्वास्थ्य: दबाव तथा स्वास्थ्य,सामान्यअनुकूलन सिद्धांत, दबाव तथाप्रतिरक्षकतंत्र, जीवनशैली; **दबाव का सामना करना:** दबाव प्रबंधनतकनीके; **सकारात्मक स्वास्थ्य तथा कुशल क्षेम का उन्नयन:** जीवन कौशल, सकारात्मक स्वास्थ्य.

अध्याय 4 :मनोवैज्ञानिक विकार

परिचय; अपसामान्यतया तथा मनोवैज्ञानिक विकार के संप्रत्यय; मनोवैज्ञानिक विकारों का वर्गीकरण; अपसामान्य व्यवहार के अंतर्निहित कारक; प्रमुख मनोवैज्ञानिक विकार:दुश्चिंता विकार - सामान्यकृत दुश्चिंता विकार, आतंक विकार, दुर्भीति, मनोग्रस्ति बाध्यता विकार, अभिघातज उत्तर दबाव विकार, कायरूप विकार - पीड़ा विकार, काय आलंबिताविकार, परिवर्तन विकार, स्वकाय दुश्चिंता विकार, विच्छेद विकार,भावदशा विकार,मनोविदलन विकार, व्यवहारात्मक एवम् विकासात्मक विकार, व्यापक विकासात्मक विकार - स्वलीन विकार, भोजन विकार, बौद्धिक अशक्तता, मादक द्रव्य सेवन संबद्ध विकार

अध्याय 5:चिकित्सा उपागम

परिचय; मनश्चिकित्सा की प्रकृति एवम् प्रक्रिया; चिकित्सात्मक संबंध, **चिकित्सा के प्रकार:** व्यवहार चिकित्सा,संज्ञानात्मक चिकित्सा,

संज्ञानात्मक व्यवहार चिकित्सा, मानवतावादी अस्तित्वपरक चिकित्सा, वैकल्पिक चिकित्सा, मनश्चिकित्सा में स्वास्थ्य लाभ में योगदान देने वाले कारक, मनश्चिकित्सा के नैतिक सिद्धांत;**मानसिक रोगियों का पुनःस्थापन**

अध्याय 6:अभिवृति एवम् सामाजिक संज्ञान

परिचय; सामाजिक व्यवहार की व्याख्या करना; अभिवृति की प्रकृति एवम् घटक; अभिवृति निर्माण एवम् परिवर्तन: अभिवृति निर्माण, अभिवृति परिवर्तन,अभिवृति व्यवहार संबध, **पूर्वाग्रह एवम् भेदभाव, पूर्वाग्रह नियंत्रण की युक्तियां**

अध्याय 7 :सामाजिक प्रभाव एवम् समूह प्रक्रम

परिचय; समूह की प्रकृति एवम् इसका निर्माण; समूह के प्रकार;

व्यक्ति के व्यवहार पर समूह प्रभाव: सामाजिक स्वैराचार, समूह ध्रुवीकरण

प्रयोग:

1. व्यक्ति अध्ययन।
2. शाब्दिक या अशाब्दिकबुद्धिपरीक्षण ।
3. व्यक्तित्व परीक्षण ।
4. चिन्ता मापन।
5. आत्म संप्रत्यय परीक्षण।
6. समाजमिति।

मासिक पाठ्यक्रम शिक्षण योजना (2023-24)

कक्षा- 12 विषय: मनोविज्ञान कोड:592

मास	विषय -वस्तु	शिक्षण कालांश	दोहराई कालांश	प्रयोगात्मक कार्य
अप्रैल	अध्याय 1: मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएं प्रयोग: व्यक्ति अध्ययन	18	4	6
मई	अध्याय 1: मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएं प्रयोग: बुद्धि परीक्षण अध्याय2: आत्म एवम् व्यक्तित्व (मानवतावादी उपागम तक)	14	4 3	6
जून	**ग्रीष्मकालीन अवकाश** **गृहकार्य :** 1. कार्यविधि : आप अपने पड़ोस के पाँच व्यक्तियों का प्रेक्षण और साक्षात्कार यह देखने के लिए करें कि किस प्रकार वे कुछ मनोवैज्ञानिक गुणों मे एक -दूसरे से भिन्न हैं । प्रत्येक व्यक्ति की एक मनोवैज्ञानिक परिच्छेदिका तैयार कर उनकी तुलना करें । 2. पढ़ाए गए अध्यायों के नोट्स तैयार करें ।			
जुलाई	अध्याय 2: आत्म एवम् व्यक्तित्व प्रयोग: व्यक्तित्व परीक्षण अध्याय 3 :जीवन की चुनौतियों का सामना(दबाव तथा प्रतिरक्षक तंत्र)	7 13	2	6
अगस्त	अध्याय3 :जीवन की चुनौतियों का सामना प्रयोग: चिन्ता मापन	3	1	6

