मनोविज्ञान

कक्षा 11 के लिए पाठ्यपुस्तक

11115

विद्ययाऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING

11115 – मनोविज्ञान
कक्षा 11 के लिए पाठ्यपुस्तक

ISBN 81-7450-555-5

प्रथम संस्करण

अप्रैल 2006 वैशाख 1928

पुनर्मुद्रण

दिसंबर 2006 पौष 1928
मई 2008 ज्येष्ठ 1930
जून 2009 आषाढ़ 1931
दिसंबर 2009 पौष 1931
जनवरी 2011 पौष 1932
जून 2012 ज्येष्ठ 1934
दिसंबर 2015 अग्रहायण 1937
मार्च 2017 फाल्गुन 1938
दिसंबर 2017 अग्रहायण 1939
जनवरी 2019 पौष 1940
सितंबर 2019 भाद्रपद 1941
जनवरी 2021 पौष 1942
नवंबर 2021 कार्तिक 1943

PD 5T RPS

© राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, 2006

₹ 130.00

एन.सी.ई.आर.टी. वाटरमार्क 80 जी.एस.एम. पेपर पर मुद्रित।

प्रकाशन प्रभाग में सचिव, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, श्री अरविंद मार्ग, नई दिल्ली 110 016 द्वारा प्रकाशित तथा पंजाब प्रिंटिंग प्रेस, सी-92, ओखला इंडस्ट्रियल एरिया, फ़ेज़-I, नयी दिल्ली – 110 020 द्वारा मुद्रित।

सर्वाधिकार सुरक्षित

- प्रकाशक की पूर्व अनुमति के बिना इस प्रकाशन के किसी भाग को छापना तथा इलेक्ट्रॉनिकी, मशीनी, फोटोप्रतिलिपि, रिकॉर्डिंग अथवा किसी अन्य विधि से पुन: प्रयोग पद्धति द्वारा उसका संग्रहण अथवा प्रसारण वर्जित है।
- इस पुस्तक की बिक्री इस शर्त के साथ की गई है कि प्रकाशक की पूर्व अनुमति के बिना यह पुस्तक अपने मूल आवरण अथवा जिल्द के अलावा किसी अन्य प्रकार से व्यापार द्वारा उधारी पर, पुनर्विक्रय या किराए पर न दी जाएगी, न बेची जाएगी।
- इस प्रकाशन का सही मूल्य इस पृष्ठ पर मुद्रित है। रबड़ की मुहर अथवा चिपकाई गई पर्ची (स्टिकर) या किसी अन्य विधि द्वारा अंकित कोई भी संशोधित मूल्य गलत है तथा मान्य नहीं होगा।

एन.सी.ई.आर.टी. के प्रकाशन प्रभाग के कार्यालय

एन.सी.ई.आर.टी. कैंपस
श्री अरविंद मार्ग
नयी दिल्ली 110 016 फोन : 011-26562708

108, 100 फीट रोड
हेली एक्सटेंशन, होस्डेकेरे
बनाशंकरी III स्टेज
बेंगलुरु 560 085 फोन : 080-26725740

नवजीवन ट्रस्ट भवन
डाकघर नवजीवन
अहमदाबाद 380 014 फोन : 079-27541446

सी.डब्ल्यू.सी. कैंपस
निकट: धनकल बस स्टॉप पनिहटी
कोलकाता 700 114 फोन : 033-25530454

सी.डब्ल्यू.सी. कॉम्प्लैक्स
मालीगांव
गुवाहाटी 781021 फोन : 0361-2674869

प्रकाशन सहयोग

अध्यक्ष, प्रकाशन प्रभाग	:	*अनूप कुमार राजपूत*
मुख्य संपादक	:	*श्वेता उप्पल*
मुख्य उत्पादन अधिकारी	:	*अरुण चितकारा*
मुख्य व्यापार प्रबंधक	:	*विपिन दिवान*
संपादक	:	*नरेश यादव*
उत्पादन सहायक	:	*ओम प्रकाश*

आवरण एवं चित्रांकन
निधि वाधवा

आमुख

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा (2005) सुझाती है कि बच्चों के स्कूली जीवन को बाहर के जीवन से जोड़ा जाना चाहिए। यह सिद्धांत किताबी ज्ञान की उस विरासत के विपरीत है जिसके प्रभाववश हमारी व्यवस्था आज तक स्कूल और घर के बीच अंतराल बनाए हुए है। नयी राष्ट्रीय पाठ्यचर्या पर आधारित पाठ्यक्रम और पाठ्यपुस्तकें इस बुनियादी विचार पर अमल करने का प्रयास हैं। इस प्रयास में हर विषय को एक मज़बूत दीवार से घेर देने और जानकारी को रटा देने की प्रवृत्ति का विरोध शामिल है। आशा है कि ये कदम हमें राष्ट्रीय शिक्षा नीति (1986) में वर्णित बाल-केंद्रित व्यवस्था की दिशा में काफ़ी दूर तक ले जाएँगे।

