ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

ಅಧ್ಯಾಯ – 1 ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ (ಮಾನಸಿಕ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆ) 15 ಗಂಟೆಗಳು

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ನಿರೂಪಣೆ: ಬೀನೆ – ಸೈಮನ್, ವೆಸ್ಲರ್ ಮತ್ತು ಮನ್
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು – ಸ್ಪಿಯರ್‌ಮನ್, ತ್ರಿಗುಣ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ (ಸ್ಟೆನ್‌ಬರ್ಗ್) ಮತ್ತು ಥರ್ಸ್ಟನ್ನನ ಏಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಬುದ್ಧಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು.
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ – ಟರ್ಮನ್ ಮತ್ತು ಮೆರಿಲ್ ಅಧ್ಯಯನ
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು: ಜೈವಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ – ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು.
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮಾಪನದ ಇತಿಹಾಸ.
- ಬುದ್ಧ್ಯಂಕ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದು– ಎಂ.ಎ, ಸಿ.ಎ, ಐ.ಕ್ಯೂ. ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಬುದ್ಧ್ಯಂಕ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವ ಲೆಕ್ಕಗಳು.
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ವಿತರಣೆ – ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಭಾವ್ಯ ವಕ್ರರೇಖೆ ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಿ.
- ವಿಶೇಷ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು – ಮೇಧಾವಿತನ, ವಿಶೇಷ ಬುದ್ಧಿಕ್ರಿಯಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲತೆ.
- ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯತೆ – ವ್ಯಾಖ್ಯೆ (ನಿರೂಪಣೆ). ಎ.ಪಿ.ಎ. ವರ್ಗೀಕರಣ.
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು – ಭಾಷಾತ್ಮಕ, ಭಾಷಾರಹಿತ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು.
- ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿರುವ ಕೆಲವು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
- ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳು.
- ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ (ಇ.ಐ.)
- ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ – ಸಾಧಕ – ಬಾಧಕಗಳು
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು.
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ –2 15 ಗಂಟೆಗಳು

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ನಿರೂಪಣೆ – ಆಲ್ಪೋರ್ಟ್
- ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವರ್ಗೀಕರಣ ವಿಧಾನಗಳು – ಪ್ರರೂಪ ವಿಧಾನ – ಪ್ರಾಚೀನ (ತ್ರಿಗುಣಗಳು) ಯೂಂಗ್, ಫ್ರೀಡ್‌ಮನ್ ಮತ್ತು ರೋಸೆನ್‌ಮನ್ (ಎ, ಬಿ, ಸಿ & ಡಿ)
- ಗುಣವಿಧಾನ – ಕೆಟೆಲ್‌ರವರ ಮೂಲ ಗುಣ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಪೈ ಗುಣಗಳು – ಆಲ್ಪೋರ್ಟನ ಕಾರ್ಡಿನಲ್, ಕೇಂದ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅನುಷಂಗಿಕ ಗುಣಗಳು.

- ಮನೋ – ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ವಿಧಾನ – ಫ್ರಾಯ್ಡ್
- ಎರಿಕ್ ಎರಿಕ್‌ಸನ್ – ಮನೋ – ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ
- ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಮಾಪನ
- ಸ್ವಯಂ ಮಾಪನ ವಿಧಾನಗಳು – ಇಪಿಐ, ಎಂಎಂಪಿಐ, 16ಪಿಎಫ್
- ಪ್ರಕ್ಷೇಪಣ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು – ರೊಶಾಕನ ಮಸಿ – ಮಚ್ಚೆ ಪರೀಕ್ಷೆ, ವಿಷಯ ಸಂಜ್ಞಾನ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಟಿ.ಎ.ಟಿ) ಮತ್ತು ವಾಕ್ಯಪೂರ್ಣ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಎಸ್.ಸಿ.ಟಿ)
- ವರ್ತನಾ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ವಿಧಾನಗಳು – ದರೀಕರಣ ಮಾನಕ, ಸಂದರ್ಶನ ವಿಧಾನ
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು.
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ –3 **10 ಗಂಟೆಗಳು**

ಸಮಾಯೋಜನೆಯ ಸವಾಲುಗಳು.

