Toppersnotes
Unleash the topper in you

UGC-NET

Education

National Testing Agency (NTA)

पेपर 2 || भाग 2

SIERRA INNOVATIONS

UGC NET पेपर – 2 (शिक्षा)

इकाई - III : शिक्षार्थी और सीखने की प्रक्रिया		
1.	वृद्धि और विकास (भाग 1)	1
2.	वृद्धि और विकास (भाग 2)	7
3.	वृद्धि और विकास (भाग 3)	15
4.	बुद्धि के दृष्टिकोण (भाग 1)	23
5.	बुद्धि के दृष्टिकोण (भाग 2)	32
6.	बुद्धि के दृष्टिकोण (भाग 3)	41
7.	सीखने के सिद्धांत और सिद्धांत (भाग 1)	48
8.	सीखने के सिद्धांत और सिद्धांत (भाग 2)	56
9.	सीखने के सिद्धांत और सिद्धांत (भाग 3)	63
10.	मार्गदर्शन और परामर्श	71
इकाई - IV : शिक्षक शिक्षा		
1.	शिक्षक शिक्षा का अर्थ, प्रकृति, दायरा और प्रकार	80
2.	शिक्षक शिक्षा पाठ्यक्रम की संरचना और दृष्टि	87
3.	संगठनात्मक और लेन-देन संबंधी दृष्टि: कोण सेवा-पूर्व शिक्षक शिक्षा में	94
4.	शिक्षक शिक्षा का ज्ञान आधार (भाग 1)	102
5.	शिक्षक शिक्षा का ज्ञान आधार (भाग 2)	109
6.	चिंतनशील शिक्षण और शिक्षक शिक्षा में इसके निहितार्थ	115
7.	शिक्षक शिक्षा के मॉडल	122
8.	सेवाकालीन शिक्षक शिक्षा (भाग 1)	130
9.	सेवाकालीन शिक्षक शिक्षा (भाग 2)	142
10.	पेशा, व्यावसायिकता, और शिक्षक शिक्षा में नवाचार	149

इकाई - V : पाठ्यक्रम अध्ययन

1.	पाठ्यक्रम की अवधारणा और सिद्धांत (भाग 1)	161
2.	पाठ्यक्रम की अवधारणा और सिद्धांत (भाग 2)	168
3.	पाठ्यक्रम विकास की रणनीतियाँ और चरण	175
4.	पाठ्यचर्या नियोजन की नींव (भाग 1)	182
5.	पाठ्यचर्या नियोजन की नींव (भाग 2)	189
6.	पाठ्यक्रम डिजाइन के पारंपरिक मॉडल	197
7.	पाठ्यक्रम डिजाइन के समकालीन मॉडल	204
8.	अनुदेशन प्रणाली और पाठ्यक्रम संचालन	212
9.	पाठ्यक्रम मूल्यांकन के दृष्टिकोण और मॉडल (भाग 1)	221
10.	पाठ्यक्रम मूल्यांकन के मॉडल (भाग 2)	229
11.	पाठ्यक्रम परिवर्तन और अनुसंधान	234

III
UNIT

शिक्षार्थी और सीखने की प्रक्रिया

वृद्धि और विकास (भाग 1)

परिचय

यह हिस्सा शिक्षार्थी और सीखने की प्रक्रिया की मनोवैज्ञानिक नींव में तल्लीन करता है, इस बात पर जोर देता है कि व्यक्ति कैसे बढ़ते हैं, विकसित होते हैं और ज्ञान प्राप्त करते हैं। यह हिस्सा **जीन पियागेट के सिद्धांत के विस्तृत अन्वेषण के साथ विकास और विकास**, **संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं** और **संज्ञानात्मक विकास के चरणों** की अवधारणा और सिद्धांतों पर केंद्रित है। ये विषय यह समझने के लिए महत्वपूर्ण हैं कि शिक्षार्थी शारीरिक, संज्ञानात्मक और सामाजिक रूप से कैसे विकसित होते हैं, शैक्षिक रणनीतियों और हस्तक्षेपों का आधार बनते हैं।

1. वृद्धि और विकास का अवलोकन

1.1 परिभाषा और कार्यक्षेत्र

विकास और विकास शैक्षिक मनोविज्ञान में मूलभूत अवधारणाएं हैं, जो शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक परिवर्तनों का वर्णन करते हैं जो व्यक्ति गर्भाधान से परिपक्वता तक गुजरते हैं। संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं (जैसे, धारणा, स्मृति, ध्यान) और विकासात्मक चरण (जैसे, पियाजे का सिद्धांत) बताते हैं कि शिक्षार्थी ज्ञान कैसे प्राप्त करते हैं और प्रक्रिया करते हैं। इन विषयों के माध्यम से विश्लेषण किया जाता है:

- **शैक्षिक अनुप्रयोग**: शिक्षण और सीखने के लिए निहितार्थ।
- **विकासात्मक प्रक्रियाएँ**: वृद्धि और अनुभूति को प्रभावित करने वाले कारक।

मुख्य विषय:

- **समग्र विकास**: शारीरिक, संज्ञानात्मक और सामाजिक डोमेन की परस्पर क्रिया।
- **शिक्षार्थी-केंद्रित शिक्षा**: विकास के चरणों के लिए रणनीतियों को तैयार करना।
- **संज्ञानात्मक नींव**: सीखने और समस्या-समाधान को सक्षम करने वाली प्रक्रियाएं।
- **एनईपी 2020 संरेखण**: विकासात्मक और संज्ञानात्मक तत्परता पर जोर।

1.2 कोर अवधारणाएं

- **विकास**: मात्रात्मक शारीरिक परिवर्तन (जैसे, ऊंचाई, वजन)।
- **विकास**: क्षमताओं में गुणात्मक सुधार (जैसे, तर्क, सामाजिक कौशल)।
- **संज्ञानात्मक** प्रक्रियाएं: मानसिक गतिविधियां (जैसे, धारणा, स्मृति, ध्यान)।
- **पियाजे के चरण**: सेंसरिमोटर, प्रीऑपरेशनल, कंक्रीट ऑपरेशनल, औपचारिक परिचालन।

2. कोर अवधारणा: अवधारणा और वृद्धि और विकास के सिद्धांत

2.1 परिभाषा

- **विकास**: ऊंचाई, वजन और शरीर के अनुपात जैसे भौतिक गुणों में औसत दर्जे की, मात्रात्मक वृद्धि, आमतौर पर बचपन से किशोरावस्था तक होती है। यह मुख्य रूप से जैविक है और आनुवंशिकी और पोषण से प्रभावित है।
- **विकास**: शारीरिक, संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक क्षमताओं की प्रगतिशील, गुणात्मक वृद्धि, कार्यात्मक सुधार (जैसे, समस्या-समाधान, सहानुभूति) के लिए अग्रणी। यह आजीवन है, पर्यावरण, शिक्षा और अनुभवों से प्रभावित है।

2.2 वृद्धि और विकास के बीच अंतर

दृष्टिकोण	वृद्धि	विकास
प्रकृति	मात्रात्मक	गुणात्मक
फ़ोकस	शारीरिक (जैसे, ऊंचाई, वजन)	कार्यात्मक (जैसे, तर्क, सामाजिक कौशल)
मियाद	मुख्य रूप से किशोरावस्था के लिए शैशवावस्था	आजीवन
माप	उद्देश्य (जैसे, मीटर, किलोग्राम)	व्यक्तिपरक (जैसे, संज्ञानात्मक मील के पत्थर)
उदाहरण	बच्चा 50 सेमी से 100 सेमी तक बढ़ता है	बच्चा गणित की समस्याओं को हल करना सीखता है

2.3 वृद्धि और विकास के सिद्धांत

1. **सेफलोकौडल विकास का सिद्धांत**:
   - विकास सिर से पैर तक होता है।
   - जैसे, शिशु पैरों से पहले सिर की गतिविधियों को नियंत्रित करते हैं।
2. **समीपस्थ विकास का सिद्धांत**:
   - विकास केंद्र (ट्रंक) से चरम सीमाओं तक शुरू होता है।
   - उदाहरण के लिए, हाथ नियंत्रण उंगली निपुणता से पहले होता है।
3. **निरंतरता का सिद्धांत**:
   - विकास क्रमिक और संचयी है।
   - जैसे, भाषा कौशल समय के साथ निर्मित होते हैं।
4. **व्यक्तिगत अंतर का सिद्धांत**:
   - प्रत्येक शिक्षार्थी एक अद्वितीय गति और पैटर्न पर विकसित होता है।
   - उदाहरण के लिए, कुछ बच्चे दूसरों की तुलना में पहले बोलते हैं।
5. **परिपक्वता और सीखने का सिद्धांत**:
   - विकास जैविक तत्परता (परिपक्वता) और पर्यावरणीय उत्तेजना (सीखने) पर निर्भर करता है।
   - उदाहरण के लिए, चलने के लिए शारीरिक परिपक्वता और अभ्यास की आवश्यकता होती है।
6. **एकरूपता का सिद्धांत**:
   - व्यक्तियों में सामान्य विकास पैटर्न।
   - जैसे, ज्यादातर बच्चे चलने से पहले क्रॉल करते हैं।
7. **एकीकरण का सिद्धांत**:
   - विकास में शारीरिक, संज्ञानात्मक और सामाजिक कौशल का समन्वय शामिल है।
   - उदाहरण के लिए, लेखन मोटर और संज्ञानात्मक क्षमताओं को एकीकृत करता है।
8. **बातचीत का सिद्धांत**:
   - आनुवंशिकता और पर्यावरण विकास को आकार देने के लिए बातचीत करते हैं।
   - जैसे, पोषण (पर्यावरण) और आनुवंशिकी ऊंचाई को प्रभावित करते हैं।
9. **पूर्वानुमेयता का सिद्धांत**:
   - विकास पूर्वानुमानित अनुक्रमों का अनुसरण करता है।
   - जैसे, बड़बड़ाना शब्दों से पहले होता है।
10. **प्लास्टिसिटी का सिद्धांत**:
    - विकास पर्यावरणीय परिवर्तनों के अनुकूल है।
    - उदाहरण के लिए, प्रारंभिक हस्तक्षेप संज्ञानात्मक देरी में सुधार करता है।