इस प्रयत्न की सफलता अब इस बात पर निर्भर है कि स्कूलों के प्राचार्य और अध्यापक बच्चों को कल्पनाशील गतिविधियों और सवालों की मदद से सीखने और सीखने के दौरान अपने अनुभव पर विचार करने का कितना अवसर देते हैं। हमें यह मानना होगा कि यदि जगह, समय और आज़ादी दी जाए तो बच्चे बड़ों द्वारा सौंपी गई सूचना-सामग्री से जुड़कर और जूझकर नए ज्ञान का सृजन करते हैं। शिक्षा के विविध साधनों एवं स्रोतों की अनदेखी किए जाने का प्रमुख कारण पाठ्यपुस्तक को परीक्षा का एकमात्र आधार बनाने की प्रवृत्ति है। सर्जना और पहल को विकसित करने के लिए ज़रूरी है कि हम बच्चों को सीखने की प्रक्रिया में पूरा भागीदार मानें और बनाएँ, उन्हें ज्ञान की निर्धारित खुराक का ग्राहक मानना छोड़ दें।

यह उद्देश्य स्कूल की दैनिक ज़िंदगी और कार्यशैली में काफ़ी फेरबदल की माँग करते हैं। दैनिक समय-सारणी में लचीलापन उतना ही ज़रूरी है, जितना वार्षिक कैलेंडर के अमल में चुस्ती, जिससे शिक्षण के लिए नियत दिनों की संख्या हकीकत बन सके। शिक्षण और मूल्यांकन की विधियाँ भी इस बात को तय करेंगी कि यह पाठ्यपुस्तक स्कूल में बच्चों के जीवन को मानसिक दबाव तथा बोरियत की जगह खुशी का अनुभव बनाने में कितनी प्रभावी सिद्ध होती है। बोझ की समस्या से निपटने के लिए पाठ्यक्रम निर्माताओं ने विभिन्न चरणों में ज्ञान का पुनर्निर्धारण करते समय बच्चों के मनोविज्ञान एवं अध्यापन के लिए उपलब्ध समय का ध्यान रखने की पहले से अधिक सचेत कोशिश की है। इस कोशिश को और गहराने के यत्न में यह पाठ्यपुस्तक सोच-विचार और विस्मय, छोटे समूहों में बातचीत एवं बहस और हाथ से की जानेवाली गतिविधियों को प्राथमिकता देती है।

एन.सी.ई.आर.टी. इस पुस्तक की रचना के लिए बनाई गई पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति के परिश्रम के लिए कृतज्ञता व्यक्त करती है। परिषद् सामाजिक विज्ञान पाठ्यपुस्तक सलाहकार समिति के अध्यक्ष प्रोफ़ेसर हरि वासुदेवन, इतिहास विभाग, कलकत्ता विश्वविद्यालय, कोलकाता और इस पाठ्यपुस्तक के मुख्य सलाहकार प्रोफ़ेसर आर.सी. त्रिपाठी, *निदेशक,* जी.बी.पंत सामाजिक विज्ञान संस्थान, इलाहाबाद की विशेष आभारी है। इस पाठ्यपुस्तक के विकास में कई शिक्षकों ने योगदान किया, इस योगदान को संभव बनाने के लिए हम उनके प्राचार्यों के आभारी हैं। हम उन सभी संस्थाओं और संगठनों के प्रति कृतज्ञ हैं, जिन्होंने अपने संसाधनों, सामग्री तथा सहयोगियों की मदद लेने में हमें उदारतापूर्वक सहयोग दिया। हम माध्यमिक एवं उच्च शिक्षा विभाग, मानव संसाधन विकास मंत्रालय द्वारा प्रोफ़ेसर मृणाल मीरी एवं प्रोफ़ेसर जी.पी. देशपांडे की

अध्यक्षता में गठित निगरानी समिति (मॉनिटरिंग कमेटी) के सदस्यों को अपना मूल्यवान समय और सहयोग देने के लिए धन्यवाद देते हैं। व्यवस्थागत सुधारों और अपने प्रकाशनों में निरंतर निखार लाने के प्रति समर्पित एन.सी.ई.आर.टी. टिप्पणियों एवं सुझावों का स्वागत करेगी जिनसे भावी संशोधनों में मदद ली जा सके।