	अध्याय 4: मनोवैज्ञानिक विकार (विच्छेदी विकार तक)	16		
सितंबर	अर्ध वार्षिक परीक्षा के लिए- दोहराई अर्ध वार्षिक परीक्षा- अध्याय 4: मनोवैज्ञानिक विकार	8	8 4	
अक्तूबर	अध्याय 5: चिकित्सा उपागम	18	3	
नवंबर	अध्याय 6:अभिवृति एवम् सामाजिक संज्ञान प्रयोग: आत्म संप्रत्यय परीक्षण अध्याय 7: सामाजिक प्रभाव एवम् समूह प्रक्रम	12 5	3	6
दिसंबर	अध्याय 7: सामाजिक प्रभाव एवम् समूह प्रक्रम प्रयोग: समाजमिति	7	2	6
जनवरी	प्रोजेक्ट कार्य दोहराई			
फ़रवरी	दोहराई			
मार्च	वार्षिक परीक्षा			

नोट:

- **विषय शिक्षकों को सलाह दी जाती है कि वे छात्रों को शब्दावली या अवधारणा की स्पष्टता को बढ़ाने के लिए अध्यायों में उपयोग की जाने वाली शब्दावली परिभाषात्मक / शब्दों की नोटबुक तैयार करने के लिए निर्देशित करें।**
- **NCERT की पाठ्य पुस्तकें पाठ में बक्से में जानकारी प्रस्तुत करती हैं। ये छात्रों को वैचारिक स्पष्टता प्राप्त करने में मदद करते हैं। हालांकि इन बक्से में मौजूद जानकारी , का आंकलन साल के अंत की परीक्षा में नहीं किया जाएगा।**

निर्धारित पुस्तक:

1. मनोविज्ञान कक्षा 12 के लिए पाठ्य पुस्तक-(NCERT प्रकाशन)

प्रश्न पत्र प्रारूप(2023-24)

कक्षा- 12 विषय: मनोविज्ञान कोड:592

प्रश्न का प्रकार	अंक	संख्या	विवरण	कुल अंक
वस्तुनिष्ठ प्रश्न	1	15	6 बहु-विकल्पीय प्रश्न, 3 रिक्त स्थान भरो प्रश्न, 3 एक शब्दीय उत्तर के प्रश्न, 3अभिकथन-कारण प्रश्न	15
अति लघुत्तरात्मक प्रश्न	2	6	किन्ही 2 प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिया जाएगा	12
लघुत्तरात्मक प्रश्न	3	6	किन्ही 2 प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिया जाएगा	18
दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न	5	3	सभी प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिया जाएगा	15
कुल		**30**		**60**

BOARD OF SCHOOL EDUCATION HARYANA

Syllabus and Chapter wise division of Marks (2023-24)

Class- 12 **Subject: Psychology** **Code:592**

General Instructions:

1. There will be an Annual Examination based on the entire syllabus.

2. The Annual Examination will be of 60 marks, Practical Examination will be of 20 marks and 20 marks weightage shall be for Internal Assessment.

3. For Practical Examination:

i) One experiments of 8marks.

ii) Practical record of 4 marks.

iii) Viva-voce of 8 marks.

4. For Internal Assessment:

There will be Periodic Assessment that would include:

i) For 4 marks- Two SAT exams will be conducted and will have a weightage of 04 marks towards the final Internal Assessment.

ii) For 2 marks- One half yearly exam will be conducted and will have a weightage of 02 marks towards the final Internal Assessment.

iii) For 2 marks- One Pre-Board exam will be conducted and will have a weightage of 02 marks towards the final Internal Assessment.

iv) For 2 marks- Subject teacher will assess and give maximum 02 marks for CRP (Classroom participation).

v) For 5 marks- A project work to be done by students and will have a weightage of 05 marks towards the final Internal Assessment.

vi) For 5 marks- Attendance of student will be awarded 05 marks as:

75% to 80% - 01 marks
Above 80% to 85% - 02 marks
Above 85% to 90% - 03 marks
Above 90% to 95% - 04 marks
Above 95% to 100% - 05 marks

Course Structure (2023-24)

Class- 12 Subject: Psychology Code: 592

Sr. No.	Chapter	Marks
1	Variation in psychological attributes	11
2	Self and Personality	11
3	Meeting Life Challenges	7
4	Psychological disorder	12
5	Therapeutic Approaches	8
6	Attitude and social cognition	6
7	Social Influence and Group Processes	5
Total		60
Practical Examination		20
Internal Assessment		20
Grand Total		**100**

Chapter 1: Variation in psychological attributes

Introduction; Individual differences in Human functioning; Assessment of psychological Attributes; Intelligence; Theories of Intelligence: one factor theory, two factor theory, theory of primary mental abilities, structure of intellect model, theory of multiple intelligences, Triarchic theory of intelligence, Planning, attention -arousal and simultaneous successive model of intelligence; **Individual Differences in Intelligence:** Variations of intelligence; **Culture and Intelligence; Emotional Intelligence; Special abilities:** Aptitude: Nature and measurement; **Creativity** .