2.4 वृद्धि और विकास को प्रभावित करने वाले कारक

- **जैविक कारक**:
  - जेनेटिक्स: क्षमता निर्धारित करता है (जैसे, ऊंचाई जीन)।
  - पोषण: शारीरिक विकास का समर्थन करता है (जैसे, प्रोटीन की कमी विकास को रोकती है)।
  - स्वास्थ्य: विकास को प्रभावित करता है (जैसे, बीमारी मील के पत्थर में देरी करती है)।
- **पर्यावरणीय कारक**:
  - परिवार: भावनात्मक और संज्ञानात्मक उत्तेजना प्रदान करता है।
  - शिक्षा: संज्ञानात्मक और सामाजिक कौशल को बढ़ाता है (जैसे, एनईपी 2020 का खेल-आधारित शिक्षा)।
  - सामाजिक-आर्थिक स्थिति: संसाधनों तक पहुंच को प्रभावित करता है (जैसे, गरीबी में कुपोषण)।
- **सांस्कृतिक कारक**:
  - मानदंड समाजीकरण को आकार देते हैं (जैसे, भारत में सामूहिकता)।
  - भाषा अनुभूति को प्रभावित करती है (जैसे, द्विभाषावाद)।
- **मनोवैज्ञानिक कारक**:
  - प्रेरणा: सीखने को प्रेरित करता है (उदाहरण के लिए, गणित में आंतरिक रुचि)।
  - भावनात्मक स्थिरता: सामाजिक विकास का समर्थन करता है (जैसे, सुरक्षित लगाव)।

2.5 शैक्षिक निहितार्थ

- **व्यक्तिगत निर्देश**: विकास के चरणों (जैसे, पियागेट के चरणों) के लिए दर्जी शिक्षण।
- **प्रारंभिक हस्तक्षेप**: उत्तेजना के माध्यम से देरी को संबोधित करें (जैसे, आंगनवाड़ी कार्यक्रम)।

- **समग्र शिक्षा**: शारीरिक, संज्ञानात्मक और सामाजिक विकास को एकीकृत करें (जैसे, एनईपी 2020)।
- **पर्यावरण संवर्धन**: उत्तेजक कक्षाएं प्रदान करें (जैसे, गतिविधि-आधारित शिक्षा)।
- **इक्विटी**: वंचित शिक्षार्थियों का समर्थन करें (जैसे, आरटीई अधिनियम की पहुंच)।
- **मूल्यांकन**: विकासात्मक मील के पत्थर (जैसे, संज्ञानात्मक विकास के लिए सीसीई) का उपयोग करें।

उदाहरण: एक शिक्षक 5 साल के बच्चों (पूर्व-परिचालन चरण) के लिए खेल-आधारित गतिविधियों का उपयोग करता है, एनईपी 2020 के विकास की तत्परता पर ध्यान केंद्रित करता है, संज्ञानात्मक और सामाजिक विकास को बढ़ाता है।

2.6 सैद्धांतिक दृष्टिकोण
- **परिपक्वता सिद्धांत (गेसेल):** जैविक तत्परता पर जोर देता है।
- **पर्यावरणविद् सिद्धांत (वाटसन):** बाहरी प्रभावों पर जोर देता है।
- **इंटरैक्शनिस्ट थ्योरी (पियागेट, वायगोत्स्की):** आनुवंशिकता और पर्यावरण को जोड़ती है।
- **पारिस्थितिक प्रणाली सिद्धांत (ब्रोंफेनब्रेनर):** विकास पर प्रासंगिक प्रभाव।

2.7 आधुनिक प्रासंगिकता
- **एनईपी 2020**: खेल-आधारित शिक्षा विकास सिद्धांतों के साथ संरेखित होती है।
- **आरटीई अधिनियम**: सभी के लिए विकास का समर्थन करने के लिए पहुंच सुनिश्चित करता है।
- **डिजिटल शिक्षा**: दीक्षा की इंटरैक्टिव सामग्री अनुभूति को उत्तेजित करती है।
- **केस स्टडी**: *आंगनवाड़ी कार्यक्रम* (2020-2025) पोषण और प्रारंभिक शिक्षा प्रदान करते हैं, जो ग्रामीण भारत में विकास का समर्थन करते हैं।

2.8 समालोचना और विस्तार
- **आलोचना**: सार्वभौमिक पैटर्न पर अधिक जोर देना सांस्कृतिक विविधता की उपेक्षा करता है।
- **विस्तार**: सांस्कृतिक रूप से उत्तरदायी शिक्षा समावेशी विकास सुनिश्चित करती है।

3. कोर अवधारणा: संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं
3.1 परिभाषा
संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं मानसिक गतिविधियां हैं जो जानकारी प्राप्त करने, प्रसंस्करण, भंडारण और उपयोग करने, सीखने, समस्या-समाधान और निर्णय लेने में सक्षम बनाती हैं। प्रमुख प्रक्रियाओं में धारणा, ध्यान, स्मृति, सोच और तर्क शामिल हैं, जो संज्ञानात्मक विकास की नींव बनाते हैं।

3.2 प्रमुख संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं
- **धारणा**:
  - परिभाषा: सार्थक अनुभव बनाने के लिए संवेदी जानकारी की व्याख्या करना।
  - घटक: सनसनी (कच्चा इनपुट), व्याख्या (अर्थ बनाना)।
  - उदाहरण: एक बच्चा लाल सेब को रंग और आकार से पहचानता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: धारणा को बढ़ाने के लिए दृश्यों का उपयोग करें (जैसे, विज्ञान में चार्ट)।
- **ध्यान**:
  - परिभाषा: विशिष्ट उत्तेजनाओं पर संज्ञानात्मक संसाधनों पर ध्यान केंद्रित करना।
  - प्रकार: चयनात्मक (एक उत्तेजना पर ध्यान केंद्रित करना), निरंतर (फोकस बनाए रखना), विभाजित (मल्टीटास्किंग)।
  - उदाहरण: एक छात्र कक्षा के शोर को अनदेखा करते हुए एक शिक्षक को सुनता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: ध्यान बनाए रखने के लिए आकर्षक तरीकों (जैसे, इंटरैक्टिव ऐप्स) का उपयोग करें।
- **स्मृति**:
  - परिभाषा: एन्कोडिंग, भंडारण, और जानकारी पुनः प्राप्त.
  - प्रकार: संवेदी (संक्षिप्त भंडारण), अल्पकालिक (अस्थायी), दीर्घकालिक (स्थायी)।
  - उदाहरण: एक छात्र गणित के लिए गुणन तालिकाओं को याद करता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: प्रतिधारण बढ़ाने के लिए पुनरावृत्ति और स्मृति चिन्ह का उपयोग करें।
- **सोच:**
  - परिभाषा: अवधारणाओं को बनाने या समस्याओं को हल करने के लिए जानकारी का मानसिक हेरफेर।
  - प्रकार: अभिसरण (एकल समाधान), अपसारी (कई समाधान)।
  - उदाहरण: एक बच्चा जानवरों को निवास स्थान द्वारा वर्गीकृत करता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: अलग-अलग सोच के लिए विचार-मंथन को प्रोत्साहित करें।
- **रीजनिंग**:
  - परिभाषा: निष्कर्ष निकालने या निर्णय लेने के लिए तार्किक प्रक्रिया।
  - प्रकार: निगमनात्मक (सामान्य से विशिष्ट), आगमनात्मक (सामान्य से सामान्य)।
  - उदाहरण: एक छात्र यह निष्कर्ष निकालता है कि नियमों के आधार पर 2 + 2 = 4।
  - शैक्षिक निहितार्थ: तर्क विकसित करने के लिए समस्या-आधारित शिक्षा का उपयोग करें।

3.3 संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं को प्रभावित करने वाले कारक
- **जैविक**: मस्तिष्क का विकास, तंत्रिका दक्षता (जैसे, माइलिनेशन प्रसंस्करण को बढ़ाता है)।
- **पर्यावरण**: उत्तेजना, शिक्षा (जैसे, समृद्ध कक्षाएं ध्यान में सुधार करती हैं)।
- **मनोवैज्ञानिक**: प्रेरणा, चिंता (जैसे, तनाव स्मृति को कम करता है)।
- **सांस्कृतिक**: भाषा, मानदंड (जैसे, द्विभाषावाद संज्ञानात्मक लचीलेपन को बढ़ाता है)।

3.4 शैक्षिक निहितार्थ
- **धारणा**: बहुसंवेदी शिक्षण (जैसे, ऑडियो-विजुअल एड्स) का उपयोग करें।
- **ध्यान दें**: विकर्षणों को कम करें, इंटरैक्टिव तरीकों का उपयोग करें (जैसे, एनईपी की अनुभवात्मक शिक्षा)।
- **मेमोरी**: अंतराल पुनरावृत्ति, चंकिंग (जैसे, भागों में सबक तोड़ना) को नियोजित करें।
- **सोच**: ओपन-एंडेड कार्यों (जैसे, परियोजनाओं) के माध्यम से रचनात्मकता को बढ़ावा देना।
- **तर्क**: तार्किक समस्या-समाधान (जैसे, गणित पहेली) सिखाएं।
- **मूल्यांकन**: सीसीई के माध्यम से संज्ञानात्मक कौशल का मूल्यांकन करें (उदाहरण के लिए, सीबीएसई की योग्यता-आधारित परीक्षण)।

उदाहरण: एक शिक्षक NEP 2020 के संज्ञानात्मक जुड़ाव फोकस के साथ संरेखित करते हुए, छात्रों की धारणा और ध्यान बढ़ाने के लिए DIKSHA के इंटरैक्टिव वीडियो का उपयोग करता है।

3.5 सैद्धांतिक दृष्टिकोण
- **सूचना प्रसंस्करण सिद्धांत**: एक कंप्यूटर के रूप में मन (एटकिंसन और शिफ्रिन)।
- **रचनावाद (पियागेट):** सक्रिय ज्ञान निर्माण।
- **कनेक्शनवाद**: सीखने के लिए तंत्रिका नेटवर्क (थार्नडाइक)।
- **संज्ञानात्मक तंत्रिका विज्ञान**: मस्तिष्क आधारित अनुभूति (गज़ानिगा)।

