



माध्यमिक शिक्षा बोर्ड ,राजस्थान, अजमेर

पाठ्यक्रम सत्र 2025–2026
मनोविज्ञान (PSYCHOLOGY)
विषय कोड (SUB.CODE)–19

कक्षा–12

इस विषय में दो प्रश्नपत्र–सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक की परीक्षा होगी। परीक्षार्थी को दोनों पत्रों में पृथक–पृथक उत्तीर्ण होना अनिवार्य है। परीक्षा योजना निम्नानुसार है –

प्रश्नपत्र	समय(घंटे)	प्रश्नपत्र के लिए अंक	सत्रांक	पूर्णांक
सैद्धान्तिक	3:15	56	14	70
प्रायोगिक		30	0	30

इकाई का नाम

अंक

1. मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएँ
Variations in Psychological Attributes 08
2. आत्म एवं व्यक्तित्व
Self and Personality 08
3. जीवन की चुनौतियों का सामना
Meeting Life Challenges 07
4. मनोवैज्ञानिक विकार
Psychological Disorders 09
5. चिकित्सा उपागम
Therapeutic Approaches. 08
6. अभिवृत्ति संज्ञान सामाजिक संज्ञान
Attitude and Social Cognition 08
7. सामाजिक प्रभाव और समूह प्रक्रम
Social Influence and Group Processes 08

प्रायोगिक कार्य, मनोवैज्ञानिक परीक्षण, केस प्रोफाइल
Practicals (Psychological testing, Case Profile etc.) 30

इकाई 1

1. मनोवैज्ञानिक गुणों में विभिन्नताएँ
 - (i) परिचय
 - (ii) मानव प्रकार्यों में व्यक्तिगत भिन्नताएँ
 - (iii) मनोवैज्ञानिक गुणों का मूल्यांकन
 - मनोवैज्ञानिक गुणों के क्षेत्र
 - मूल्यांकन की विधियाँ

(iv) बुद्धि

(v) बुद्धि के सिद्धांत:

- बहु-बुद्धि का सिद्धांत
- बुद्धि का त्रिचापीय सिद्धांत,
- बुद्धि की योजना, अवधान-भाव प्रबोधन तथा सहकालिक-आनुक्रमिक मॉडल

(vi) बुद्धि में व्यक्तिगत भिन्नताएं

- बुद्धि का मूल्यांकन
- बुद्धि में विचलन
- बुद्धि परीक्षणों के प्रकार
- बुद्धि परीक्षण के कुछ दुरुपयोग (बॉक्स 1.1)

(vii) संस्कृति तथा बुद्धि

- भारतीय परंपरा में बुद्धि

(viii) संवेगिक बुद्धि

- संवेगत: बुद्धिमान व्यक्तियों की विशेषताएँ, (बॉक्स 1.2)

(ix) विशिष्ट योग्यताएं।

- अभिक्षमता – स्वरूप एवं मापन

(x) सर्जनात्मकता

- सर्जनात्मकता तथा बुद्धि

1. Variations in Psychological Attributes

(i) Introduction

(ii) Individual Differences in Human Functioning

(iii) Assessment of Psychological Attributes

(iv) Intelligence

(v) Theories of Intelligence

- Theory of Multiple Intelligences
- Triarchic Theory of Intelligence
- Planning, Attention-Arousal and Simultaneous Successive (PASS) Model of Intelligence.