Chapter 2: Self and Personality

Introduction; Self and personality; Concept of self; Cognitive and behavioural aspect of self; Self-esteem, self-efficacy, self-regulation; culture **and self; Concept of personality; Major approaches to the study of personality:** Type approaches, Trait approaches, Psychodynamic approaches, Behavioural approaches, Cultural approaches, Humanistic approaches; **Assessment of personality:** Self-report, Projective technique, Behavioural analysis

Chapter 3: Meeting Life Challenges

Introduction; Nature, types and sources of stress; Effects of stress on psychological functioning and health: Stress and health, General adaptation syndrome, Stress and immune system, Life style; **Coping with stress:** Stress management technique, **Prompting positive health and well-being:** Life skills, Positive health

Chapter 4: Psychological disorder

Introduction; Concepts of abnormality and psychological disorder: Historical background; **Classification of psychological disorder; Factors underlying abnormal behaviour; Major psychological disorder: Anxiety disorder**- generalised anxiety disorder, panic disorder, phobia, OCD, PTSD, **Somatoform disorder**- pain disorder, somatisation disorder, conversion disorder, hypochondriasis, **Dissociative disorder**- Dissociative amnesia, dissociative fugue, dissociative identity, depersonalisation, **Mood**

disorder, Schizophrenic disorder, Behavioural and developmental disorder, Substance use disorder

Chapter 5: Therapeutic Approaches

Introduction; Nature and the process of psychotherapy: Therapeutic relationship**; Types of therapies**: behavioural therapy, cognitive therapy, Cognitive behaviour therapy, humanistic existential therapy, alternative therapy; **Rehabilitation of mentally ill.**

Chapter 6:Attitude and social cognition

Introduction; Explaining social behaviour; Nature and components of attitudes; Attitude formation and Change; attitude formation, attitude change, attitude behaviour relationship **Prejudice and discrimination; strategies for handling prejudice.**

Chapter 7:Social Influence and Group Processes

Introduction; Nature and Formation of Group; Type of Groups; Influence of group on individual behaviour: Social learning, Group polarisation

Practical:

1. Case study
2. Verbal or Nonverbal Intelligence test
3. Personality Test
4. Assessment of Anxiety
5. Self-concept test
6. Sociometric

Monthwise Syllabus Teaching Plan (2023-24)

Class- 12 **Subject: Psychology** **Code: 592**

Month	Subject- content	Teaching Periods	Revision Periods	Practical Work
April	Chapter 1:Variation in psychological attributes Practical: Case Study	18	4	6
May	Chapter 1: Variation in psychological attributes Practical: Verbal or Nonverbal Intelligence test Chapter 2: Self and Personality	14	4 3	6
June	**Summer Vacation** **Homework: 1.** Observe and interview 5 persons in your neighbourhood in order to see how they differ from each other in terms of certain psychological attributes. Prepare a psychological profile of each person and compare. 2.Prepare notes of taught chapters.			
July	Chapter 2: Self and Personality Practical: Personality Test Chapter :3Meeting Life Challenges (up to stress and immune system)	7 13	2	6

August	Chapter :3Meeting Life Challenges Practical: Assessment of Anxiety Chapter 4: Psychological disorder (up to dissociative disorder)	3 16	1	6
September	Revision for Half-Yearly Exam Half-Yearly Exam Chapter 4: Psychological disorder	8	8 4	
October	Chapter 5: Therapeutic Approaches	18	3	
November	Chapter 6: Attitude and social cognition Practical: Self Concept Chapter 7: Social Influence and Group Processes (up to introduction)	12 4	3 2	6
December	Chapter 7: Social Influence and Group Processes Practical: Socio Metric	7	2	6

January	Project work Revision			
February	Revision			
March	Annual Examination			

Note:

- **Subject teachers are advised to direct the students to prepare notebook of the Terminology/Definitional Words used in the chapters for enhancement of vocabulary or clarity of the concept.**
- **The NCERT textbooks present information in boxes across the book. These help students to get conceptual clarity. However, the information in these boxes would not be assessed in the year-end examination.**

Prescribed Books:

1. Psychology-Text book for Class XII, (NCERT Publication)

Question Paper Design (2023-24)

Class- 12 **Subject: Psychology** **Code: 592**

Type of Question	Marks	Number	Description	Total Marks
Objective Questions	1	15	6 Multiple Choice Questions, 3 Fill in the Blanks Questions, 3 One Word Answer Type Questions, 3Assertion-Reason Questions	15
Very Short Answer Type Question	2	6	Internal choice will be given in any 2 questions	12
Short Answer Type Question	3	6	Internal choice will be given in any 2 questions	18
Essay Answer Type Question	5	3	Internal options will be given in all the questions	15
Total		30		60