निदेशक

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्

नयी दिल्ली

20 दिसंबर 2005

प्रस्तावना

मनोविज्ञान एक नवीनतम किंतु तीव्र गति से विकसित होने वाला विज्ञान है। बहुत से लोगों का विश्वास है कि इक्कीसवीं सदी मनोवैज्ञानिक विज्ञान के साथ-साथ जैविक विज्ञानों की सदी होने वाली है। तंत्रिका विज्ञान तथा भौतिक विज्ञानों के क्षेत्र में हो रहे विकास मानव व्यवहार एवं मन के रहस्यों को हल करने के नए रास्ते खोल रहे हैं। नवसर्जित ज्ञान से मानव प्रयास का कोई रूप ऐसा नहीं है जो अप्रभावित रहने जा रहा है। केवल यह आशा की जा सकती है कि इससे लोग अपना जीवन अधिक सार्थक ढंग से जी सकेंगे तथा मानव व्यवस्था को ठीक ढंग से व्यवस्थित कर सकेंगे। परिणामस्वरूप वास्तव में बड़ी संख्या में रोजगार के नए अवसर प्रकट हुए हैं। मनोविज्ञान ने बहुत सारे नए क्षेत्रों में अपनी पैठ बना ली है।

इस पाठ्यपुस्तक का लेखन एक सामूहिक प्रयास की देन है। इसमें विभिन्न रूपों में विषय विशेषज्ञों, महाविद्यालयों एवं विद्यालय अध्यापकों तथा विद्यार्थियों से भी निविष्टियाँ प्राप्त की गई हैं। इस पाठ्यपुस्तक के लेखन में, इस पाठ्यपुस्तक के पूर्व संस्करण के मूल्यांकन करने वालों द्वारा उठाए गए कुछ मुद्दों के समाधान को भी समाहित करने का प्रयास किया गया है तथा कुछ भागों का उपयोग भी किया गया है। यह पाठ्यपुस्तक राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा-2005 का अनुसरण करती है। सामान्य दिशानिर्देशों को ध्यान में रखते हुए हमने विद्यार्थियों का बोझ कम करने का प्रयास तो किया ही है साथ ही विषय को अधिक बोधगम्य बनाने का प्रयास भी किया है। ऐसा करने में हमने मनोवैज्ञानिक संप्रत्ययों को दैनंदिन मानव व्यवहारों तथा विविध जीवन अनुभवों से जोड़ने का प्रयास किया है। हम इसमें कितना सफल हुए हैं, यह विद्यार्थियों एवं अध्यापकों के निर्णयन हेतु छोड़ते हैं। एक मुख्य चुनौती जिसका मनोविज्ञान के अध्यापक सामना करते हैं, वह है अपने विद्यार्थियों को मानव व्यवहार के विश्लेषण को वैज्ञानिक ढंग से करने तथा सामान्य बोध से अलग व्याख्याओं का उपयोग करने के लिए तैयार करना। किसी अन्य वैज्ञानिक विद्याशाखा से अधिक मनोविज्ञान में घिसी पिटी बातों का खतरा रहता है। हमारी आशा है कि इस पाठ्यक्रम के विद्यार्थी दूसरों के तथा अपने स्वयं के व्यवहार के विश्लेषण के लिए उपयुक्त वैज्ञानिक अभिवृत्ति विकसित करेंगे तथा इनका उपयोग वैयक्तिक संवृद्धि के लिए करेंगे।

इस पाठ्यपुस्तक को विद्यार्थियों एवं अध्यापकों के हाथों में सौंपते हुए हमें प्रसन्नता है तथा हम उन सभी लोगों के प्रति, जिन्होंने इसके लेखन एवं प्रकाशन में आशातीत सहयोग प्रदान किया है, आभार ज्ञापित करते हैं।

भारत का संविधान

उद्देशिका

हम, भारत के लोग, भारत को एक [1][**संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य**] बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक **न्याय,**

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म

और उपासना की **स्वतंत्रता,**

प्रतिष्ठा और अवसर की **समता**

प्राप्त कराने के लिए,

तथा उन **सब में**

व्यक्ति की गरिमा और [2][**राष्ट्र की एकता**

और अखंडता] सुनिश्चित करने वाली **बंधुता**

बढ़ाने के लिए

दृढ़संकल्प होकर **अपनी इस संविधान सभा में** आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. को **एतद्द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।**

---

1. संविधान (बयालीसवां संशोधन) अधिनियम, 1976 की धारा 2 द्वारा (3.1.1977 से) ''प्रभुत्व-संपन्न लोकतंत्रात्मक गणराज्य'' के स्थान पर प्रतिस्थापित।
2. संविधान (बयालीसवां संशोधन) अधिनियम, 1976 की धारा 2 द्वारा (3.1.1977 से) ''राष्ट्र की एकता'' के स्थान पर प्रतिस्थापित।

शिक्षकों के लिए निर्देश

एक शिक्षक के रूप में हम सर्वदा विद्यार्थियों के शिक्षण तथा पाठ्यपुस्तक के बाहर भी उनकी समझ में वृद्धि से संबंधित होते हैं। वर्तमान की कक्षाओं में ज्ञान एवं सूचना प्रदान करने पर विशेष ध्यान दिया जाता है। हमें यह जानते रहना चाहिए कि अध्यापन का अर्थ क्या है, हम किस प्रकार अध्यापन करते हैं तथा हमारे अध्यापन का समेकित अग्रगामी प्रभाव क्या है?