3.6 आधुनिक प्रासंगिकता
- **एनईपी 2020**: अनुभवात्मक अधिगम संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं को बढ़ाता है।
- **डिजिटल उपकरण**: दीक्षा, स्वयं ध्यान और स्मृति में सुधार करते हैं।
- **सीबीएसई सुधार**: योग्यता आधारित आकलन परीक्षण तर्क।
- **केस स्टडी**: *स्मार्ट क्लासरूम* (2020-2025) धारणा और सोच को बढ़ावा देने के लिए मल्टीमीडिया का उपयोग करते हैं।

3.7 समालोचना और विस्तार
- **आलोचना**: व्यक्तिगत अनुभूति पर ओवरफोकस सामाजिक संदर्भ की उपेक्षा करता है।
- **विस्तार**: वायगोत्स्की का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण सामाजिक प्रभावों को एकीकृत करता है।

4. कोर अवधारणा: संज्ञानात्मक विकास के चरण (पियाजे का सिद्धांत)
4.1 परिभाषा
जीन पियागेट के संज्ञानात्मक विकास के सिद्धांत का वर्णन है कि बच्चों की सोच चार अनुक्रमिक चरणों के माध्यम से कैसे विकसित होती है, प्रत्येक में अलग-अलग संज्ञानात्मक क्षमताओं और तर्क, समस्या-समाधान और समझ में गुणात्मक परिवर्तन होते हैं। यह पर्यावरण के साथ बातचीत के माध्यम से सक्रिय सीखने पर जोर देता है।

4.2 पियाजे के चरण
- **सेंसरिमोटर स्टेज (जन्म-2 वर्ष):**
  - लक्षण:
    - संवेदी अनुभवों और मोटर क्रियाओं के माध्यम से ज्ञान।
    - वस्तु स्थायित्व का विकास (दृष्टि से बाहर होने पर वस्तुएं मौजूद होती हैं)।
    - लक्ष्य-निर्देशित क्रियाएं (जैसे, खिलौनों तक पहुंचना)।
  - संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं: धारणा (संवेदी इनपुट), मोटर समन्वय।
  - उदाहरण: एक 1 वर्षीय व्यक्ति वस्तु स्थायित्व दिखाते हुए एक छिपे हुए खिलौने की खोज करता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: संवेदी गतिविधियों (जैसे, खिलौने, पूर्वस्कूली में संगीत) का उपयोग करें।
- **पूर्व संक्रियात्मक चरण (2-7 वर्ष):**
  - लक्षण:
    - प्रतीकात्मक सोच (जैसे, भाषा, नाटक खेल)।
    - उदासीनता (दूसरों के दृष्टिकोण को देखने में कठिनाई)।
    - संरक्षण की कमी (उदाहरण के लिए, अलग-अलग कंटेनरों में एक ही मात्रा अलग-अलग दिखती है)।
  - संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं: कल्पना, प्रतीकात्मक स्मृति, सहज सोच
  - उदाहरण: एक 4 साल का बच्चा सोचता है कि एक लंबे गिलास में एक छोटे गिलास की तुलना में अधिक पानी होता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: प्रतीकात्मक सोच के लिए कहानियों, रोल-प्ले का उपयोग करें (उदाहरण के लिए, एनईपी का प्ले-आधारित शिक्षा)।

- **ठोस संक्रियात्मक अवस्था (7-11 वर्ष):**
  - लक्षण:
    - ठोस वस्तुओं/घटनाओं के बारे में तार्किक चिंतन ।
    - संरक्षण (उपस्थिति के बावजूद मात्रा समान रहती है)।
    - उत्क्रमणीयता (जैसे, 2+3=5, 5–3=2)।
    - डिसेंट्रेशन (कई पहलुओं पर विचार करते हुए)।
  - संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं: तार्किक तर्क, वर्गीकरण, सेरिएशन।
  - उदाहरण: एक 9 वर्षीय बच्चा समझता है कि विभिन्न बर्तनों में 500 मिलीलीटर पानी बराबर है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: हाथों पर गतिविधियों (जैसे, गणित जोड़तोड़) का उपयोग करें।
- **औपचारिक परिचालन चरण (11 वर्ष-वयस्कता):**
  - लक्षण:
    - सार, काल्पनिक सोच।
    - तार्किक समस्या-समाधान (जैसे, बीजगणितीय समीकरण)।
    - मेटाकॉग्निशन (सोचने के बारे में सोचना)।
  - संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं: सार तर्क, परिकल्पना परीक्षण, योजना।
  - उदाहरण: एक 15 वर्षीय विज्ञान में "अगर-तब" समस्याओं को हल करता है।
  - शैक्षिक निहितार्थ: बहस, अमूर्त समस्याओं (जैसे, सीबीएसई की योग्यता-आधारित कार्यों) को प्रोत्साहित करना।

4.3 पियाजे के सिद्धांत में प्रमुख अवधारणाएँ
- **स्कीमा:** ज्ञान के आयोजन के लिए मानसिक संरचनाएं (जैसे, "कुत्ता" स्कीमा)।
- **आत्मसात**: मौजूदा स्कीमा में नई जानकारी शामिल करना (उदाहरण के लिए, बिल्ली को "कुत्ता" कहना)।
- **आवास**: नई जानकारी के लिए स्कीमा को संशोधित करना (उदाहरण के लिए, बिल्लियों को कुत्तों से अलग करना)।
- **संतुलन**: संज्ञानात्मक विकास के लिए आत्मसात और आवास संतुलन।
- **अनुकूलन**: आत्मसात/आवास के माध्यम से पर्यावरण के साथ समायोजन।
- **रचनावाद**: अनुभव के माध्यम से सक्रिय ज्ञान निर्माण।

4.4 संज्ञानात्मक विकास को प्रभावित करने वाले कारक
- **जैविक**: मस्तिष्क परिपक्वता (जैसे, औपचारिक संचालन के लिए प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स)।
- **पर्यावरण**: उत्तेजक अनुभव (जैसे, समृद्ध कक्षाएं)।
- **सामाजिक**: सहकर्मी और शिक्षक बातचीत (जैसे, पियागेट पर वायगोत्स्की का प्रभाव)।
- **सांस्कृतिक**: प्रासंगिक शिक्षा (जैसे, भाषा प्रतीकात्मक सोच को प्रभावित करती है)।

4.5 शैक्षिक प्रभाव
- **चरण-उपयुक्त शिक्षण**:
  - सेंसरिमोटर: संवेदी खेल (जैसे, मोंटेसरी उपकरण)।
  - पूर्व-संचालन: कहानियां, दृश्य (जैसे, एनईपी के प्ले-आधारित तरीके)।
  - कंक्रीट ऑपरेशनल: हाथों पर प्रयोग (जैसे, विज्ञान किट)।
  - औपचारिक परिचालन: सार समस्याएं, बहस (जैसे, सीबीएसई की परियोजनाएं)।
- **सक्रिय शिक्षण**: अन्वेषण को प्रोत्साहित करें (जैसे, खोज सीखना)।
- **मचान निर्देश**: संज्ञानात्मक विकास का समर्थन करें (जैसे, शिक्षक मार्गदर्शन)।
- **मूल्यांकन**: चरण-विशिष्ट कार्यों (जैसे, सीसीई के विकासात्मक फोकस) का उपयोग करें।
- **इक्विटी**: वंचित शिक्षार्थियों में देरी को संबोधित करें (जैसे, आरटीई का समावेश)।
- **एनईपी 2020 संरेखण**: प्ले-आधारित और अनुभवात्मक शिक्षा पियागेट के रचनावाद से मेल खाती है।

उदाहरण: एक शिक्षक संरक्षण सिखाने के लिए 8 साल के बच्चों (ठोस परिचालन) के लिए गणित जोड़तोड़ का उपयोग करता है, पियागेट के चरण और एनईपी 2020 के अनुभवात्मक दृष्टिकोण के साथ संरेखित करता है।

4.6 सैद्धांतिक दृष्टिकोण
- **रचनावाद (पियागेट):** सक्रिय ज्ञान निर्माण।
- **सूचना प्रसंस्करण**: संज्ञानात्मक यांत्रिकी के साथ पियागेट को पूरक करता है।
- **समाजशास्त्रीय सिद्धांत (वायगोत्स्की):** अनुभूति पर सामाजिक प्रभाव।
- **पारिस्थितिक प्रणाली (ब्रोंफेनब्रेनर):** प्रासंगिक कारक।

4.7 आधुनिक प्रासंगिकता

- **एनईपी 2020**: प्रीऑपरेशनल स्टेज के लिए प्ले-आधारित शिक्षा, औपचारिक परिचालन के लिए योग्यता-आधारित।
- **सीबीएसई सुधार**: परियोजना-आधारित मूल्यांकन पियाजे के चरणों के साथ संरेखित होते हैं।
- **डिजिटल उपकरण**: दीक्षा की इंटरैक्टिव सामग्री संज्ञानात्मक विकास का समर्थन करती है।
- **केस स्टडी**: *मोंटेसरी स्कूल* (2020-2025) पियागेट के सिद्धांत को दर्शाते हुए, सेंसरिमोटर शिक्षार्थियों के लिए संवेदी गतिविधियों का उपयोग करते हैं।

4.8 समालोचना और विस्तार

- **आलोचना**: सामाजिक और सांस्कृतिक प्रभावों को कम करके आंका जाता है; कठोर मंच मॉडल।
- **विस्तार**: सामाजिक संदर्भ के लिए Vygotsky के ZPD को एकीकृत करें।

विकास बनाम विकास

दृष्टिकोण	**वृद्धि**	**विकास**
प्रकृति	मात्रात्मक	गुणात्मक
उदाहरण	ऊंचाई में वृद्धि	बेहतर तर्क
माप	उद्देश्य (जैसे, सेमी)	व्यक्तिपरक (जैसे, मील के पत्थर)
मियाद	किशोरावस्था के लिए शैशवावस्था	आजीवन