(vi) Individual Differences in Intelligence

- Intelligence: Assessment
- Variations of Intelligence
- Types of Intelligence Tests
- Some misuses of intelligence tests (Box 1.1)

(vii) Culture and Intelligence

- Intelligence in the Indian Tradition
- (viii) Emotional Intelligence
 - Characteristics of Emotionally Intelligent Person (Box 1.2)
- (ix) Special Abilities
 - Aptitude: Nature and Measurement.
- (x) Creativity
 - Creativity and Intelligence

इकाई 2

2. आत्म और व्यक्तित्व

- (i) परिचय
- (ii) आत्म और व्यक्तित्व।
- (iii) आत्म का संप्रत्यय
- (iv) आत्म के संज्ञानात्मक एवं व्यवहारात्मक पक्ष
 - आत्म—सम्मान
 - आत्म—सक्षमता एवं आत्म—नियमन
- (v) संस्कृति एवं आत्मा
- (vi) व्यक्तित्व का संप्रत्यय
 - व्यक्तित्व से संबंधित शब्द (बॉक्स 2.1)
- (vii) व्यक्तित्व के अध्ययन के प्रमुख उपागम
 - प्ररूप उपागम,
 - विशेषक उपागम
 - व्यक्तित्व का पंच—कारक मॉडल (बॉक्स 2.2)
 - मनोगतिक उपागम
 - व्यवहारवादी उपागम
 - सांस्कृतिक उपागम
 - मानवतावादी उपागम
 - स्वस्थ व्यक्ति कौन है (बॉक्स 2.3)
- (viii) व्यक्तित्व का मूल्यांकन
 - आत्म—प्रतिवेदन माप
 - (i) एम.एम.पी.आई
 - (ii) ई.पी.क्यू
 - (iii) 16पी.एक
 - प्रक्षेपी तकनीक
 - (i) रोर्शा मसिलक्षम परीक्षण
 - (ii) वाक्य समापन परीक्षण
 - (iii) वाक्य व्यक्तकन परीक्षण

- व्यवहारपरक विश्लेषण
 - (i) संरचित साक्षात्कारों
 - (ii) असंरचित साक्षात्कारों

Self and Personality

1. Introduction
2. Self and Personality
3. Concept of Self
4. Cognitive and Behavioral Aspects of Self
 - Self-esteem, Self-efficacy and Self regulation
5. Culture and Self
6. Concept of Personality
 - Personality related Terms (Box.2.1)
7. Major Approaches to the Study of Personality
 - Type Approach
 - Trait Approach
 - Five- factor model of personality (Box. 2.2)
 - Psychodynamic Approach
 - Behavioral Approach
 - Cultural Approach
 - Humanistic Approach
 - Who is a Healthy Person (Box 2.3)
8. Assessment of Personality
 - Self-report Measures
 - MMPI
 - EPQ
 - 16 PF
 - Projective Techniques
 - The Rorschach Inkblot test
 - Sentence Completion test
 - Draw a Person test
 - Behavioral Analysis
 - Structured Interview
 - Unstructured Interview

इकाई 3

जीवन की चुनौतियों का सामना

1. परिचय
2. दबाव की प्रकृति, प्रकार एवं स्रोत
 - दबावपूर्ण जीवन घटनाओं की एक मापनी। (बॉक्स 3.1)
3. मनोवैज्ञानिक प्रकार्य तथा स्वास्थ्य पर दबाव का प्रभाव
 - परीक्षा दुश्चिंता (बॉक्स 3.2)
 - दबाव तथा स्वास्थ्य
 - सामान्य अनुकूलन संलक्षण
 - दबाव तथा प्रतिरक्षक तंत्र
 - जीवनशैली
4. दबाव का सामना करना
 - दबाव प्रबंधन तकनीक
5. सकारात्मक स्वास्थ्य तथा कुशल-क्षेम का उन्नयन
 - जीवन कौशल
 - स्थिति स्थापन तथा स्वास्थ्य (बॉक्स 3.3)

Meeting Life Challenges

1. Introduction
2. Nature, Types and Sources of Stress.
 - A Measure of stressful life events (Box 3.1)
3. Effects of Stress on Psychological Functioning and Health
 - Examination anxiety (Box 3.2)
 - Stress and Health
 - General Adaptation Syndrome
 - Stress and Immune System
 - Lifestyle
4. Coping with Stress
 - Stress Management Techniques
5. Promoting Positive Health and Well-being
 - Life Skills
 - Resilience and health