अनुसंधानों से पता चला है कि शैक्षिक अभ्यास विषय या विद्याशाखा की अंतर्वस्तु एवं स्वरूप से प्रभावित होता है। मनोविज्ञान का विषय, जो मानव मन, व्यवहार एवं मानव संबंधों की व्याख्या करता है, अध्यापन करने के मानवतावादी परिदृश्य में सहायता कर सकता है। इस प्रकार के परिदृश्य से विद्यार्थियों के ज्ञान संवर्धन के साथ-साथ उनकी उत्सुकता, सकारात्मक भावनाओं, सीखने की इच्छा, खुलापन, स्वयं के तथा दूसरों के विषय में खोज इत्यादि को प्रेरित एवं जागृत करने में सहायता मिलती है। इस प्रकार के उपागम उनके वैयक्तिक विकास तथा विषय के प्रति सकारात्मक अभिवृत्ति एवं स्नेह के अंतर्निवेशन के लिए प्रेरक होते हैं।

इस पाठ्यपुस्तक की अभिकल्पना इस प्रकार की गई है कि विद्यार्थियों को अपने पूर्ववर्ती ज्ञान एवं अनुभवों के उपयोग का पर्याप्त अवसर मिल सके। सार्थक संदर्भ दिए गए हैं जिससे विषयवस्तु को दिन-प्रतिदिन के जीवन से जोड़ा जा सके। अध्यापन-अधिगम प्रक्रिया को आनंदमय बनाने के लिए हम सलाह देंगे कि आप अंत:क्रियात्मक विधि का उपयोग करते हुए विद्यार्थियों को तल्लीन रखें तथा उनकी अभिरुचि तथा उत्साह को बनाए रखें। कहानी, परिचर्चा, उदाहरण, प्रश्नातुरता, सादृश्य, समस्या-समाधान स्थिति, भूमिका-निर्वाह आदि युक्तियाँ प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक के सन्निहित अंग हैं। यह और अच्छा होगा जब विद्यार्थी अपनी कहानियों एवं उदाहरणों का उपयोग करें। सूचनाओं की सघनता को कम करने का विशेष प्रयास किया गया है जिससे कि कक्षा में प्राप्त ज्ञान को विद्यार्थी अपने व्यक्तिगत अनुभवों के साथ-साथ अपने भौतिक, सामाजिक, राजनैतिक तथा आर्थिक परिवेश से जोड़ सकें। विषयवस्तु का व्यवहृत स्वरूप विद्यार्थियों की सहायता करेगा कि वे अपने संदर्भों में ज्ञान के अनुप्रयोग को जान सकें। हमारी आपको सलाह है कि आप विद्यार्थियों को उत्साहित करें कि वे रुचिकर घटनाओं/प्रसंगों, जिनमें वे स्वयं संलग्न रहे हों अथवा जिन्हें उन्होंने देखा हो, का एक अभिलेख बनाएँ। वे इन प्रसंगों को इस पुस्तक से अधिगत चीज़ों के उपयोग द्वारा अर्थवान बनाने का प्रयास कर सकते हैं। इसे आप अधिगम डायरी कह सकते हैं।

चूँकि ग्यारहवीं कक्षा के विद्यार्थियों के लिए मनोविज्ञान एक नया विषय है, इसलिए विषय की क्षमता, दिन-प्रतिदिन के जीवन में उसके महत्त्व तथा जीवन-वृत्ति की विविध संभावनाओं पर सम्यक् ध्यान देना होगा। यह आशा की जाती है कि मनोविज्ञान के आनुभविक स्वरूप तथा मानव व्यवहार के अध्ययन में वैज्ञानिक उपागम को अपनाने के विषय से विद्यार्थियों को अवगत कराया जाएगा।

इस पाठ्यपुस्तक में नौ अध्याय हैं। ये उन विषयों से संबंधित हैं जो मनोविज्ञान में प्रवेश-पाठ्यक्रम के लिए महत्वपूर्ण समझे जाते हैं। प्रत्येक अध्याय सीखने के उद्देश्य से प्रारंभ हुआ है। अध्याय में सम्मिलित की जाने वाली विषयवस्तु की रूपरेखा अध्याय की एक समग्र दृष्टि प्रस्तुत करती है। प्रत्येक अध्याय के प्रारंभ में दिया गया परिचय विद्यार्थियों के पूर्ववर्ती ज्ञान को बढ़ाने के लिए सूचनापरक एवं चुनौतीपूर्ण है। प्रत्येक अध्याय में मुख्य विषयवस्तु, उदाहरणों, दृष्टांतों, सारणियों, क्रियाकलापों एवं बॉक्सों से युक्त है जो संप्रत्ययों को अच्छी तरह समझने में विद्यार्थियों की सहायता करेगा। ये पाठ्यपुस्तक के अभिन्न अंग हैं एवं इनका उपयोग करना चाहिए। प्रत्येक अध्याय के अंत में प्रस्तुत सारांश, जो कुछ पढ़ा अथवा पढ़ाया गया है, उसको पुनर्बलित एवं सुदृढ़ करता है। कोई अध्याय विशेष प्रारंभ करने से पहले विद्यार्थियों को प्रोत्साहित कीजिए कि वे अध्याय का