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಪ್ರತಿಬಲನದ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥ
- ಪ್ರತಿಬಲನದ ಮೂಲ ಹಾಗೂ ವಿಧಗಳು – ಪ್ರತಿಬಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾದರಿ.
- ಪ್ರತಿಬಲನದ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ, ಶಾರೀರಿಕ , ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ವರ್ತನಾ ಪರಿಣಾಮಗಳು.
- ದಹಿಸುವಿಕೆ
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಲಕ್ಷಣ (ಜಿಎಎಸ್)
- ಪ್ರತಿಬಲನ ಮತ್ತು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ.
- ಪ್ರತಿಬಲನ ನಿರ್ವಹಣಾ ವಿಧಾನಗಳು –
  1. ಕಾರ್ಯವಿನ್ಯಸ್ತ ವಿಧಾನಗಳು
  2. ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು
  3. ಅಹಂ ರಕ್ಷಣಾ ತಂತ್ರಗಳು.
- ಪ್ರತಿಬಲನ ನಿರ್ವಹಣೆ ತಂತ್ರಗಳು
- ವ್ಯಾಯಾಮ, ತನು–ಮನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ಯೋಗ: ಆಸನಗಳು, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನ.
- ಸಮಯ ನಿರ್ವಹಣೆ
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಆಹಾರ, ಜೀವನ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ – ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ –4 **15 ಗಂಟೆಗಳು**

ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (ಅಪಸಾಮಾನ್ಯ ವರ್ತನೆ)

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು (ವಿಭಿನ್ನ ನಡವಳಿಕೆ, ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆ, ನೋವು ಅಥವಾ ಸಂಕಟ ಮತ್ತು ಅಪಾಯ)
- ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಇತಿಹಾಸ.
- ವರ್ಗೀಕರಣ – ಡಿ.ಎಸ್.ಎಂ., ಐ.ಸಿ.ಡಿ.
- ಅಪಸಾಮಾನ್ಯ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು – ಜೈವಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಸಮಾಜ–ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಅಂಶಗಳು.
- ಪ್ರಮುಖ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು – ಉದ್ವಿಗ್ನತೆ, ಅತಿಭೀತಿ, ಗೀಳು–ಚಟ ಮತ್ತು ಆಘಾತಕಾರಿ ಘಟನೋತ್ತರ ವರ್ತನಾ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳು (ಪಿ.ಟಿ.ಎಸ್.ಡಿ)
- ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು: ಬೇನೆ, ಪರಿವರ್ತನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ವಿಘಟನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (ಪಲಾಯನ ವಿಸ್ಮರಣೆ, ವಿಷಣ್ಣತೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳು).
- ಭಾವ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳು (ಉಪಭಾವ) – ಖಿನ್ನತೆ, ಉನ್ಮಾದ(ಮೇನಿಯಾ) ಮತ್ತು ವಿಷಾದ.
- ಇಚ್ಛಿತ್ತ – ಅರ್ಥ, ಲಕ್ಷಣಗಳು (ಸಕಾರಾತ್ಮಕ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ), ವಿಧಗಳು.
- ಸಮಾಜ ವಿರೋಧಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ (ಸೈಕೋಪತಿ), ಎ.ಡಿ.ಹೆಚ್.ಡಿ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆ ಮತ್ತು ಅತಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ, ನಡವಳಿಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ, ಹಠಮಾರಿತನ(ಓಡಿಡಿ), ಆಟಿಸಂ, ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು.
- ಮಾದಕವಸ್ತು ವ್ಯಸನ, ಮದ್ಯವ್ಯಸನ, ನಾರ್ಕೋಟಿಕ್ಸ್, ಉದ್ದೀಪಕಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಚೋದಕಗಳು.
- ಮದ್ಯಪಾನದ ಪರಿಣಾಮಗಳು
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ – 5 ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳು 10 ಗಂಟೆಗಳು

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.
- ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸಂಬಂಧಗಳು
- ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳು.
- ಮನೋ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ
- ವರ್ತನಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
- ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳು,
- ಮಾನವತಾ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ (ರೋಜರ್ಸ್)
- ಅಸ್ತಿತ್ವವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ (ಲೋಗೋ ಚಿಕಿತ್ಸೆ)
- ಜೀವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳು – ಇಸಿಟಿ, ಸೈಕೋ ಸರ್ಜರಿ.
- ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
- ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥರ ಪುನರ್ವಸತಿ

- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ – 6

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ – ಅದರ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅನ್ವಯ

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ತನೆಯ ವಿವರಣೆ,

ಭಾಗ "ಅ" — 10 ಗಂಟೆಗಳು

ಅಭಿವೃತ್ತಿ (ಮನೋಭಾವ):–

- ಅರ್ಥ, ನಿರೂಪಣೆ,
- ಅಭಿವೃತ್ತಿಯ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಅದರ ಘಟಕಾಂಶಗಳು,
- ಅಭಿವೃತ್ತಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃತ್ತಿ ಬದಲಾವಣೆ.

ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ :–

- ಅರ್ಥ, ನಿರೂಪಣೆ,
- ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ ಬೆಳವಣಿಗೆ,
- ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ
- ಏಕರೂಪಕಗಳು
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತರ
- ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳು
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಳಕಳಿ ವರ್ತನೆ – ಪರೋಪಕಾರಿ ಬುದ್ಧಿ. ಸಹಾನುಭೂತಿ.
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಭಾಗ "ಆ" — 8 ಗಂಟೆಗಳು

ಗುಂಪು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು.

- ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಅರ್ಥ.
- ಗುಂಪು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ.
- ಜನ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ.
- ಗುಂಪಿನ ವಿಧಗಳು
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಸುಗಮತೆ
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಸೋಮಾರಿತನ
- ಅನುವರ್ತನೆ
- ವಿಧೇಯತೆ
- ಸಹಕಾರ ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಧೆ

- ಅಸಮ್ಮತಿ
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ – 7 — 07 ಗಂಟೆಗಳು

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಜೀವನ

- ಪೀಠಿಕೆ
- ಮಾನವ – ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಸಂಬಂಧ.
- ಮಾನವನ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವಗಳು.
- ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ಮಾನವನ ಪ್ರಭಾವ.
- ಮಾನವನ ಪರಿಸರ ಪ್ರೇಮಿ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದು.
- ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಳಕಳಿ.
- ಇಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳು.
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.
- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು.
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ – 8 — 12 ಗಂಟೆಗಳು

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕೌಶಲಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ

- ಪೀಠಿಕೆ

– ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳುವುದು.

- ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೌಶಲಗಳು – ಅವಲೋಕನ ಕೌಶಲಗಳು.
- ಆಪ್ತಸಲಹೆ – ಹಂತಗಳು ಹಾಗೂ ಕೌಶಲಗಳು.
- ಸಂವಹನ ಕೌಶಲಗಳು, ಮನೋ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು.
- ಸಂದರ್ಶನ ಕೌಶಲಗಳು.
- ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನೋಭಾವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ.
- ಆಪ್ತ ಸಲಹೆಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು.
- ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಆಪ್ತ ಸಲಹೆ.
- ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಆಪ್ತ ಸಲಹೆ.
- ಔದ್ಯೋಗಿಕ ಆಪ್ತ ಸಲಹೆ.
- ಆಪ್ತ ಸಲಹಾ (ಉಪಬೋಧೆ) ವಿಧಾನಗಳು.
- ನಿರ್ದೇಶಿತ, ಅನಿರ್ದೇಶಿತ ಮತ್ತು ಮಿಶ್ರ ಉಪಬೋಧೆ (ಆಪ್ತಸಲಹೆ) ವಿಧಾನಗಳು.
- ಗುಂಪು ಉಪಬೋಧೆ (ಆಪ್ತಸಲಹೆ).
- ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.

- ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು.
- ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಪ್ರಯೋಗ ವಿಭಾಗ **18 ಗಂಟೆಗಳು**

- ಏಕರೂಪಕಗಳು.
- ಸಮಾಜ ಮಾಪಿನಿ.
- ಸ್ವಯಂ ದರೀಕರಣ.
- ಐಸೆಂಕ್‌ರವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಪ್ರಶ್ನಾಳಿಕೆ.
- ಮಾನಸಿಕ ಆಯಾಸ.
- ಬೆಲ್‌ರವರ ಸಮಾಯೋಜನಾ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ.
- ಮಾಡ್‌ಸ್ಲೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ.
- ವಾಕ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಪರೀಕ್ಷೆ.
- ಜಲೋಟರವರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನಸಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.

ಒಟ್ಟು 120 ಗಂಟೆಗಳು

PSYCHOLOGY

CHAPTER-I 15 hrs
INTELLLIGENCE

(Variations in psychological attributes)

- Introduction
- Meaning and definition- Binet & Simon, Wechsler, Munn.
- Theories of intelligence – Spearman, Triarchic (Sternberg's) Thurstone
- Growth of intelligence- Terman and Merrill Studies
- Factors influencing intelligence- socio-cultural and biological factors
- History of intelligence testing.
- Calculation of Intelligence- MA, CA,IQ concepts, problems for calculating IQ
- Distribution of intelligence- NPC and table
- Special abilities –Intellectually giftedness, aptitude and creativity.
- Mental retardation- Definition, APA classification.
- Tests of Intelligence- Verbal, non verbal &Performance tests
- Some of tests developed in India
- Uses of intelligence tests
- Emotional Intelligence (EI)
- Artificial intelligence- Pros and cons
- Activities
- Points to Remember
- Questions

CHAPTER-II 15 hrs
PERSONALITY

- Introduction
- Meaning and definition- Allport
- Approaches to personality
- Type- Indian Ancient (Trigunas), Jung, Friedman and Rosenman (A, B, C&D)
- Trait- Cattle's Surface and Source trait, Allport's- cardinal, central and secondary traits.
- Psychodynamic Approach- Freud
- Erick Erickson – Psycho-social theory
- Assessment of personality
- Self reporting measures- EPI, MMPI, 16PF
- Projective tests-TAT, Rorschach, SCT

- Behavioral analysis- rating scales, interview
- Activities
- Points to remember
- Questions.