इकाई 4

मनोवैज्ञानिक विकार

1. परिचय
2. अपसामान्यता तथा मनोवैज्ञानिक विकार के संप्रत्यय
3. मनोवैज्ञानिक विकारों का वर्गीकरण—
4. अपसामान्य व्यवहार के अंतर्निहित कारक
5. प्रमुख मनोवैज्ञानिक विकार
 - दुश्चिन्ता विकार
 - मनोग्रस्ति – बाध्यता तथा संबंधित विकार
 - अभिघात तथा दबावकारक संबंधित विकार
 - कायिक अभिलक्षण तथा संबंधित विकार एवं विच्छेदी विकारों की प्रमुख विशेषताएँ (बॉक्स 4.1)
 - विच्छेदी विकार
 - विच्छेदी विकारों की प्रमुख विशेषताएं
 - अवसादी विकार
 - द्विध्रुवीय तथा संबंधित विकार
 - मनोविदलता वर्णक्रम तथा अन्य मनोविक्षिप्ति विकार,
 - तंत्रिकाजन्य विकार:हानिकारक/विघटनकारी आवेग नियंत्रण तथा आचरण विकार
 - पोषण तथा भोजन विकार
 - मादक द्रव्य से संबंधित तथा व्यसनकारी विकार
 - मद्य के प्रभाव – कछ तथ्य (बॉक्स 4.2)
 - सामान्यता: दुरुपयुक्त मादक द्रव्य/पदार्थ (बॉक्स 4.3)

Psychological Disorders

1. Introduction
2. Concepts of Abnormality and Psychological Disorders
3. Classification of Psychological Disorders
4. Factors Underlying Abnormal Behavior
5. Major Psychological Disorders
 - Anxiety Disorders
 - Obsessive-Compulsive and Related Disorders
 - Trauma-and Stressor-Related Disorders
 - Somatic Symptom and Related Disorders
 - Dissociative Disorders
 - Salient features of somatic symptom and related disorder and dissociative disorders (Box 4.1)
 - Depressive Disorder

- Bipolar and Related Disorders
- Schizophrenia Spectrum and Other
- Psychotic Disorders
- Neurodevelopmental Disorders
- Disruptive, Impulse-Control and Conduct Disorders
- Feeding and Eating Disorders
- Substance Related and Addictive Disorders
- Effects of alcohol : Some facts (Box 4.2)
- Commonly abused substances (Box 4.3)

इकाई 5

चिकित्सा उपागम

1. मनश्चिकित्सा की मूल प्रकृति और प्रक्रिया
 - चिकित्सात्मक संबंध
2. चिकित्सा के प्रकार
 - सेवार्थी के समस्या-निरूपण के अन्तर्निहित चरण (बॉक्स 5.1)
 - व्यवहार चिकित्सा
 - विश्रांति की विधियाँ (बॉक्स 5.2)
 - संज्ञानात्मक चिकित्सा
 - मानवतावादी-अस्तित्वपरक चिकित्सा
 - मनश्चिकित्सा के नैतिक सिद्धांत
 - वैकल्पिक चिकित्सा
3. मानसिक रोगियों का पुनः स्थापन

Therapeutic Approaches

1. Nature and Process of Psychotherapy
 - Therapeutic relationship
2. Types of Therapies
 - Steps in the Formulation of a client's Problem (Box 5.1)
 - Behavior Therapy
 - Relaxation procedures (Box 5.2)
 - Cognitive Therapy
 - Humanistic-Existential Therapy
 - Alternative Therapies
3. Rehabilitation of the Mentally Ill

इकाई 6

अभिवृत्ति एवं सामाजिक संज्ञान

1. परिचय
2. सामाजिक व्यवहार की व्याख्या करना
3. अभिवृत्ति की प्रकृति एवं घटक
4. एक 'हरा-भरा पर्यावरण' - अभिवृत्ति का सं-भ-व्य (ए.बी.सी.) घटक (बॉक्स 6.1)
5. अभिवृत्ति निर्माण एवं परिवर्तन
 - अभिवृत्ति निर्माण
 - अभिवृत्ति परिवर्तन
 - बीस डॉलर के लिए एक झूठ बोलना (बॉक्स 6.2)
 - अभिवृत्ति व्यवहार संबंध