सारांश पढ़ लें। अध्याय के अंत में समीक्षात्मक प्रश्नों से समझ, अनुप्रयोग तथा कौशल को बढ़ावा मिलेगा और उच्च स्तरीय चिंतन में वृद्धि होगी। प्रत्येक अध्याय के अंत में दिए गए परियोजना विचार का उद्देश्य विद्यार्थियों को क्षेत्र-कार्यों तथा अनुभव प्राप्त करने के लिए जागृत करना है। इससे विद्यार्थी अमूर्त संप्रत्ययों को अपने दिन-प्रतिदिन के जीवन की घटनाओं से जोड़कर अधिक सार्थक ढंग से समझ सकेंगे। हम आशा करते हैं कि आप इनका उपयुक्त उपयोग करेंगे तथा नवीन अधिगम के अवसरों का सर्जन करेंगे।

यद्यपि पाठ्यपुस्तक की विषयवस्तु को विभिन्न शीर्षकों में व्यवस्थित किया गया है; जैसे - अधिगम, चिंतन, स्मृति, अभिप्रेरणा एवं संवेग, आदि तथापि सभी अध्यायों में उनके अंतर्गत भी संयोजन रखने का प्रयास किया गया है जिससे सातत्य एवं समग्रतावादी परिदृश्य बनाए रखा जा सके। पाठ्यपुस्तक में दिए गए क्रियाकलापों का चयन सावधानीपूर्वक किया गया है जिससे कि कक्षा में विद्यार्थियों की सहभागिता को अधिकाधिक रूप से बढ़ाया जा सके। बहुत-से क्रियाकलाप ऐसे हैं जिन्हें सरलतापूर्वक किया जा सकता है एवं कोई विशेष सामग्री भी आवश्यक नहीं होती है। इन्हें कक्षा में ही संपन्न किया जा सकता है अथवा गृहकार्य के रूप में दिया जा सकता है। जहाँ कुछ क्रियाकलाप समूह-केंद्रित हैं, वहीं कुछ वैयक्तिक स्वरूप के हैं। समूह-केंद्रित क्रियाकलाप टीम निर्माण के लिए महत्वपूर्ण होते हैं, जिससे साथ-साथ भागीदारी के आनंद का अनुभव होता है तथा एक-दूसरे के विचारों के प्रति सम्मान व्यक्त करने का अवसर मिलता है। क्रियाकलापों के सत्र संचालित करते समय इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिए कि कक्षा का वातावरण ऐसा बना रहे जो पारस्परिक सम्मान, विश्वास तथा सहयोग के लिए प्रेरक हो। चूँकि हर कक्षा भिन्न होती है तथा प्रत्येक अध्यापक अलग होता है, अतः इन क्रियाकलापों को परिवर्तनीय आवश्यकताओं एवं संदर्भों से अनुकूलित होना चाहिए।

यह विशेष रूप से ध्यातव्य है कि इस पाठ्यपुस्तक को पढ़ाते समय हमें वैज्ञानिक एवं आनुभविक उपागमों में संतुलन बनाए रखने के लिए प्रयास करते रहना चाहिए।

विद्यार्थियों के लिए निर्देश

इस पाठ्यपुस्तक का विकास आपको मनोविज्ञान की मूल विषयवस्तु से परिचित कराने हेतु किया गया है। मूल विषय का ज्ञान देने के अतिरिक्त, लोगों के एवं स्वयं के व्यवहार को समझना एवं आपकी जिज्ञासा बढ़ाना इसका मूल ध्येय है। पाठ्यपुस्तक का अंत:क्रियात्मक स्वरूप होने के कारण यह मनोविज्ञान को एक विद्याशाखा के रूप में समझने के साथ ही साथ दिन-प्रतिदिन के जीवन में मनोविज्ञान के व्यावहारिक अनुप्रयोग को भी समझने में आपकी सहायता करेगी। इसके लिए आवश्यक है कि आप कक्षा के क्रियाकलापों में भाग लें तथा अपनी सोच प्रदर्शित करें।