कैप्शन: यह तालिका विकास और विकास विशेषताओं की तुलना करती है।

5. प्रमुख बिंदु

- विकास मात्रात्मक भौतिक परिवर्तन है; विकास गुणात्मक कार्यात्मक सुधार है।
- सिद्धांतों में सेफलोकौडल, प्रॉक्सिमोडिस्टल और व्यक्तिगत अंतर शामिल हैं।
- संज्ञानात्मक प्रक्रियाएं (धारणा, ध्यान, स्मृति) सीखने को सक्षम बनाती हैं।
- पियाजे के चरण: सेंसरिमोटर, प्रीऑपरेशनल, कंक्रीट ऑपरेशनल, औपचारिक ऑपरेशनल।
- कोर अवधारणाओं में स्कीमा, आत्मसात, आवास और रचनावाद शामिल हैं।
- उच्च वेटेज विषय: पियागेट के चरण, विकास सिद्धांत।
- एनईपी 2020 प्ले-आधारित शिक्षा के माध्यम से पियागेट के रचनावाद के साथ संरेखित करता है।
- हाल के रुझान (2020-2025): एनईपी के विकासात्मक दृष्टिकोण पर ध्यान दें।
- अंतःविषय लिंक: पेपर 1 के शिक्षण योग्यता से जुड़ता है।

अभ्यास प्रश्न

1. सेफलोकौडल विकास का सिद्धांत संदर्भित करता है:
a) सिर से पैर की अंगुली तक प्रगति
b) पैर की अंगुली से सिर की प्रगति
c) चरम सीमाओं के लिए केंद्र
d) यादृच्छिक वृद्धि
उत्तर: a) सिर से पैर तक प्रगति
व्याख्या: विकास सिर से नीचे की ओर शुरू होता है।

2. पियाजे के पूर्व-संक्रियात्मक चरण की विशेषता है:
a) उदासीनता
b) वस्तु स्थायित्व
c) अमूर्त तर्क
d) संरक्षण
उत्तर: a) उदासीनता
व्याख्या: बच्चे दूसरों के दृष्टिकोण के साथ संघर्ष करते हैं।

3. संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं में शामिल हैं:
a) धारणा और स्मृति
b) शारीरिक वृद्धि
c) भावनात्मक विनियमन
d) मोटर कौशल
उत्तर: a) धारणा और स्मृति
व्याख्या: सीखने के लिए मानसिक क्रियाकलाप।

4. पियागेट के ठोस परिचालन चरण में, बच्चे विकसित होते हैं:
a) संरक्षण
b) प्रतीकात्मक नाटक
c) काल्पनिक तर्क
d) वस्तु स्थायित्व
उत्तर: a) संरक्षण
व्याख्या: मात्रा भिन्नता को समझें।

5. व्यक्तिगत मतभेदों के सिद्धांत का अर्थ है:
a) अद्वितीय विकासात्मक गति
b) एकसमान वृद्धि पैटर्न
c) केवल जैविक परिपक्वता
d) केवल पर्यावरणीय प्रभाव
उत्तर: a) अद्वितीय विकास गति
व्याख्या: प्रत्येक शिक्षार्थी अलग तरह से विकसित होता है।

6. पियागेट का सेंसरिमोटर चरण इस पर केंद्रित है:
a) वस्तु स्थायित्व
b) उदासीनता
c) संरक्षण
d) अमूर्त सोच
उत्तर: a) वस्तु स्थायित्व
व्याख्या: दृष्टि से बाहर होने पर वस्तुएं मौजूद होती हैं।

7. विकास मुख्य रूप से है:
a) मात्रात्मक
b) गुणात्मक
c) भावनात्मक
d) सामाजिक
उत्तर: a) मात्रात्मक
व्याख्या: मापने योग्य भौतिक परिवर्तन।
8. ध्यान की संज्ञानात्मक प्रक्रिया में शामिल हैं:
a) चयनात्मक फोकस
b) शारीरिक वृद्धि
c) भावनात्मक स्थिरता
d) मोटर समन्वय
उत्तर: a) चयनात्मक फोकस
व्याख्या: उद्दीपकों पर ध्यान केंद्रित करना।
9. पियागेट के औपचारिक परिचालन चरण में शामिल हैं:
a) अमूर्त तर्क
b) प्रतीकात्मक नाटक
c) वस्तु स्थायित्व
d) उदासीनता
उत्तर: a) सार तर्क
व्याख्या: काल्पनिक सोच।
10. समीपस्थ विकास का सिद्धांत संदर्भित करता है:
a) चरम सीमाओं के लिए केंद्र
b) सिर से पैर तक
c) यादृच्छिक वृद्धि
d) एकसमान पैटर्न
उत्तर: a) चरम सीमाओं के लिए केंद्र
व्याख्या: अंगों की प्रगति के लिए ट्रंक।
11. संज्ञानात्मक प्रक्रिया के रूप में स्मृति में शामिल हैं:
a) एन्कोडिंग और पुनर्प्राप्ति
b) शारीरिक वृद्धि
c) भावनात्मक विनियमन
d) मोटर कौशल
उत्तर: a) एन्कोडिंग और पुनर्प्राप्ति
व्याख्या: जानकारी संग्रहीत करना और वापस बुलाना।
12. पियाजे की आत्मसात की अवधारणा में शामिल हैं:
a) नई जानकारी को शामिल करना
b) स्कीमा को संशोधित करना
c) अनुभूति को संतुलित करना
d) अमूर्त सोच
उत्तर: a) नई जानकारी शामिल करना
स्पष्टीकरण: मौजूदा स्कीमा में डेटा फिटिंग.
13. एनईपी 2020 का प्ले-आधारित शिक्षण इसके साथ संरेखित होता है:
a) पूर्व संक्रियात्मक चरण
b) औपचारिक परिचालन चरण
c) ठोस परिचालन चरण
d) सेंसरिमोटर चरण
उत्तर: a) प्रीऑपरेशनल स्टेज
व्याख्या: प्रतीकात्मक सोच का समर्थन करता है।
14. परिपक्वता का सिद्धांत जोर देता है:
a) जैविक तत्परता
b) पर्यावरणीय प्रभाव
c) सामाजिक संपर्क
d) भावनात्मक वृद्धि
उत्तर: a) जैविक तत्परता
व्याख्या: विकास के लिए आनुवंशिक समय सारिणी।
15. पियाजे का संतुलन संदर्भित करता है:
a) संतुलन आत्मसात और आवास
b) वस्तु स्थायित्व
c) उदासीनता
d) संरक्षण
उत्तर: a) आत्मसात और आवास संतुलन
व्याख्या: संज्ञानात्मक संतुलन प्रक्रिया।

समाप्ति
यह हिस्सा विकास और विकास, संज्ञानात्मक प्रक्रियाओं और पियागेट के चरणों का एक संपूर्ण अन्वेषण प्रदान करता है, जिसमें सेफलोकौडल विकास, धारणा और रचनावाद जैसी मुख्य अवधारणाएं शामिल हैं।

वृद्धि और विकास (भाग 2)

परिचय
यह भाग शिक्षार्थी और सीखने की प्रक्रिया की मनोवैज्ञानिक नींव की पड़ताल करता है, इस बात पर जोर देता है कि कैसे व्यक्ति अद्वितीय विशेषताओं को विकसित करते हैं जो उनके शैक्षिक अनुभवों को प्रभावित करते हैं। यह हिस्सा **सिगमंड** फ्रायड, कार्ल रोजर्स और गॉर्डन ऑलपोर्ट द्वारा व्यक्तित्व की परिभाषाओं और सिद्धांतों पर केंद्रित है, जो शिक्षार्थी विकास के एक महत्वपूर्ण पहलू के रूप में व्यक्तित्व की व्यापक समझ प्रदान करता है। ये सिद्धांत-मनोविश्लेषणात्मक, मानवतावादी, और विशेषता-आधारित-व्यक्तित्व व्यवहार, सीखने और कक्षा की बातचीत को कैसे आकार देते हैं, इस पर विविध दृष्टिकोण प्रदान करते हैं।

1. व्यक्तित्व का अवलोकन
1.1 परिभाषा और कार्यक्षेत्र
व्यक्तित्व विचारों, भावनाओं और व्यवहारों के अद्वितीय, अपेक्षाकृत स्थिर पैटर्न को संदर्भित करता है जो एक व्यक्ति की विशेषता है, शैक्षिक सेटिंग्स सहित पर्यावरण के साथ उनकी बातचीत को प्रभावित करता है। व्यक्तित्व सिद्धांत इन पैटर्नों की उत्पत्ति, संरचना और विकास की व्याख्या करते हैं, शिक्षार्थी विविधता को समझने में शिक्षकों का मार्गदर्शन करते हैं। व्यक्तित्व का विश्लेषण इसके माध्यम से किया जाता है:

- **परिभाषाएं**: व्यक्तित्व को गतिशील और बहुआयामी के रूप में अवधारणा।
- **सैद्धांतिक रूपरेखा**: मनोविश्लेषणात्मक (फ्रायड), मानवतावादी (रोजर्स), विशेषता (ऑलपोर्ट)।
- **शैक्षिक अनुप्रयोग**: व्यक्तित्व लक्षणों और जरूरतों के लिए शिक्षण सिलाई।
- **विकासात्मक संदर्भ**: संज्ञानात्मक और सामाजिक विकास के हिस्से के रूप में व्यक्तित्व।

मुख्य विषय:
- **व्यक्तिगत मतभेद**: व्यक्तित्व अद्वितीय सीखने की शैलियों को आकार देता है।
- **शिक्षार्थी केंद्रित शिक्षा**: व्यक्तित्व लक्षणों के लिए रणनीतियों को अपनाना।
- **सैद्धांतिक विविधता**: व्यक्तित्व को समझने के लिए कई लेंस।
- **एनईपी 2020 संरेखण**: समग्र शिक्षार्थी विकास पर जोर।

1.2 कोर अवधारणाएं
- **व्यक्तित्व**: विचारों, भावनाओं और व्यवहारों के अद्वितीय पैटर्न।
- **फ्रायड का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत**: आईडी, अहंकार, सुपररेगो, मनोवैज्ञानिक चरण।
- **रोजर्स मानवतावादी सिद्धांत**: आत्म-अवधारणा, आत्म-वास्तविकता, बिना शर्त सकारात्मक संबंध।
- **ऑलपोर्ट की विशेषता सिद्धांत**: कार्डिनल, केंद्रीय, माध्यमिक लक्षण, कार्यात्मक स्वायत्तता।