CHAPTER-III 10 hrs
CHALLENGES OF ADJUSTMENT

- Introduction
- Nature and meaning of stress
- Types and sources of stress – General Model of Stress Process.
- Effects of stress- Emotional, physiological cognitive and behavioural.
- Burnout
- General Adaptation Syndrome (GAS)
- Stress and Immune system
- Coping mechanism-
  1. Task oriented strategy
  2. Emotion oriented strategy.
  3. Avoidance oriented Strategy.
- Stress management techniques
- Exercise and relaxation, yoga – asana, pranayama, dhyana.
- Time management
- Developing healthy habits – diet, lifestyle, life skills and self-care.
- Developing positive attitude and positive thinking.
- Activities
- Points to remember
- Questions

CHAPTER-IV 15 hrs
PSYCHOLOGICAL DISORDERS (ABNORMALITY)

- Introduction
- Concepts (deviance, dysfunction, distress, danger)
- Historical background
- Classification – DSM, ICD
- Factors influencing abnormal behavior – biological, psychological, socio cultural.
- Major mental disorders –
- Anxiety, phobia, OCD, PTSD.
- Somatoform disorders- Pain, conversion, hypochondriasis, dissociative disorders- fugue and amnesia

- Mood disorders – depression, mania, bipolar
- Schizophrenia- meaning, symptoms (positive & negative), types
- Psychopathy, ADHD, ODD, conduct disorders, autism, eating disorders
- Substance abuse- drug addiction, alcohol, sedatives (narcotics), stimulants, tranquilizers
- Effects of alcohol
- Activities
- Points to remember
- Questions

CHAPTER-V — 10 hrs

THERAPEUTIC APPROACHES

- Introduction
- Nature and process
- Therapeutic relationship
- Type of therapies
- Psycho analysis
- Behavioral therapy
- Cognitive therapy
- Humanistic (Roger's)
- Existential therapy – (logo therapy)
- Biomedical Therapy – ECT, psychosurgery
- Yoga therapy
- Rehabilitation of mentally ill
- Activities.
- Points to remember
- Questions

CHAPTER-VI

PSYCHOLOGY-ITS SOCIAL RELEVANCE

- Introduction
- Explaining social behavior

Part A – **10 hrs**

Attitude

- Nature and components of attitude
- Attitude formation and change

Prejudice-

- Meaning and definition
- Growth of prejudice
- Expression of prejudice

  1. Stereotypes

2. Social distance

- Strategies to handle prejudice
- Pro-social behavior - altruism and empathy
- Activities
- Points to remember
- Questions

Part B - **8 hrs**

Group processes

- Nature and meaning, formation of group, why do people join group.
- Types of group
- Social facilitation
- Social loafing
- Conformity
- Obedience
- Co-operation and Competition
- Dissent
- Activities
- Points to remember
- Questions

CHAPTER-VII 7 hrs

PSYCHOLOGY AND LIFE

- Introduction
- Human- Environment Relationship
- Environmental Effects on human behavior
- Human Influence on Environment
- Human Promoting Pro-environmental Behaviour
- Psychology and Social concern
- Impact of Electronic Media
- Activities
- Points to Remember
- Questions

CHAPTER-VIII 12 hrs

NURTURING PSYCHOLOGICAL SKILLS

- Introduction
- Evolving as a psychologist:
  i) General Skills
  ii) Observational Skills
- Counseling - Stages; skills
  a) Communication Skills

b) Psychological testing skills
c) Interviewing skills

- Empathy, positive regard, authenticity.
- Areas of counseling
- College counseling
- Educational counseling
- Vocational counseling
- Approaches to counseling:Directive, Client-centered, Eclectic, group.
- Activities
- Points to remember
- Questions

PRACTICAL PART **18 hrs**

1. Stereotypes
2. Sociometry
3. Self-rating scale
4. Eysenck Personality Inventory
5. Mental fatigue
6. Bell's adjustment Inventory
7. Maudsley Medical Questionnaire
8. Sentence completion test
9. Jalota – General mental ability.

TOTAL 120 hrs