प्रारंभ में आप विषय के कथ्य से परिचित होइए जिससे आपको इस बात की जानकारी हो जाएगी कि कौन से शीर्षकों को लिया गया है तथा अध्यायों का क्रम क्या है। प्रत्येक अध्याय का उद्देश्य एवं विषयवस्तु की रूपरेखा प्रस्तुत की गई है। उद्देश्य-वर्णन से आपको ज्ञात हो सकेगा कि उक्त अध्याय पढ़ने के बाद आप क्या जान सकेंगे। प्रत्येक अध्याय के प्रारंभ में परिचय दिया गया है जिससे आपको 'आगे क्या है' की संक्षिप्त झाँकी मिल सकेगी। विषयवस्तु में बॉक्स एवं क्रियाकलाप भी हैं। इन बॉक्सों में नवीनतम सिद्धांतों एवं किए गए प्रयोगों से संबंधित तथा दिन-प्रतिदिन की परिस्थितियों में इनके अनुप्रयोग की सूचनाएँ प्राप्त होंगी। ये पुस्तक के अभिन्न अंग हैं तथा आपको चाहिए कि आप इन्हें पढ़ें जिससे आपका दृष्टिक्षेत्र वृहत्तर हो तथा ज्ञान की ललक जागृत हो सके। पाठ्यपुस्तक में दिए गए उदाहरण जीवन की वास्तविक घटनाओं एवं अनुभवों से संबंधित हैं। जो कुछ पढ़ाया एवं समझा गया है, उसको सुदृढ़ करने के लिए प्रत्येक अध्याय के अंत में सारांश दिया गया है। फिर इसके बाद समीक्षात्मक प्रश्न दिए गए हैं। संभवत: इन प्रश्नों से आलोचनात्मक चिंतन उत्पन्न होगा तथा आपमें प्रश्न पूछने एवं तर्क करने की शक्ति का विकास होगा। इन प्रश्नों को हल करने के लिए हम आपको उत्साहित करते हैं। आपकी इन प्रश्नों के प्रति अनुक्रियाओं से पढ़ाए गए संप्रत्ययों पर आपकी महारत प्राप्त करने की मात्रा तथा आपके ज्ञान की गहराई दोनों का संकेत मिलेगा।

यह आवश्यक है कि प्रत्येक अध्याय के अंत में दिए गए प्रमुख पदों को तथा उनकी परिभाषाओं को सीखें। पाठ्यपुस्तक के अंत में दी गई शब्दावली विषय के प्रतिपाद्यों को स्पष्ट करने के लिए एक अति उत्तम साधन सिद्ध होगी।

आइए, अध्यायों के अंत में दिए गए विभिन्न क्रियाकलापों एवं परियोजना विचारों पर बात करें। इनका उद्देश्य आनुभविक अधिगम को बढ़ावा देना है। इन क्रियाकलापों को करते समय आपका अनुभव स्वयं एवं दूसरों के विषय में जानने में आपकी सहायता करेगा। इनसे एक सहायता यह मिलेगी कि आप कक्षा में पढ़ाए गए संप्रत्ययों को वास्तविक जीवन दशाओं से जोड़कर देख सकेंगे। जितने अधिक क्रियाकलापों के साथ संभव हो सके उतना अधिक उनसे जुड़िए क्योंकि इससे आप मनोवैज्ञानिक संप्रत्ययों को और अच्छी तरह समझ सकेंगे। परियोजना विचार भी करके कुछ सीखने को महत्त्व देते हैं। आपको अपनी कक्षा से बाहर निकलकर लोगों से साक्षात्कार करना पड़ सकता है अथवा सूचनाएँ एकत्रित करनी पड़ सकती हैं। संभव है कि आप सभी परियोजनाओं पर कार्य न कर सकें परंतु जो आपकी रुचि के हों उन पर कार्य कीजिए।

आप इस विषय के विविध क्षेत्रों की खोज यात्रा प्रारंभ करने जा रहे हैं। जैसे आप आगे बढ़ेंगे, आपको पाठ्यपुस्तक में कुछ पड़ाव ऐसे मिलेंगे जहाँ आप अपने 'स्व' तथा जिस दुनिया के एक भाग के रूप में आप रह रहे हैं - उसके विषय में जान सकेंगे। इसके लिए मनोविज्ञान के द्वारपट खुले हैं, इसका उपयुक्त उपयोग कीजिए। यदि आप इंटरनेट पर कार्य करना जानते हैं तो अपने अध्यापक की सहायता से ऐसी साइट देखें जो इस पुस्तक की विषयवस्तु से संबंधित सूचनाएँ देती हैं।

भारत का संविधान

भाग 4क

नागरिकों के मूल कर्तव्य

अनुच्छेद 51 क

मूल कर्तव्य – भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह –

(क) संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज और राष्ट्रगान का आदर करे;

(ख) स्वतंत्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आंदोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे;