2. कोर अवधारणा: व्यक्तित्व की परिभाषाएँ
2.1 परिभाषा
व्यक्तित्व विचारों, भावनाओं और व्यवहारों का अनूठा और अपेक्षाकृत स्थिर पैटर्न है जो जैविक, पर्यावरणीय और मनोवैज्ञानिक कारकों द्वारा आकार दिए गए व्यक्ति को अलग करता है। यह प्रभावित करता है कि शिक्षार्थी शैक्षिक संदर्भों में कैसे देखते हैं, बातचीत करते हैं और प्रतिक्रिया देते हैं, उनकी प्रेरणा, सीखने की शैली और सामाजिक संबंधों को प्रभावित करते हैं।

2.2 विशेषताएं
- **विशिष्टता**: प्रत्येक व्यक्ति का व्यक्तित्व अलग होता है (उदाहरण के लिए, अंतर्मुखी बनाम बहिर्मुखी शिक्षार्थी)।
- **स्थिरता**: लक्षण समय के साथ सुसंगत रहते हैं, हालांकि अनुकूलनीय (उदाहरण के लिए, शर्मीला बच्चा आरक्षित रहता है लेकिन सामाजिक कौशल सीखता है)।
- **बहुआयामी**: संज्ञानात्मक (सोच), भावात्मक (भावनाओं), और व्यवहार (क्रियाओं) डोमेन को शामिल करता है।
- **गतिशील**: अनुभवों और परिपक्वता के माध्यम से विकसित होता है (उदाहरण के लिए, किशोरावस्था पहचान को आकार देती है)।
- **इंटरैक्शनल**: आनुवंशिकता-पर्यावरण इंटरप्ले (जैसे, आनुवंशिकी और कक्षा प्रभाव) द्वारा आकार दिया गया।
- **भविष्य कहनेवाला**: भविष्य के व्यवहार को प्रभावित करता है (उदाहरण के लिए, ईमानदार छात्र अकादमिक रूप से उत्कृष्टता प्राप्त करते हैं)।

2.3 परिभाषाओं के प्रकार
1. **विशेषता आधारित**:
   a. स्थायी विशेषताओं के एक सेट के रूप में व्यक्तित्व (जैसे, ऑलपोर्ट के लक्षण)।
   b. उदाहरण: एक छात्र की कर्तव्यनिष्ठा अकादमिक सफलता की भविष्यवाणी करती है।
2. **गतिशील-प्रक्रिया:**
   a. आंतरिक प्रक्रियाओं के रूप में व्यक्तित्व (उदाहरण के लिए, फ्रायड की आईडी-अहंकार-सुपररेगो गतिशीलता)।
   b. उदाहरण: एक शिक्षार्थी का अहंकार आवेगों और सामाजिक मानदंडों को संतुलित करता है।
3. **मानवतावादी:**
   a. आत्म-अवधारणा और विकास क्षमता के रूप में व्यक्तित्व (जैसे, रोजर्स का आत्म-बोध)।
   b. उदाहरण: एक छात्र का आत्मसम्मान सीखने की प्रेरणा को प्रेरित करता है।
4. **व्यवहार:**
   a. उत्तेजनाओं के लिए सीखा प्रतिक्रियाओं के रूप में व्यक्तित्व (जैसे, स्किनर की कंडीशनिंग)।
   b. उदाहरण: एक शिक्षार्थी की समय की पाबंदी प्रबलित आदतों को दर्शाती है।
5. **सामाजिक-संज्ञानात्मक:**
   a. अनुभूति, व्यवहार और पर्यावरण की बातचीत के रूप में व्यक्तित्व (जैसे, बंडुरा का पारस्परिक नियतत्ववाद)।
   b. उदाहरण: सकारात्मक प्रतिक्रिया के माध्यम से एक छात्र का आत्मविश्वास बढ़ता है।

2.4 व्यक्तित्व को प्रभावित करने वाले कारक
- **जैविक**:
  - जेनेटिक्स: स्वभाव (जैसे, शर्मीली बनाम आउटगोइंग)।
  - न्यूरोलॉजिकल: मस्तिष्क संरचना (जैसे, आवेग नियंत्रण के लिए प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स)।

- **पर्यावरण**:
  - परिवार: पेरेंटिंग स्टाइल (जैसे, आधिकारिक आत्मविश्वास को बढ़ावा देता है)।
  - शिक्षा: शिक्षक-छात्र बातचीत (जैसे, प्रोत्साहन आत्म-सम्मान बनाता है)।
  - संस्कृति: मानदंड व्यवहार को आकार देते हैं (जैसे, भारत में सामूहिकता)।
- **मनोवैज्ञानिक**:
  - स्व-अवधारणा: स्वयं की धारणा (जैसे, रोजर्स का सिद्धांत)।
  - प्रेरणा: व्यवहार को संचालित करता है (उदाहरण के लिए, सीखने के लिए आंतरिक प्रेरणा)।
- **सामाजिक**:
  - साथियों: दृष्टिकोण को प्रभावित करना (जैसे, कक्षाओं में समूह की गतिशीलता)।
  - मीडिया: आकार मूल्य (जैसे, डिजिटल सामग्री में रोल मॉडल)।

2.5 शैक्षिक निहितार्थ
- **व्यक्तिगत निर्देश**: व्यक्तित्व के लिए दर्जी शिक्षण (जैसे, बहिर्मुखी के लिए समूह कार्य)।
- **प्रेरणा वृद्धि**: आत्म-बोध को बढ़ावा देना (उदाहरण के लिए, रोजर्स का बिना शर्त सकारात्मक संबंध)।
- **व्यवहार प्रबंधन**: फ्रायड की अंतर्दृष्टि (जैसे, अहंकार मध्यस्थता) का उपयोग करके संघर्षों को संबोधित करें।
- **मूल्यांकन**: सीखने की शैलियों के लिए लक्षणों का मूल्यांकन करें (उदाहरण के लिए, सीसीई में ऑलपोर्ट के लक्षण)।
- **इक्विटी**: विविध व्यक्तित्वों का समर्थन करें (जैसे, एनईपी 2020 की समावेशिता)।
- **शिक्षक की भूमिका**: मॉडल सकारात्मक लक्षण (जैसे, कक्षा में सहानुभूति)।

उदाहरण: एक शिक्षक बहिर्मुखी छात्रों के लिए समूह परियोजनाओं और अंतर्मुखी लोगों के लिए स्वतंत्र कार्यों का उपयोग करता है, एनईपी 2020 के शिक्षार्थी-केंद्रित दृष्टिकोण के साथ संरेखित करता है, जुड़ाव बढ़ाता है।

2.6 सैद्धांतिक दृष्टिकोण
- **विशेषता सिद्धांत (ऑलपोर्ट):** स्थिर विशेषताओं के रूप में व्यक्तित्व।
- **मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत (फ्रायड):** अचेतन ड्राइव व्यक्तित्व को आकार देते हैं।
- **मानवतावादी सिद्धांत (रोजर्स):** आत्म-अवधारणा विकास को प्रेरित करती है।
- **सामाजिक-संज्ञानात्मक सिद्धांत (बंडुरा):** पर्यावरण-व्यवहार बातचीत।

2.7 आधुनिक प्रासंगिकता
- **एनईपी 2020**: समग्र शिक्षा व्यक्तित्व विकास का समर्थन करती है।
- **सीबीएसई सुधार**: सीसीई व्यक्तित्व लक्षणों (जैसे, टीम वर्क) का आकलन करता है।
- **डिजिटल उपकरण**: दीक्षा की सामाजिक-भावनात्मक सामग्री आत्म-अवधारणा को बढ़ावा देती है।
- **केस स्टडी**: *सीबीएसई स्कूलों में जीवन कौशल कार्यक्रम* (2020-2025) व्यक्तित्व विकास को दर्शाते हुए सहानुभूति और लचीलापन को बढ़ावा देते हैं।

2.8 समालोचना और विस्तार
- **आलोचना**: परिभाषाएं सिद्धांतों में भिन्न होती हैं, सार्वभौमिकता का अभाव होता है।
- **विस्तार**: एकीकृत मॉडल (जैसे, बिग फाइव) दृष्टिकोण को जोड़ते हैं।

3. कोर अवधारणा: सिगमंड फ्रायड का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत

3.1 परिभाषा

सिगमंड फ्रायड के मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत का मानना है कि व्यक्तित्व बेहोश ड्राइव, संघर्ष और बचपन के शुरुआती अनुभवों से आकार लेता है, जो तीन घटकों (आईडी, अहंकार, सुपररेगो) के आसपास संरचित होता है और मनोवैज्ञानिक चरणों के माध्यम से विकसित होता है। यह व्यवहार और सीखने को प्रभावित करने में अचेतन की भूमिका पर जोर देता है।

3.2 प्रमुख घटक
- **व्यक्तित्व की संरचना**:
  - **आईडी**:
    - बेहोश, सहज ड्राइव (जैसे, भूख, आक्रामकता)।
    - आनंद सिद्धांत पर काम करता है (तत्काल संतुष्टि चाहता है)।
    - उदाहरण: तत्काल सफलता के लिए धोखा देने के लिए एक छात्र का आवेग।
  - **अहंकार**:
    - आईडी और सुपररेगो के बीच सचेत, तर्कसंगत मध्यस्थ।
    - वास्तविकता सिद्धांत (संतुलन, इच्छाओं और मानदंडों) पर काम करता है।
    - उदाहरण: छात्र धोखा देने के बजाय अध्ययन करने का फैसला करता है।

- **सुपररेगो**:
  - नैतिक विवेक, आंतरिक सामाजिक मूल्य।
  - नैतिकता सिद्धांत पर काम करता है (नैतिक व्यवहार का मार्गदर्शन करता है)।
  - उदाहरण: छात्र धोखाधड़ी पर विचार करने के लिए अपराध महसूस करता है।
- **चेतना के स्तर**:
  - **बेहोश**: दमित इच्छाएं, यादें (जैसे, बचपन का डर)।
  - **अग्रचेतन**: प्रयास के साथ सुलभ (जैसे, पिछले पाठ)।
  - **सचेत**: वर्तमान जागरूकता (जैसे, इस पाठ को पढ़ना)।
- **रक्षा तंत्र**:
  - आईडी-सुपररेगो संघर्षों से चिंता को कम करने के लिए बेहोश रणनीतियाँ।
  - उदाहरण:
    - **दमन**: दर्दनाक यादों को दबाना (जैसे, परीक्षा विफलता)।
    - **प्रोजेक्शन**: दूसरों के लिए खुद की खामियों को जिम्मेदार ठहराना (उदाहरण के लिए, खराब ग्रेड के लिए साथियों को दोष देना)।
    - **युक्तिकरण**: व्यवहार को सही ठहराना (उदाहरण के लिए, "मैं असफल रहा क्योंकि परीक्षण कठिन था")।
    - **उच्च बनाने की क्रिया**: सकारात्मक कार्यों में आवेगों को प्रसारित करना (जैसे, खेल में आक्रामकता)।