6. पूर्वाग्रह एवं भेदभाव

7. पूर्वाग्रह नियंत्रण की युक्तियाँ

Attitude and Social Cognition

1. Introduction

2. Explaining Social Behavior

3. Nature and Components of Attitudes

4. A 'Green Environment' - The A-B-C Components of and Attitude (Box 6.1)

5 Attitude Formation and Change

- Attitude Formation
- Attitude change
- Telling a lie for twenty Dollars (Box 6.2)
- Attitude-Behavior Relationship

5. Prejudice and Discrimination

6. Strategies for Handling Prejudice

इकाई 7

सामाजिक प्रभाव और समूह प्रक्रम

1. परिचय
2. समूहों की प्रकृति एवं इसका निर्माण
 - समूह चिंतन (बॉक्स 7.1)
3. समूहों का प्रकार
 - न्यूनतम समूह प्रतिमान प्रयोग (बॉक्स 7.2)
4. व्यक्ति के व्यवहार पर समूह का प्रभाव
 - सामाजिक स्वैराचार
 - समूह ध्रुवीकरण

Social Influence and Group Processes

1. Introduction
2. Nature and Formation of Groups
3. Group Think (Box 7.1)
4. Type of Groups
5. The minimal Group paradigm experiments (Box 7.2)
6. Influence of Group on Individual Behavior
 - Social Loafing
 - Group Polarisation

BSER

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड राजस्थान, अजमेर

पाठ्यक्रम परीक्षा-2026

मनोवैज्ञानिक –प्रायोगिक (PSYCHOLOGY Practical)

विषय कोड (sub code)-19

कक्षा-12

परीक्षण प्रायोगिकी

- विद्यार्थियों को इस पाठ्यक्रम में सम्मिलित पाठों से संबंधित (2 प्रायोगिक कार्य तथा एक केस प्रोपफाइल) तैयार करने होंगे।
- केस प्रोपफाइल में प्रयोज्य का विकासात्मक इतिहास शामिल होगा जिसमें गुणात्मक, (प्रेक्षण साक्षात्कार और मात्रात्मक मनोवैज्ञानिक परीक्षण) उपागमों का उपयोग किया जाएगा। प्रायोगिक कार्य मानकीकृत (मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन) उपकरणों का विभिन्न क्षेत्रों में यथा, (बुद्धि, व्यक्तित्व, अभिरुचि, समायोजन, अभिवृत्ति, स्व-संप्रत्यय तथा चिंता) उपयोग से सम्बन्धित होगा।

Psychological testing Practicals

The students shall be required to prepare one case profile and conduct 2 practical's related to the topics covered in the course. The case profile will include developmental history of the subject, using both qualitative (observation, interview) and quantitative (Psychological testing) approaches. Practical's would involve using standardised psychological assessment devices in different domains (e.g. intelligence, personality, aptitude, adjustment, attitude, self-concept, and anxiety).

अंकों का वितरण :

(i) प्रायोगिक फाईल	05
(ii) केस प्रोफाईल	05
(iii) मौखिक परीक्षा केस प्रोफाईल एवं प्रायोगिक	05
(iv) दो प्रायोगिक कार्य (2x5)	10
रिपोर्ट लेखन	05

Distribution of Marks:

(i) Practical File	05
(ii) Case Profile	05
(iii) Viva Voice (Case profile and practical)	05
(iv) Two practical's (2x5)	05
report writing	05

निर्धारित पुस्तक –

मनोविज्ञान – एन.सी.ई.आर.टी. से प्रतिलिप्याधिकार अन्तर्गत प्रकाशित

Psychology - NCERT's Book Published under Copyright