(ग) भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता की रक्षा करे और उसे अक्षुण्ण बनाए रखे;

(घ) देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे;

(ङ) भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभावों से परे हो, ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो महिलाओं के सम्मान के विरुद्ध हों;

(च) हमारी सामासिक संस्कृति की गौरवशाली परंपरा का महत्त्व समझे और उसका परिरक्षण करे;

(छ) प्राकृतिक पर्यावरण की, जिसके अंतर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयाभाव रखे;

(ज) वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे;

(झ) सार्वजनिक संपत्ति को सुरक्षित रखे और हिंसा से दूर रहे;

(ञ) व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का सतत् प्रयास करे, जिससे राष्ट्र निरंतर बढ़ते हुए प्रयत्न और उपलब्धि की नई ऊँचाइयों को छू सके; और

(ट) यदि माता-पिता या संरक्षक है, छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयु वाले अपने, यथास्थिति, बालक या प्रतिपाल्य को शिक्षा के अवसर प्रदान करे।

पाठ्यपुस्तक निर्माण समिति

मुख्य सलाहकार

आर.सी. त्रिपाठी, *प्रोफ़ेसर एवं निदेशक*, जी.बी. पंत सामाजिक विज्ञान संस्थान, झूसी, इलाहाबाद

सदस्य

आर.सी. मिश्र, *प्रोफ़ेसर*, मनोविज्ञान विभाग, बनारस हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी

ऊषा आनंद, *अध्यापिका*, सेंट थॉमस गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल, मंदिर मार्ग, नयी दिल्ली

ए.के. मोहंती, *प्रोफ़ेसर*, जाकिर हुसैन शैक्षिक अध्ययन केंद्र, एस.एस.एस. II, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, नयी दिल्ली

ए.के. श्रीवास्तव, *प्रवाचक*, शैक्षिक अनुसंधान और नीतिगत संदर्श विभाग, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

नमिता पाण्डेय, *प्रोफ़ेसर*, मनोविज्ञान विभाग, इलाहाबाद विश्वविद्यालय, इलाहाबाद

नंदिता बाबू, *प्रवाचक*, मनोविज्ञान विभाग, दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

नीलम श्रीवास्तव, *अध्यापिका*, वसंत वैली स्कूल, वसंत कुंज, नयी दिल्ली

बी.एन. पुहाण, *प्रोफ़ेसर (अवकाशप्राप्त)* उत्कल विश्वविद्यालय, भुवनेश्वर

बी.डी. तिवारी, *प्रोफ़ेसर*, मनोविज्ञान विभाग, महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ, वाराणसी

मानस कुमार मंडल, *निदेशक*, रक्षा मनोवैज्ञानिक अनुसंधान संस्थान, तिमारपुर, दिल्ली

शकुंतला एस. जैमन, *प्राचार्या*, सी.एस.के.एम. विद्यालय, सतबरी, छतरपुर, नयी दिल्ली

सी. सुवासिनी, *प्रवक्ता*, गार्गी कॉलेज, नयी दिल्ली

सुनीता अरोड़ा, *वरिष्ठ परामर्शदाता*, राजकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय नंबर 1, रूप नगर, दिल्ली

सुषमा गुलाटी, *प्रोफ़ेसर एवं अध्यक्ष*, शैक्षिक मनोविज्ञान और शिक्षा आधार विभाग, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

हिंदी अनुवाद

अंजलि, *प्रवाचक*, इलाहाबाद डिग्री कॉलेज (कन्या), इलाहाबाद

आदेश अग्रवाल, *प्रोफ़ेसर (अवकाशप्राप्त)*, दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर

बब्बन मिश्र, *प्रोफ़ेसर*, दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर

राकेश पांडेय, *प्रवाचक*, महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ, वाराणसी

सदस्य-समन्वयक

प्रभात कुमार मिश्र, *प्रवक्ता*, शैक्षिक मनोविज्ञान और शिक्षा आधार विभाग, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

अंजुम सिबिया, *प्रवाचक*, शैक्षिक मनोविज्ञान और शिक्षा आधार विभाग, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली

आभार

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नयी दिल्ली प्रोफेसर सुषमा गुलाटी, *अध्यक्ष*, शैक्षिक मनोविज्ञान और शिक्षा आधार विभाग को इस पाठ्यपुस्तक के निर्माण के विभिन्न चरणों में सहयोग देने के लिए धन्यवाद देती है। पाठ्यपुस्तक के सुधार में सुझाव एवं प्रतिप्राप्ति देने के लिए एल.बी. त्रिपाठी, *प्रोफेसर* (अवकाशप्राप्त), दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर; सागर शर्मा, *प्रोफेसर* (अवकाशप्राप्त), हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय, शिमला, कैलाश तुली, *प्रवाचक,* जाकिर हुसैन कॉलेज, नयी दिल्ली तथा सरला जावा, *प्रवाचक* लेडी श्रीराम कॉलेज, नयी दिल्ली का हम आभार व्यक्त करते हैं।