3.3 विकास के मनोवैज्ञानिक चरण

1. **ओरल स्टेज (0-1 वर्ष):**
   a. फोकस: मुंह (जैसे, चूसना, काटना)।
   b. संघर्ष: स्तन/बोतल से दूध छुड़ाना।
   c. परिणाम: निर्धारण निर्भरता या आक्रामकता की ओर जाता है (उदाहरण के लिए, नाखून-काटने जैसी मौखिक आदतें)।
2. **गुदा चरण (1-3 वर्ष):**
   a. फोकस: आंत्र नियंत्रण (शौचालय प्रशिक्षण)।
   b. संघर्ष: माता-पिता का नियंत्रण बनाम स्वायत्तता।
   c. परिणाम: निर्धारण गुदा-प्रतिधारण (व्यवस्थित) या गुदा-निष्कासन (अव्यवस्थित) लक्षणों की ओर जाता है।
3. **फालिक स्टेज (3-6 वर्ष):**
   a. फोकस: जननांग जागरूकता, ओडिपस / इलेक्ट्रा कॉम्प्लेक्स (विपरीत-लिंग माता-पिता के लिए आकर्षण)।
   b. संघर्ष: पहचान के माध्यम से जटिल को हल करना।
   c. परिणाम: निर्धारण यौन पहचान के मुद्दों या घमंड की ओर जाता है।
4. **विलंबता चरण (6-यौवन):**
   a. फोकस: दमित यौन आग्रह, सामाजिक कौशल विकास।
   b. परिणाम: सहकर्मी बातचीत, अकादमिक फोकस (कोई बड़ा संघर्ष नहीं)।
5. **जननांग अवस्था (यौवन-वयस्कता):**
   a. फोकस: परिपक्व यौन संबंध, सामाजिक योगदान।
   b. परिणाम: स्वस्थ रिश्ते या निर्धारण से संबंधित मुद्दे (जैसे, अंतरंगता की समस्याएं)।

3.4 शैक्षिक निहितार्थ

- **व्यवहार प्रबंधन**:
  - आईडी-संचालित आवेगों को संबोधित करें (उदाहरण के लिए, खेल के माध्यम से आक्रामकता)।
  - अहंकार-सहायक रणनीतियों (जैसे, तार्किक परिणाम) का उपयोग करें।
- **संघर्ष समाधान**:
  - सुपररेगो-संचालित अपराध को पहचानें (उदाहरण के लिए, धोखाधड़ी के लिए परामर्श)।
  - रक्षा तंत्र का प्रबंधन करें (उदाहरण के लिए, सहकर्मी संघर्षों में प्रक्षेपण को संबोधित करना)।
- **प्रारंभिक हस्तक्षेप**:
  - मनोवैज्ञानिक चरण संक्रमण का समर्थन करें (उदाहरण के लिए, पूर्वस्कूली में स्वायत्तता)।
  - निर्धारण को रोकें (जैसे, सकारात्मक शौचालय प्रशिक्षण)।
- **प्रेरणा**:
  - चैनल बेहोश ड्राइव (जैसे, रचनात्मक कार्यों के माध्यम से उच्च बनाने की क्रिया)।
- **परामर्श**:
  - गहरी जड़ वाले मुद्दों (जैसे, मुक्त संघ) के लिए मनोविश्लेषणात्मक तकनीकों का उपयोग करें।

- **एनईपी 2020 संरेखण**: सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा बेहोश संघर्षों को संबोधित करती है।

उदाहरण: एक शिक्षक एनईपी 2020 के समग्र दृष्टिकोण के साथ संरेखित करते हुए, एक छात्र की आक्रामकता (आईडी-संचालित) को नेतृत्व (उच्च बनाने की क्रिया) में चैनल करने के लिए समूह गतिविधियों का उपयोग करता है।

3.5 सैद्धांतिक दृष्टिकोण

- **मनोविश्लेषण (फ्रायड):** बेहोश ड्राइव व्यक्तित्व को आकार देते हैं।
- **साइकोडायनामिक थ्योरी (जंग, एडलर):** फ्रायड की अवधारणाओं का विस्तार करता है।
- **व्यवहारवाद**: अचेतन फोकस की आलोचना करता है, अवलोकन योग्य व्यवहार पर जोर देता है।
- **मानवतावाद**: नियतिवाद को खारिज करता है, विकास क्षमता पर ध्यान केंद्रित करता है।

3.6 आधुनिक प्रासंगिकता

- **एनईपी 2020**: सामाजिक-भावनात्मक शिक्षा संघर्ष समाधान का समर्थन करती है।
- **परामर्श कार्यक्रम**: स्कूलों में मनोविश्लेषणात्मक तकनीक (जैसे, सीबीएसई की परामर्श)।
- **डिजिटल उपकरण**: दीक्षा की मानसिक स्वास्थ्य सामग्री बेहोश मुद्दों को संबोधित करती है।
- **केस स्टडी**: *स्कूल काउंसलिंग* (2020-2025) छात्र संघर्षों के लिए फ्रायड की अंतर्दृष्टि का उपयोग करता है।

3.7 समालोचना और विस्तार

- **आलोचना**: अवैज्ञानिक, कामुकता पर अधिक जोर देता है, नियतात्मक।
- **विस्तार**: नव-फ्रायडियन सिद्धांत (जैसे, एरिकसन) सामाजिक फोकस जोड़ते हैं।

4. कोर कॉन्सेप्ट: कार्ल रोजर्स का मानवतावादी सिद्धांत

4.1 परिभाषा

कार्ल रोजर्स का मानवतावादी सिद्धांत व्यक्तित्व को एक व्यक्ति की आत्म-अवधारणा और आत्म-बोध की ओर उनके अभियान के उत्पाद के रूप में देखता है, स्वतंत्र इच्छा, व्यक्तिगत विकास और सहायक वातावरण पर जोर देता है। यह स्वस्थ व्यक्तित्व विकास को बढ़ावा देने में बिना शर्त सकारात्मक संबंध और अनुरूपता के महत्व पर प्रकाश डालता है।

4.2 प्रमुख घटक

1. **स्व-अवधारणा**:
   - परिभाषा: स्वयं के बारे में व्यक्ति की धारणा (वास्तविक आत्म बनाम आदर्श स्व)।
   - प्रकार:
     - **वास्तविक स्व**: वास्तविक गुण और अनुभव।
     - **आदर्श स्व**: वांछित गुण और लक्ष्य।
   - सर्वांगसमता: वास्तविक और आदर्श आत्म के बीच संरेखण स्वस्थ व्यक्तित्व की ओर ले जाता है।
   - असंगतता: विसंगति चिंता का कारण बनती है (उदाहरण के लिए, अपर्याप्त महसूस करना)।
   - उदाहरण: एक छात्र खुद को औसत (वास्तविक स्व) के रूप में देखता है लेकिन एक टॉपर (आदर्श स्व) बनने की इच्छा रखता है।
2. **आत्म-बोध:**
   - परिभाषा: किसी की पूरी क्षमता का एहसास करने के लिए जन्मजात ड्राइव।
   - विशेषताएं: रचनात्मकता, स्वायत्तता, समस्या-समाधान।
   - उदाहरण: एक छात्र रचनात्मक क्षमता को पूरा करने के लिए कला का पीछा करता है।
3. **बिना शर्त सकारात्मक संबंध**:
   - परिभाषा: गैर-न्यायिक स्वीकृति और दूसरों से समर्थन।
   - प्रभाव: आत्म-मूल्य और विकास को बढ़ावा देता है।
   - उदाहरण: एक शिक्षक ग्रेड की परवाह किए बिना प्रयास की प्रशंसा करता है।
4. **मूल्य की शर्तें**:
   - परिभाषा: स्वीकृति के लिए बाहरी अपेक्षाएं (जैसे, उच्च अंकों के लिए माता-पिता की स्वीकृति)।
   - प्रभाव: असंगति अगर आत्म-अवधारणा शर्तों पर निर्भर करती है।
   - उदाहरण: एक छात्र केवल अकादमिक सफलता के लिए मूल्यवान महसूस करता है।
5. **रिश्तों में एकरूपता**:
   - परिभाषा: बातचीत में प्रामाणिकता (वास्तविकता, सहानुभूति)।
   - प्रभाव: स्वस्थ व्यक्तित्व विकास का समर्थन करता है।
   - उदाहरण: एक शिक्षक की वास्तविक प्रतिक्रिया विश्वास का निर्माण करती है।

4.3 व्यक्तित्व विकास प्रक्रिया
- **बचपन**: माता-पिता के संबंध के माध्यम से आत्म-अवधारणा रूप (उदाहरण के लिए, बिना शर्त समर्थन आत्मविश्वास बनाता है)।
- **किशोरावस्था**: अनुरूपता के लिए प्रयास करना, वास्तविक और आदर्श आत्म को संतुलित करना (जैसे, सहकर्मी स्वीकृति बनाम व्यक्तिगत लक्ष्य)।
- **वयस्कता**: स्वायत्तता और रचनात्मकता (जैसे, कैरियर की पूर्ति) के माध्यम से आत्म-वास्तविकता।
- **पर्यावरण की भूमिका**: सहायक सेटिंग्स (जैसे, सहानुभूतिपूर्ण शिक्षक) विकास को बढ़ावा देती हैं।
- **बाधाएं**: असंगतता, सशर्त मूल्य (जैसे, अंकों के लिए सामाजिक दबाव)।