डी.डी. नौटियाल, *सचिव (अवकाशप्राप्त),* वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग, नयी दिल्ली के प्रति तकनीकी शब्दावली तैयार करने में सहयोग के लिए और पुष्पा मिश्र, *प्रोफेसर,* लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ के प्रति हिंदी अनुवाद के पुनरीक्षण हेतु हम आभारी हैं। पांडुलिपि को देखने एवं सार्थक परिवर्तनों के सुझाव के लिए, वंदना सिंह, *परामर्शदाता संपादक* को हम विशेष रूप से धन्यवाद देते हैं।

परिषद्, पुस्तक निर्माण के विभिन्न चरणों में सहयोग के लिए पवनेश वर्मा, सीमा मेहमी, *डी.टी.पी. ऑपरेटर;* राधा, प्रमोद कुमार झा, *कॉपी एडीटर;* रेखा शर्मा, राकेश कुमार, *प्रूफ रीडर;* तथा पंकज कक्कड़, *कंप्यूटर स्टेशन इंचार्ज* के प्रति पाठ्यपुस्तक को रूपायित करने के लिए सादर आभार व्यक्त करती है। अंत में परंतु कम नहीं, प्रकाशन विभाग, एन.सी.ई.आर.टी. द्वारा हमें पूर्ण सहयोग एवं सुविधाएँ प्राप्त हुईं; इसके लिए हम आभारी हैं।

विषयसूची

आमुख *iii*

शिक्षकों के लिए निर्देश *vii*

विद्यार्थियों के लिए निर्देश *ix*

अध्याय 1

मनोविज्ञान क्या है ? 1

अध्याय 2

मनोविज्ञान में जाँच की विधियाँ 22

अध्याय 3

मानव व्यवहार के आधार 43

अध्याय 4

मानव विकास 65

अध्याय 5

संवेदी, अवधानिक एवं प्रात्यक्षिक प्रक्रियाएँ 87

अध्याय 6

अधिगम 111

अध्याय 7

मानव स्मृति 137

अध्याय 8

चिंतन 155

अध्याय 9

अभिप्रेरणा एवं संवेग 176

शब्दावली 196

पठनीय पुस्तकें 210

भारत का संविधान

भाग-3 (अनुच्छेद 12-35)
(अनिवार्य शर्तों, कुछ अपवादों और युक्तियुक्त निर्बंधन के अधीन)
द्वारा प्रदत्त

मूल अधिकार

समता का अधिकार

- विधि के समक्ष एवं विधियों के समान संरक्षण;
- धर्म, मूलवंश, जाति, लिंग या जन्मस्थान के आधार पर;
- लोक नियोजन के विषय में;
- अस्पृश्यता और उपाधियों का अंत।

स्वातंत्र्य-अधिकार

- अभिव्यक्ति, सम्मेलन, संघ, संचरण, निवास और वृत्ति का स्वातंत्र्य;
- अपराधों के लिए दोष सिद्धि के संबंध में संरक्षण;
- प्राण और दैहिक स्वतंत्रता का संरक्षण;
- छः से चौदह वर्ष की आयु के बच्चों को निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा;
- कुछ दशाओं में गिरफ्तारी और निरोध से संरक्षण।

शोषण के विरुद्ध अधिकार

- मानव के दुर्व्यापार और बलात श्रम का प्रतिषेध;
- परिसंकटमय कार्यों में बालकों के नियोजन का प्रतिषेध।

धर्म की स्वतंत्रता का अधिकार

- अंतःकरण की और धर्म के अबाध रूप से मानने, आचरण और प्रचार की स्वतंत्रता;
- धार्मिक कार्यों के प्रबंध की स्वतंत्रता;
- किसी विशिष्ट धर्म की अभिवृद्धि के लिए करों के संदाय के संबंध में स्वतंत्रता;
- राज्य निधि से पूर्णतः पोषित शिक्षा संस्थाओं में धार्मिक शिक्षा या धार्मिक उपासना में उपस्थित होने के संबंध में स्वतंत्रता।

संस्कृति और शिक्षा संबंधी अधिकार

- अल्पसंख्यक-वर्गों को अपनी भाषा, लिपि या संस्कृति विषयक हितों का संरक्षण;
- अल्पसंख्यक-वर्गों द्वारा अपनी शिक्षा संस्थाओं का स्थापन और प्रशासन।

सांविधानिक उपचारों का अधिकार

- उच्चतम न्यायालय एवं उच्च न्यायालय के निर्देश या आदेश या रिट द्वारा प्रदत्त अधिकारों को प्रवर्तित कराने का उपचार।