4.4 शैक्षिक निहितार्थ
- **शिक्षार्थी केंद्रित शिक्षण**:
  - पसंद के माध्यम से आत्म-बोध को बढ़ावा देना (उदाहरण के लिए, परियोजना-आधारित शिक्षा)।
  - उदाहरण: छात्रों को शोध विषय चुनने की अनुमति दें।
- **सहायक वातावरण**:
  - बिना शर्त सकारात्मक संबंध प्रदान करें (उदाहरण के लिए, प्रशंसा प्रयास, न केवल परिणाम)।
  - उदाहरण: निर्णय के बिना संघर्षरत छात्रों को प्रोत्साहित करें।
- **स्व-अवधारणा विकास**:
  - सकारात्मक प्रतिक्रिया (जैसे, सीसीई का समग्र मूल्यांकन) के माध्यम से आत्मविश्वास का निर्माण करें।
  - उदाहरण: कक्षाओं में विविध प्रतिभाओं को पहचानें।
- **परामर्श**:
  - असंगति के लिए व्यक्ति-केंद्रित चिकित्सा का उपयोग करें (उदाहरण के लिए, कम आत्मसम्मान)।
  - उदाहरण: स्कूल काउंसलर आत्म-मूल्य का समर्थन करते हैं।
- **प्रेरणा**:
  - आंतरिक लक्ष्यों को प्रोत्साहित करें (उदाहरण के लिए, जिज्ञासा के लिए सीखना)।
  - उदाहरण: NEP 2020 का अनुभवात्मक अधिगम स्वायत्तता को बढ़ावा देता है।
- **एनईपी 2020 संरेखण**: समग्र शिक्षा आत्म-बोध और आत्म-अवधारणा का समर्थन करती है।

उदाहरण: एक शिक्षक कला में एक छात्र के प्रयास (बिना शर्त सकारात्मक संबंध) की प्रशंसा करता है, अनुरूपता और आत्म-बोध को बढ़ावा देता है, एनईपी 2020 के शिक्षार्थी-केंद्रित दृष्टिकोण के साथ संरेखित करता है।

4.5 सैद्धांतिक दृष्टिकोण
- **मानवतावाद (मास्लो, रोजर्स):** विकास-उन्मुख व्यक्तित्व।
- **अस्तित्ववाद**: स्वतंत्र इच्छा और अर्थ बनाना (सार्त्र)।
- **आत्मनिर्णय सिद्धांत**: स्वायत्तता और क्षमता (डेसी और रयान)।
- **संज्ञानात्मक मनोविज्ञान**: संज्ञानात्मक स्कीमा के रूप में आत्म-अवधारणा।

4.6 आधुनिक प्रासंगिकता
- **एनईपी 2020**: अनुभवात्मक अधिगम आत्म-बोध को बढ़ावा देता है।
- **सीबीएसई सुधार**: सीसीई आत्म-अवधारणा और प्रतिभा का आकलन करता है।
- **डिजिटल प्लेटफॉर्म**: दीक्षा की सामाजिक-भावनात्मक सामग्री आत्म-सम्मान का निर्माण करती है।
- **केस स्टडी**: सीबीएसई लाइफ स्किल्स प्रोग्राम (2020-2025) रोजर्स के सिद्धांत को दर्शाते हुए आत्म-मूल्य को बढ़ावा देते हैं।

4.7 समालोचना और विस्तार
- **आलोचना**: अत्यधिक आशावादी, अनुभवजन्य कठोरता का अभाव है, बेहोश कारकों की उपेक्षा करता है।
- **विस्तार**: व्यापक समझ के लिए संज्ञानात्मक सिद्धांतों के साथ एकीकृत करें।

5. कोर कॉन्सेप्ट: गॉर्डन ऑलपोर्ट की विशेषता सिद्धांत
5.1 परिभाषा
गॉर्डन ऑलपोर्ट का विशेषता सिद्धांत व्यक्तित्व को मनोचिकित्सा प्रणालियों के एक गतिशील संगठन के रूप में परिभाषित करता है जो विशेषता व्यवहार और विचारों को निर्धारित करता है, व्यक्तित्व के निर्माण खंडों के रूप में स्थिर लक्षणों पर जोर देता है। यह लक्षणों को कार्डिनल, केंद्रीय और माध्यमिक में वर्गीकृत करता है, व्यक्तिगत विशिष्टता और कार्यात्मक स्वायत्तता को उजागर करता है।

5.2 प्रमुख घटक
1. **लक्षण**:
   - परिभाषा: व्यवहार को प्रभावित करने वाली स्थिर, स्थायी विशेषताएं।
   - प्रकार:

- **कार्डिनल लक्षण**: प्रमुख, परिभाषित लक्षण (जैसे, मदर टेरेसा की परोपकारिता)।
- **केंद्रीय लक्षण**: सामान्य विशेषताएं (जैसे, ईमानदारी, मित्रता)।
- **माध्यमिक लक्षण**: स्थितिजन्य प्राथमिकताएं (जैसे, कॉफी पसंद करना)।

o उदाहरण: एक छात्र की कर्तव्यनिष्ठा का केंद्रीय गुण अकादमिक परिश्रम को संचालित करता है।

2. **कार्यात्मक स्वायत्तता**:
   - o परिभाषा: व्यवहार अपने मूल से स्वतंत्र हो जाते हैं।
   - o प्रकार:
     - **दृढ़ता:** आदतें बनी रहती हैं (जैसे, दैनिक अध्ययन)।
     - **प्रोपराइट**: पहचान के लिए कोर (जैसे, कैरियर जुनून का पीछा करना)।
   - o उदाहरण: एक छात्र आदत (दृढ़ता) या जुनून (मालिका) से अध्ययन करता है।
3. **प्रोप्रियम**:
   - o परिभाषा: स्वार्थ के मुख्य पहलू (जैसे, आत्मसम्मान, पहचान)।
   - o विकास: बचपन से वयस्कता तक विकसित होता है।
   - o उदाहरण: एक वैज्ञानिक के रूप में एक किशोर की आत्म-पहचान कैरियर के लक्ष्यों को आकार देती है।
4. **व्यक्तित्व**:
   - o परिभाषा: लक्षणों का अनूठा संयोजन व्यक्तित्व को परिभाषित करता है।
   - o जोर: मुहावरेदार (व्यक्तिगत) बनाम नोमोथेटिक (सामान्य) दृष्टिकोण।
   - o उदाहरण: प्रत्येक छात्र की अनूठी विशेषता प्रोफ़ाइल सीखने को प्रभावित करती है।

5.3 व्यक्तित्व विकास प्रक्रिया

- **शैशवावस्था**: मूल स्वभाव (जैसे, शांत बनाम चिड़चिड़ा)।
- **बचपन**: केंद्रीय लक्षण बनते हैं (उदाहरण के लिए, सहकर्मी बातचीत के माध्यम से सामाजिकता)।
- **किशोरावस्था**: प्रोप्रियम विकसित होता है, लक्षण स्थिर होते हैं (जैसे, पहचान गठन)।
- **वयस्कता**: कार्यात्मक स्वायत्तता व्यवहार (जैसे, कैरियर विकल्प) को चलाती है।
- **पर्यावरण की भूमिका**: अनुभवों के माध्यम से लक्षणों को आकार देता है (जैसे, सहायक शिक्षक)।
- **आनुवंशिकता-पर्यावरण बातचीत**: लक्षण दोनों को दर्शाते हैं (जैसे, आनुवंशिक अपव्यय, सांस्कृतिक मानदंड)।

5.4 शैक्षिक निहितार्थ

- **विशेषता-आधारित निर्देश**:
  - o लक्षणों के लिए शिक्षण को अनुकूलित करें (उदाहरण के लिए, मिलनसार छात्रों के लिए समूह कार्य)।
  - o उदाहरण: केंद्रीय नेतृत्व लक्षणों वाले छात्रों को नेतृत्व की भूमिका सौंपें।
- **मूल्यांकन**:
  - o सीसीई (जैसे, टीम वर्क, जिम्मेदारी) के माध्यम से लक्षणों का मूल्यांकन करें।
  - o उदाहरण: परामर्श में व्यक्तित्व सूची का उपयोग करें।
- **प्रेरणा**:
  - o केंद्रीय लक्षणों का लाभ उठाएं (उदाहरण के लिए, शैक्षणिक लक्ष्यों के लिए ईमानदारी)।
  - o उदाहरण: मेहनती छात्रों को चुनौतीपूर्ण कार्यों के साथ प्रोत्साहित करें।
- **व्यवहार प्रबंधन**:
  - o माध्यमिक लक्षणों को संबोधित करें (उदाहरण के लिए, प्रस्तुतियों में स्थितिजन्य शर्म)।
  - o उदाहरण: शर्मीले छात्रों के लिए अभ्यास प्रदान करें।
- **परामर्श**:
  - o समर्थन प्रोप्रियम विकास (जैसे, पहचान अन्वेषण)।
  - o उदाहरण: लक्षणों के आधार पर करियर विकल्पों का मार्गदर्शन करें।
- **एनईपी 2020 संरेखण**: समग्र मूल्यांकन विविध लक्षणों को पहचानता है।

उदाहरण: एक शिक्षक एनईपी 2020 के समग्र विकास के साथ संरेखित करते हुए, नेतृत्व को बढ़ावा देने वाले केंद्रीय मिलनसार लक्षणों वाले छात्रों को समूह परियोजनाएं प्रदान करता है।

5.5 सैद्धांतिक दृष्टिकोण

- **विशेषता सिद्धांत (ऑलपोर्ट, कैटेल):** स्थिर विशेषताएं व्यक्तित्व को परिभाषित करती हैं।
- **बिग फाइव मॉडल**: ऑलपोर्ट के लक्षणों (जैसे, खुलापन, ईमानदारी) का विस्तार करता है।
- **व्यवहार सिद्धांत**: लक्षणों की आलोचना करता है, सीखा व्यवहार पर केंद्रित है।
- **मानवतावादी सिद्धांत**: आत्म-अवधारणा के साथ लक्षणों को पूरा करता है।

5.6 आधुनिक प्रासंगिकता

- **एनईपी 2020**: सीसीई टीम वर्क और लचीलापन जैसे लक्षणों का आकलन करता है।
- **सीबीएसई सुधार**: जीवन कौशल कार्यक्रम केंद्रीय लक्षण विकसित करते हैं।
- **डिजिटल उपकरण**: दीक्षा की सामग्री सकारात्मक लक्षणों (जैसे, सहानुभूति) को बढ़ावा देती है।
- **केस स्टडी**: *सीबीएसई व्यक्तित्व आकलन* (2020-2025) करियर मार्गदर्शन के लिए लक्षणों की पहचान करते हैं।

5.7 समालोचना और विस्तार

- **आलोचना**: स्थिरता पर अधिक जोर देता है, स्थितिजन्य प्रभावों की उपेक्षा करता है।
- **विस्तार**: सामाजिक-संज्ञानात्मक सिद्धांत (जैसे, बंडुरा) संदर्भ जोड़ते हैं।

व्यक्तित्व सिद्धांतों की तुलना

दृष्टिकोण	फ्रायड (मनोविश्लेषणात्मक)	रोजर्स (मानवतावादी)	ऑलपोर्ट (विशेषता)
फ़ोकस	बेहोश ड्राइव	आत्म-अवधारणा, विकास	स्थिर लक्षण
मुख्य अवधारणाएं	आईडी, अहंकार, प्रति-अहंकार	आत्म-बोध, अनुरूपता	कार्डिनल, केंद्रीय, माध्यमिक लक्षण
विकास	मनोवैज्ञानिक चरण	स्व-अवधारणा संरेखण	विशेषता स्थिरीकरण
उदाहरण	अहंकार धोखा आवेग मध्यस्थता करता है	छात्र आत्म-मूल्य के लिए कला का पीछा करता है	कर्तव्यनिष्ठा अध्ययन को प्रेरित करती है
शैक्षिक उपयोग	विरोधों का प्रबंधन करें	आत्मसम्मान को बढ़ावा देना	लक्षणों के लिए दर्जी

6. प्रमुख बिंदु

- व्यक्तित्व विचारों, भावनाओं और व्यवहारों का अद्वितीय, स्थिर पैटर्न है।
- फ्रायड का सिद्धांत बेहोश ड्राइव, आईडी-अहंकार-सुपररेगो और मनोवैज्ञानिक चरणों पर जोर देता है।
- रोजर्स का सिद्धांत आत्म-अवधारणा, आत्म-बोध और बिना शर्त सकारात्मक संबंध पर केंद्रित है।
- ऑलपोर्ट का सिद्धांत कार्डिनल, केंद्रीय और माध्यमिक लक्षणों और कार्यात्मक स्वायत्तता पर प्रकाश डालता है।
- कोर अवधारणाओं में बेहोश संघर्ष, अनुरूपता और विशेषता स्थिरता शामिल हैं।
- उच्च वेटेज विषय: फ्रायड की आईडी-अहंकार-सुपररेगो, रोजर्स की आत्म-अवधारणा।
- एनईपी 2020 समग्र शिक्षा के माध्यम से व्यक्तित्व विकास का समर्थन करता है।
- हाल के रुझान (2020-2025): रोजर्स और ऑलपोर्ट के साथ एनईपी के संरेखण पर ध्यान दें।
- अंतःविषय लिंक: पेपर 1 के शिक्षण योग्यता से जुड़ता है।

अभ्यास प्रश्न

1. फ्रायड का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत जोर देता है:
a) बेहोश ड्राइव
b) आत्म-बोध
c) स्थिर लक्षण
d) सामाजिक शिक्षा
उत्तर: a) अचेतन ड्राइव
व्याख्या: आईडी, अहंकार, प्रति-अहंकार पर केंद्रित है।

2. रोजर्स का मानवतावादी सिद्धांत हाइलाइट्स:
a) स्व-अवधारणा
b) मनोवैज्ञानिक चरण
c) कार्डिनल लक्षण
d) कंडीशनिंग
उत्तर: a) स्व-अवधारणा
व्याख्या: वास्तविक बनाम आदर्श स्व।

3. ऑलपोर्ट के कार्डिनल लक्षण हैं:
a) प्रमुख, परिभाषित लक्षण
B) सामान्य विशेषताएं
c) स्थितिजन्य प्राथमिकताएं
d) बेहोश ड्राइव
उत्तर: a) प्रमुख, परिभाषित लक्षण
व्याख्या: व्यक्तित्व को आकार दें।

4. फ्रायड के प्रक्षेपण के रक्षा तंत्र में शामिल हैं:
a) दूसरों को अपनी खामियों के लिए जिम्मेदार ठहराना
b) यादों को दबाना
c) व्यवहार को न्यायोचित ठहराना
d) चैनलिंग आवेग
उत्तर: a) दूसरों को अपनी खामियों के लिए जिम्मेदार ठहराना
व्याख्या: चिंता को कम करता है।

5. रोजर्स का बिना शर्त सकारात्मक संबंध बढ़ावा देता है:
a) आत्म-मूल्य b) अहंकार की ताकत
c) कार्यात्मक स्वायत्तता d) दमन
उत्तर: a) आत्म-मूल्य
स्पष्टीकरण: गैर-न्यायिक समर्थन।

6. ऑलपोर्ट की कार्यात्मक स्वायत्तता का अर्थ है:
a) मूल से स्वतंत्र व्यवहार
b) बेहोश ड्राइव
c) आत्म-बोध
d) रक्षा तंत्र
उत्तर: A) मूल से स्वतंत्र व्यवहार
व्याख्या: आदतें या जुनून बने रहते हैं।

7. फ्रायड का सुपररेगो इस पर काम करता है:
a) नैतिकता सिद्धांत
b) आनंद सिद्धांत
c) वास्तविकता सिद्धांत
d) विकास सिद्धांत
उत्तर: a) नैतिकता सिद्धांत
व्याख्या: नैतिक व्यवहार का मार्गदर्शन करता है।
8. रोजर्स की असंगति के कारण:
a) चिंता
b) आत्म-बोध
c) कार्यात्मक स्वायत्तता
d) दमन
उत्तर: a) चिंता
स्पष्टीकरण: वास्तविक बनाम आदर्श आत्म विसंगति।
9. ऑलपोर्ट के केंद्रीय लक्षण हैं:
a) सामान्य विशेषताएं
b) प्रमुख लक्षण
c) स्थितिजन्य प्राथमिकताएं
d) बेहोश ड्राइव
उत्तर: a) सामान्य विशेषताएँ
व्याख्या: ईमानदारी जैसे सामान्य लक्षण।
10. फ्रायड के मौखिक चरण निर्धारण की ओर जाता है:
a) निर्भरता
b) सुव्यवस्था
c) वैनिटी
d) अंतरंगता के मुद्दे
उत्तर: a) निर्भरता
व्याख्या: मौखिक आदतें या निर्भरता।
11. रोजर्स का आत्म-बोध है:
a) पूरी क्षमता का एहसास
b) मध्यस्थता आवेगों
c) स्थिर लक्षण
d) रक्षा तंत्र
उत्तर: a) पूर्ण क्षमता का एहसास
व्याख्या: विकास ड्राइव।
12. ऑलपोर्ट का प्रोप्रियम संदर्भित करता है:
a) कोर सेल्फहुड
b) बेहोश ड्राइव
c) आत्म-बोध
d) रक्षा तंत्र
उत्तर: a) कोर सेल्फहुड
व्याख्या: आत्मसम्मान, पहचान।
13. एनईपी 2020 की समग्र शिक्षा के साथ संरेखित है:
a) रोजर्स का मानवतावादी सिद्धांत
b) फ्रायड का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत
c) ऑलपोर्ट के कार्डिनल लक्षण
d) व्यवहार कंडीशनिंग
उत्तर: a) रोजर्स का मानवतावादी सिद्धांत
व्याख्या: आत्म-बोध को बढ़ावा देता है।
14. फ्रायड का अहंकार इस पर काम करता है:
a) वास्तविकता सिद्धांत
b) आनंद सिद्धांत
c) नैतिकता सिद्धांत
d) विकास सिद्धांत
उत्तर: a) वास्तविकता सिद्धांत
व्याख्या: इच्छाओं और मानदंडों को संतुलित करता है।
15. ऑलपोर्ट के माध्यमिक लक्षण हैं:
a) स्थितिजन्य प्राथमिकताएं
b) प्रमुख लक्षण
c) सामान्य विशेषताएँ
d) बेहोश ड्राइव
उत्तर: a) स्थितिजन्य प्राथमिकताएं
स्पष्टीकरण: संदर्भ-विशिष्ट व्यवहार।

वृद्धि और विकास (भाग 3)

परिचय

यह हिस्सा शिक्षार्थी और सीखने की प्रक्रिया की मनोवैज्ञानिक नींव में तल्लीन करता है, इस बात पर जोर देता है कि व्यक्तित्व, मानसिक स्वास्थ्य और संज्ञानात्मक ढांचे शैक्षिक परिणामों को कैसे आकार देते हैं। यह हिस्सा **मैक्स वर्थाइमर और कर्ट कोफ्का (गेस्टाल्ट परिप्रेक्ष्य),** मानसिक स्वास्थ्य **और** मानसिक स्वच्छता **द्वारा व्यक्तित्व सिद्धांतों** पर केंद्रित है, जो समग्र धारणा, मनोवैज्ञानिक कल्याण और निवारक मानसिक स्वास्थ्य प्रथाओं को शिक्षार्थी विकास को प्रभावित करने की व्यापक समझ प्रदान करता है। गेस्टाल्ट दृष्टिकोण एक एकीकृत संपूर्ण के रूप में व्यक्तित्व पर एक अद्वितीय लेंस प्रदान करता है, जबकि लचीला, प्रभावी शिक्षार्थियों को बढ़ावा देने के लिए मानसिक स्वास्थ्य और स्वच्छता अवधारणाएं महत्वपूर्ण हैं।

1. व्यक्तित्व, मानसिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वच्छता का अवलोकन

1.1 परिभाषा और कार्यक्षेत्र

व्यक्तित्व में विचारों, भावनाओं और व्यवहारों के अद्वितीय, स्थिर पैटर्न शामिल हैं जो एक व्यक्ति को परिभाषित करते हैं, गेस्टाल्ट परिप्रेक्ष्य समग्र एकीकरण पर जोर देते हैं। मानसिक स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक कल्याण की स्थिति को संदर्भित करता है, प्रभावी कामकाज को सक्षम करता है, जबकि मानसिक स्वच्छता में मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने और बढ़ावा देने के लिए निवारक अभ्यास शामिल हैं। इन विषयों के माध्यम से विश्लेषण किया जाता है: