

# **Syllabus**

**1-Year PG Programme**

**MA in Psychology**

**1-Year PG Programme ( MA in Psychology)**

**Option 1 (only course work)**

**Applicable to all UTDs/Colleges**

| Year | Semester | Core papers                                        | Practicum Papers                                                                      | Internship / VAC                           |
|------|----------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| I    | Sem-1    | Educational Psychology<br>CC-31 (6 Credits)        | Educational psychology practicum<br>PC-31 (4 Credits)                                 | Internship<br>(2 Credits)                  |
|      |          | Theories of Personality<br>CC-32 (6 Credits)       | Personality assessment practicum<br>PC-32 (4 Credits)                                 |                                            |
|      | Sem-2    | Health Psychology<br>CC-41 (6 Credits)             | Practicum in Health Psychology<br>PC-41 (4 Credits)                                   | Environmental Psychology<br>VAC (2 Credit) |
|      |          | Counselling and Psychotherapy<br>CC-42 (6 Credits) | Applied Practicum in Counselling<br>and Psychotherapeutic Skills<br>PC-42 (4 Credits) |                                            |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

### 1-year MA in Psychology

#### Option 2 (Course Work & Research Work)

[Applicable to the UTDs/Colleges having research centers recognized by the University]

| Year | Semester | Core papers                                   | Practicum Papers                                      | Internship / VAC          |
|------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------|
| I    | Sem-1    | Educational Psychology<br>CC-31 (6 Credits)   | Educational psychology practicum<br>PC-31 (4 Credits) | Internship<br>(2 Credits) |
|      |          | Theories of Personality<br>CC-32 (6 Credits)  | Personality assessment practicum<br>PC-32 (4 Credits) |                           |
|      | Sem-2    | Research thesis/ Project/ Patent (22 Credits) |                                                       |                           |

### 1-year MA in Psychology

#### Option 3 (Course Work & Research Work)

[Applicable to the UTDs/Colleges having research centers recognized by the University]

| Year | Semester | Core papers                                   | Practicum Papers | Internship / VAC |
|------|----------|-----------------------------------------------|------------------|------------------|
| I    | Sem-1    | Research thesis/ Project/ Patent (22 Credits) |                  |                  |
|      | 2        | Research thesis/ Project/ Patent (22 Credits) |                  |                  |

# Theory Paper

| Part A Introduction |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |            |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------|
| Program: 1-Year PG  |                                                             | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Year: I | Semester:1 |
| Session: 2025-26    |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |            |
| Subject: Psychology |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |            |
| 1                   | Course Code                                                 | CC-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |         |            |
| 2                   | Course Title                                                | Educational Psychology (Theory)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |            |
| 3                   | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific Elective/) | Core Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |            |
| 4                   | Pre-requisite (if any)                                      | <p>To study this course, The student must have completed a 4-year Bachelor Degree (Honours) or 4-year Bachelor Degree (Honours with Research) in Psychology.</p> <p>OR</p> <p>successfully completed 1-year post-graduation diploma in psychology with minimum 40 credits.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |            |
| 5                   | Course Learning outcomes (CLO)                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explain the nature, goals, and scope of educational psychology and its relevance to effective teaching and learning.</li> <li>2. Apply major theories of human development, cognitive growth, and motivation to classroom instruction and learner support.</li> <li>3. Analyze individual differences in intelligence, language, learning abilities, and sociocultural backgrounds to plan inclusive educational strategies.</li> <li>4. Evaluate classroom management practices, instructional models, and assessment techniques for diverse learners.</li> <li>5. Demonstrate the ability to design differentiated and culturally responsive teaching strategies that address learning challenges, mental health, and diverse needs.</li> <li>6. Critically examine the impact of teacher beliefs, school environments, technology, and emerging</li> </ol> |         |            |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | trends (e.g., neuroeducation, digital learning, teacher burnout) on student outcomes. |                        |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 6                                                                        | Credit Value                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 6                                                                                     |                        |
| 7                                                                        | Total Marks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Max. Marks: 40 + 60                                                                   | Min. Passing Marks: 40 |
| <b>Part B- Content of the Course</b>                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       |                        |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):<br>L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       |                        |
| Unit                                                                     | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | No. of Lectures<br>(1 Hour Each)                                                      |                        |
| 1                                                                        | <b>Educational Principles and Indian Psychology:</b><br>Gurukula system: character building through experiential learning; Pedagogical strategies from J. Krishnamurti: self-awareness and critical thinking; Gandhian approach to educational psychology; Vedic teaching methods: storytelling, dialogues, and debates (Samvada); Meaning, nature, and scope of Educational Psychology; Goals of teaching and characteristics of effective teaching; Role and relevance of educational psychology for teachers; Major theories of teaching and models of instruction; Emerging issues: Technological integration in education, inclusive education; | 18                                                                                    |                        |
| 2                                                                        | <b>Human Development and Individual Differences:</b><br>Concept and stages of human development; Brain development and its relevance in education; Piaget's and Vygotsky's theories of cognitive development and their implications; Physical, social, and emotional development across childhood and adolescence; Erikson's psychosocial theory; Bronfenbrenner's ecological systems theory; Understanding self-concept, identity development, and moral reasoning (Kohlberg); Role of peers, culture, and family                                                                                                                                   | 18                                                                                    |                        |
| 3                                                                        | <b>Learning Differences and Needs:</b> Theories and assessment of intelligence (e.g., Spearman, Gardner's multiple intelligences); Measuring intelligence: tests, reliability, and validity; learning styles, students with                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 18                                                                                    |                        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | learning challenges: SLD, ADHD, communication disorder, Autism; Teaching gifted and talented learners; Language development and its diversity: dialects, bilingualism                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Culture, Diversity, Motivation, and Classroom Environment:</b> Impact of socioeconomic status, and gender on learning; creating culturally compatible classroom; Theories of motivation: Maslow, Deci & Ryan (self-determination), Attribution theory, Goal orientation; Self-regulated learning and the role of teacher beliefs and efficacy; Classroom management strategies: creating a positive learning environment; planning space for learning, maintaining good environment for learning; | 18 |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>classroom assessment:</b> basics of assessment, classroom assessment: testing; formative and authentic classroom assessment and grading, standardized testing; types of scores, interpreting standardized test reports, teacher's accountability and evaluation; family and community partnership; PTM; bullying and cyber bullying.                                                                                                                                                              | 18 |
| <b>Keywords/Tags:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Educational Psychology</li> <li>2. Human Development</li> <li>3. Individual Differences</li> <li>4. Inclusive and Multicultural Education</li> <li>5. Learning and Motivation Theories</li> <li>6. Assessment and Evaluation</li> <li>7. Technology and Mental Health in Education</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |
| <b>Part C-Learning Resources</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |
| <b>Text Books, Reference Books, Other resources</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |
| <b>Suggested Readings:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |

1. Eggen, P., & Kauchak, D. (2015). *Educational Psychology: Windows on Classrooms* (10th ed.). Pearson.
2. Santrock, J. W. (2021). *Educational Psychology* (7th ed.). McGraw-Hill Education.
3. Seifert, K., & Sutton, R. (2009). *Educational Psychology*. Connexions.
4. Slavin, R. E. (2018). *Educational Psychology: Theory and Practice* (12th ed.). Pearson.
5. Ormrod, J. E. (2020). *Educational psychology: Developing learners* (10th ed.). Pearson.
6. Mangal, S. K. (2017). *Advanced educational psychology* (2nd ed.). PHI Learning Pvt. Ltd.
7. Woolfolk, A., & Margetts, K. (2015). *Educational psychology* (4th ed., Australian ed.). Pearson.
8. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.
9. सुलेमान, एम. (1995) शिक्षामनोविज्ञान: विषय और व्याख्या, मोतीलाल बनारसीदास, पटना
10. सिंह, ए. के. (2011) शिक्षा मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

#### Suggestive digital platforms/ web links

[https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational\\_Psychology\\_6118.pdf](https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational_Psychology_6118.pdf)  
<https://www.tandfonline.com/journals/cedp20>  
<https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/teaching-learning>  
<https://mkuniversity.ac.in/new/centre/cer/docs/PSYCHOLOGY%20IN%20EDUCATION.pdf>

#### Suggested equivalent online courses:

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24\\_hs94/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24_hs94/preview)  
<https://www.coursera.org/learn/learning-knowledge-human-development>

#### Part D-Assessment and Evaluation

#### Suggested Continuous Evaluation Methods:

Maximum Marks: 100

Continuous Comprehensive Evaluation (CCE): 40 Marks University Exam (UE): 60 Marks

|                                                                    |                                                                                                 |    |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Internal Assessment: Continuous Comprehensive Evaluation (CCE)     | Class Test Assignment/Presentation                                                              | 40 |
| External Assessment: University Exam Section<br>Time : 03.00 Hours | Section(A): Very Short Questions<br>Section (B): Short Questions<br>Section (C): Long Questions | 60 |

Any remarks/ suggestions:

**सैद्धांतिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                              | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | वर्ष: I                  | सेमेस्टर:1                                 |
| सत्र: 2025-26                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                            |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                            |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                             | CC-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                                            |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                          | शिक्षा मनोविज्ञान (सैद्धांतिक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                          |                                            |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार :(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव | कोर कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |                                            |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                     | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी ने मनोविज्ञान विषय में चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स)या चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स विथ रिसर्च ) पूर्ण की हो ।<br>अथवा<br>मनोविज्ञान विषय में एक वर्षीय स्नातकोत्तर डिप्लोमा (पी जी डिप्लोमा) न्यूनतम 40 क्रेडिट के साथ सफलतापूर्वक पूर्ण किया हो                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                          |                                            |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)  | <div><div>1. शैक्षिक मनोविज्ञान की प्रकृति, उद्देश्य और क्षेत्र की व्याख्या करना तथा प्रभावी शिक्षण और अधिगम में इसकी प्रासंगिकता को समझाना।</div><div>2. मानव विकास, संज्ञानात्मक वृद्धि और प्रेरणा के प्रमुख सिद्धांतों को कक्षा शिक्षण और अधिगम सहायताार्थ लागू करना।</div><div>3. बुद्धि, भाषा, अधिगम क्षमताओं और सामाजिक-सांस्कृतिक पृष्ठभूमि में व्यक्तिगत भिन्नताओं का विश्लेषण कर समावेशी शैक्षिक रणनीतियाँ तैयार करना।</div><div>4. विविध शिक्षार्थियों के लिए कक्षा प्रबंधन पद्धतियों, शिक्षण मॉडलों और मूल्यांकन तकनीकों का मूल्यांकन करना।</div><div>5. अधिगम संबंधी चुनौतियों, मानसिक स्वास्थ्य और विविध आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए भिन्नीकृत एवं सांस्कृतिक रूप से उत्तरदायी शिक्षण रणनीतियाँ तैयार करने की क्षमता का प्रदर्शन करना।</div><div>6. शिक्षक विश्वासों, विद्यालयी परिवेश, प्रौद्योगिकी और उभरते रुझानों (जैसे न्यूरो-शिक्षा, डिजिटल अधिगम, शिक्षक तनाव) का विद्यार्थी परिणामों पर प्रभाव का आलोचनात्मक विश्लेषण करना।</div></div> |                          |                                            |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                  | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                          |                                            |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                      | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |                                            |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                            |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                            |
| इकाई                                                                          | विषय                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          | व्याख्यान की संख्या<br>(1 घंटा/ व्याख्यान) |

B  
5.8.25

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1                       | <p><b>शैक्षणिक सिद्धांत और भारतीय मनोविज्ञान: गुरुकुल प्रणाली:</b><br/> अनुभवात्मक अधिगम के माध्यम से चरित्र निर्माण; जे. कृष्णमूर्ति से शैक्षणिक रणनीतियाँ: आत्म-जागरूकता और आलोचनात्मक सोच; शैक्षिक मनोविज्ञान के प्रति गांधीवादी दृष्टिकोण; वैदिक शिक्षण विधियाँ: कहानी सुनाना, संवाद और बहस (संवाद); शैक्षिक मनोविज्ञान का अर्थ, प्रकृति और दायरा; शिक्षण के लक्ष्य और प्रभावी शिक्षण की विशेषताएँ; शिक्षकों के लिए शैक्षिक मनोविज्ञान की भूमिका और प्रासंगिकता; शिक्षण के प्रमुख सिद्धांत और अनुदेश के मॉडल; उभरते मुद्दे: शिक्षा में तकनीकी एकीकरण, समावेशी शिक्षा।</p> | 18 |
| 2                       | <p><b>मानव विकास और व्यक्तिगत अंतर:</b> मानव विकास की अवधारणा और चरण; मस्तिष्क का विकास और शिक्षा में इसकी प्रासंगिकता; पियागेट और वायगोत्स्की के संज्ञानात्मक विकास के सिद्धांत और उनके निहितार्थ; बचपन और किशोरावस्था में शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास; एरिकसन का मनोसामाजिक सिद्धांत; ब्रॉनफेनब्रेनर का पारिस्थितिक तंत्र सिद्धांत; आत्म-अवधारणा, पहचान विकास और नैतिक तर्क (कोह्लबर्ग) को समझना; साथियों, संस्कृति और परिवार की भूमिका।</p>                                                                                                                        | 18 |
| 3                       | <p><b>अधिगम भिन्नताएँ और आवश्यकताएँ:</b> बुद्धि के सिद्धांत और आकलन (उदाहरण के लिए, स्पीयरमैन, गार्डनर की बहु-बुद्धिमत्ता); बुद्धि को मापना: परीक्षण, विश्वसनीयता और वैधता; सीखने की शैलियाँ, सीखने की चुनौतियों वाले छात्र: SLD, ADHD, संचार विकार, ऑटिज्म; विलक्षण और प्रतिभाशाली शिक्षार्थियों को पढ़ाना; भाषा का विकास और उसकी विविधता: बोलियाँ, द्विभाषावाद।</p>                                                                                                                                                                                                         | 18 |
| 4                       | <p><b>संस्कृति, विविधता, प्रेरणा और कक्षा का वातावरण:</b> सामाजिक-आर्थिक स्थिति और लिंग का सीखने पर प्रभाव; सांस्कृतिक रूप से संगत कक्षा का निर्माण; प्रेरणा के सिद्धांत: मास्लो, डेसी और रयान (आत्म-निर्णय), आरोपण सिद्धांत, लक्ष्य अभिविन्यास; आत्म-नियमित शिक्षा और शिक्षक के विश्वासों और प्रभावकारिता की भूमिका; कक्षा प्रबंधन रणनीतियाँ: एक सकारात्मक शिक्षण वातावरण बनाना; सीखने के लिए जगह की योजना बनाना, सीखने के लिए अच्छा वातावरण बनाए रखना।</p>                                                                                                                  | 18 |
| 5                       | <p><b>कक्षा आकलन:</b> आकलन के मूल सिद्धांत, कक्षा आकलन: परीक्षण; रचनात्मक और प्रामाणिक कक्षा आकलन और ग्रेडिंग, मानकीकृत परीक्षण; अंकों के प्रकार, मानकीकृत परीक्षण रिपोर्ट की व्याख्या करना, शिक्षक की जवाबदेही और मूल्यांकन; परिवार और समुदाय की साझेदारी; शिक्षक-पालक मीटिंग; धमकाना और साइबर धमकाना</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | 18 |
| सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |

1. शैक्षिक मनोविज्ञान
2. मानव विकास
3. व्यक्तिगत भिन्नताएँ
4. समावेशी और बहुसांस्कृतिक शिक्षा
5. अधिगम और प्रेरणा के सिद्धांत
6. मूल्यांकन और परीक्षण
7. शिक्षा में प्रौद्योगिकी और मानसिक स्वास्थ्य

#### भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Eggen, P., & Kauchak, D. (2015). *Educational Psychology: Windows on Classrooms* (10th ed.). Pearson.
2. Santrock, J. W. (2021). *Educational Psychology* (7th ed.). McGraw-Hill Education.
3. Seifert, K., & Sutton, R. (2009). *Educational Psychology*. Connexions.
4. Slavin, R. E. (2018). *Educational Psychology: Theory and Practice* (12th ed.). Pearson.
5. Ormrod, J. E. (2020). *Educational psychology: Developing learners* (10th ed.). Pearson.
6. Mangal, S. K. (2017). *Advanced educational psychology* (2nd ed.). PHI Learning Pvt. Ltd.
7. Woolfolk, A., & Margetts, K. (2015). *Educational psychology* (4th ed., Australian ed.). Pearson.
8. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.
9. सुलेमान, एम. (1995) शिक्षामनोविज्ञान: विषय और व्याख्या, मोतीलाल बनारसीदास, पटना
10. सिंह, ए. के. (2011) शिक्षा मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

#### Suggestive digital platforms/ web links

[https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational\\_Psychology\\_6118.pdf](https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational_Psychology_6118.pdf)  
<https://www.tandfonline.com/journals/cedp20>  
<https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/teaching-learning>  
<https://mkuniversity.ac.in/new/centre/cer/docs/PSYCHOLOGY%20IN%20EDUCATION.pdf>

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

B  
5.8.25

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24\\_hs94/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24_hs94/preview)

<https://www.coursera.org/learn/learning-knowledge-human-development>

**भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:**

**अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:**

अधिकतम अंक: 100

सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE) अंक : 40 विश्वविद्यालयीनपरीक्षा (UE) अंक: 60

|                             |                                       |    |
|-----------------------------|---------------------------------------|----|
| आंतरिक मूल्यांकन:           | क्लास टेस्ट                           | 40 |
| सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): | असाइनमेंट/ प्रस्तुतीकरण (प्रेजेंटेशन) |    |
| आकलन :                      | अनुभाग (अ): अति लघु प्रश्न            |    |
| विश्वविद्यालयीन परीक्षा:    | अनुभाग (ब): लघु प्रश्न                | 60 |
| समय- 03.00 घंटे             | अनुभाग (स): दीर्घ उत्तरीय प्रश्न      |    |

कोई टिप्पणी/सुझाव:

## Practicum Course

| Part A Introduction |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |            |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------|
| Program: 1-Year PG  |                                                                                                               | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Year: I | Semester:1 |
| Session: 2025-26    |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |            |
| Subject: Psychology |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |            |
| 1                   | Course Code                                                                                                   | PC-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |            |
| 2                   | Course Title                                                                                                  | Educational psychology Practicum                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |            |
| 3                   | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific<br>Elective/Elective/ Generic<br>Elective /Vocational/.....) | Practicum Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |            |
| 4                   | Pre-requisite (if any)                                                                                        | <p>To study this course, The student must have completed a 4-year Bachelor Degree (Honours) or 4-year Bachelor Degree (Honours with Research) in Psychology.</p> <p>OR</p> <p>successfully completed 1-year post-graduation diploma in psychology with minimum 40 credits.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |            |
| 5                   | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Administer and interpret standardized psychological tests related to intelligence, aptitude, motivation, values, and academic performance.</li> <li>2. Analyze individual learning needs through structured case studies of students with diverse abilities, including giftedness and intellectual disabilities.</li> <li>3. Evaluate classroom behavior, attention span, and motivation using systematic observation tools.</li> <li>4. Assess the psychometric properties of educational tests and examine their relevance in the Indian educational context.</li> <li>5. Measure student learning styles, academic stress, and homework motivation and suggest appropriate teaching or counseling interventions.</li> <li>6. Design and implement micro-teaching sessions based on educational psychology principles and incorporate peer feedback.</li> </ol> |         |            |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 7. Demonstrate awareness of inclusive and diverse educational practices through school visits, learning difficulty screening, and stakeholder interviews. |                        |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 6                                                                        | Credit Value                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4                                                                                                                                                         |                        |
| 7                                                                        | Total Marks                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Max. Marks: 40+60                                                                                                                                         | Min. Passing Marks: 40 |
| <b>Part B- Content of the Course</b>                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                        |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):<br>L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                        |
| Unit                                                                     | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | No. of Lectures<br>(2 Hours Each)                                                                                                                         |                        |
| Part A (Any Six)                                                         | 1. <a href="#">Academic Resilience Scale (ARS-30)</a> – Cassidy, 2016<br>2. Kolb's Learning Style Inventory (LSI)<br>3. Classroom Environment Scale (CES) – Moos & Trickett,<br>4. California Critical Thinking Skills Test (CCTST)<br>5. Differential Aptitude Test (DAT) – Bennett, Seashore, Wesman<br>6. Teacher Aptitude Test – R.P. Agnihotri<br>7. Study Habits Inventory – M.N. Palsane<br>8. Vocational Interest Record (VIR) – S.K. Bhatnagar<br>9. Allport-Vernon-Lindzey Study of Values – Allport, Vernon, Lindzey<br>10. Academic Motivation Scale – Deo and Mohan<br>11. Assessment Tool for Learning Disability (ATLD) – Kranti K. Srivastava<br>12. Children's Achievement Motivation Scale – Meenakshi Kumari<br>13. Creativity Test (Verbal & Nonverbal) – B.K. Passi<br>14. Attitude Toward Education Scale – Mutha | 30                                                                                                                                                        |                        |
| Part B (Any five)                                                        | 1. <b>Case Study of a Gifted Student:</b><br>Interview a child, parent, or teacher to gather developmental, academic, and behavioral history.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 25                                                                                                                                                        |                        |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>Identify the student's learning needs and write a psychological case profile.</p> <p>2. <b>Case Study of Student with Intellectually disability:</b><br/>Interview a child, parent, or teacher to gather developmental, academic, and behavioral history. Identify the student's learning needs and write a psychological case profile.</p> <p>3. <b>Classroom Observation Report:</b><br/>Observe an actual school classroom using a structured checklist to assess attention span, student-teacher interaction, learning environment, and motivation levels.</p> <p>4. <b>Educational Test Evaluation:</b><br/>Select a standardized educational test and evaluate it for purpose, population, reliability, validity, and relevance to Indian educational contexts.</p> <p>5. <b>Learning Style Assessment:</b><br/>Administer a learning style inventory (e.g., VAK) to peers or students. Analyze individual learning preferences and suggest teaching strategies accordingly.</p> <p>6. <b>Homework Motivation Analysis:</b><br/>Prepare a short questionnaire or checklist to assess motivation behind completing homework. Administer it to school students and analyze the results.</p> <p>7. <b>Academic Stress Scale Activity:</b><br/>Administer an academic stress inventory to a small group of students. Interpret stress levels and propose educational interventions.</p> <p>8. <b>Instructional Design Critique:</b><br/>Analyze a textbook chapter or digital module for cognitive load, layout, reinforcement, and alignment with learning objectives.</p> |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p><b>9. Peer Teaching with Feedback:</b><br/>Plan and deliver a 10-minute educational session using principles of educational psychology, followed by peer and instructor feedback.</p> <p><b>10. Educational Psychology Quiz Creation:</b><br/>Create a set of MCQs or scenario-based questions aligned with key theories of motivation, learning, and intelligence for peer learning or assessment.</p>                                                   |   |
| <b>Part C (Any One)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p><b>1. Visit to a special school or resource room –</b><br/>Observe educational testing and intervention practices.</p> <p><b>2. Visit to a Normal school or resource room –</b><br/>Observe educational testing and intervention practices.</p> <p><b>3. Parent or teacher interview simulation –</b><br/>Understand educational concerns from stakeholders' perspective.</p> <p><b>4. Comparing difference between in-person and online learning</b></p> | 5 |
| <b>Keywords/Tags:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Educational Psychology</li> <li>2. Human Development</li> <li>3. Individual Differences</li> <li>4. Inclusive and Multicultural Education</li> <li>5. Learning and Motivation Theories</li> <li>6. Assessment and Evaluation</li> <li>7. Technology and Mental Health in Education</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| <b>Part C-Learning Resources</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| <b>Text Books, Reference Books, Other resources</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| <b>Suggested Readings:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eggen, P., &amp; Kauchak, D. (2015). Educational Psychology: Windows on Classrooms (10th ed.). Pearson.</li> </ol>                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |

2. Kohlberg, L. (1981). Essays on Moral Development, Volume I: The Philosophy of Moral Development. Harper & Row.
3. Santrock, J. W. (2021). Educational Psychology (7th ed.). McGraw-Hill Education.
4. Seifert, K., & Sutton, R. (2009). Educational Psychology. Connexions.
5. Slavin, R. E. (2018). Educational Psychology: Theory and Practice (12th ed.). Pearson.
6. Woolfolk, A. (2016). Educational Psychology (13th ed.). Pearson.
7. Mangal, S. K., & Mangal, U. (2018). Educational Psychology (2nd ed.). PHI Learning.
8. Kumar, P. (Ed.). (2011). Perspectives on Educational Psychology in India. NCERT & NUEPA publication.
9. Kuppaswamy, B. (1976). Advanced Educational Psychology. Sterling Publishers.
10. Manuals from NPC and Prasad Psycho Pvt. Ltd. – For tools like VIR, MISIC, Study Habits Inventory, and others used in practicum.
11. सुलेमान, एम. (1995) शिक्षा मनोविज्ञान: विषय और व्याख्या, मोतीलाल बनारसीदास, पटना.
12. सिंह, ए. के. (2011) शिक्षा मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली.

#### Suggestive digital platforms/ web links

[https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational\\_Psychology\\_6118.pdf](https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational_Psychology_6118.pdf)  
<https://www.tandfonline.com/journals/cedp20>  
<https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/teaching-learning>  
<https://mkuniversity.ac.in/new/centre/cer/docs/PSYCHOLOGY%20IN%20EDUCATION.pdf>

#### Suggested equivalent online courses:

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24\\_hs94/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24_hs94/preview)  
<https://www.coursera.org/learn/learning-knowledge-human-development>

#### Part D-Assessment and Evaluation

#### Suggested Continuous Evaluation Methods:

| Internal Assessment     | Marks | External Assessment    | Marks |
|-------------------------|-------|------------------------|-------|
| Class Interaction /Quiz | 20    | Viva Voce on Practical | 40    |

|                                                                                                                                           |           |                          |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| Attendance                                                                                                                                | 10        | Practical Record File    | 10        |
| Assignments (Charts/ Model Seminar / Rural Service/ Technology Dissemination/ Report of Excursion/ Lab Visits/ Survey / Industrial visit) | 10        | Table work / Experiments | 10        |
| <b>TOTAL</b>                                                                                                                              | <b>40</b> |                          | <b>60</b> |
| Any remarks/ suggestions:                                                                                                                 |           |                          |           |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

**प्रायोगिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | वर्ष: I | सेमेस्टर:1               |
|                                                                               |                                                                | सत्र: 2025-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |                          |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                          |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                               | PC-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                          |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                            | शैक्षिक मनोविज्ञान प्रायोगिक कार्य                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                          |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार:(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव.)  | प्रैक्टिकल कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |                          |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite)<br>(यदि कोई हो)                    | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी ने मनोविज्ञान विषय में चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स)या चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स विथ रिसर्च ) पूर्ण की हो ।<br>अथवा<br>मनोविज्ञान विषय में एक वर्षीय स्नातकोत्तर डिप्लोमा (पी जी डिप्लोमा) न्यूनतम 40 क्रेडिट के साथ सफलतापूर्वक पूर्ण किया हो                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |                          |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां<br>(कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO) | <div><div>1. बुद्धि, अभिधमता, प्रेरणा, मूल्य तथा शैक्षणिक प्रदर्शन से संबंधित मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का संचालन करना एवं उनकी व्याख्या करना।</div><div>2. विविध क्षमताओं वाले छात्रों, जैसे मेधावी और बौद्धिक अक्षमता वाले बच्चों के संरचित केस स्टडी के माध्यम से उनकी अधिगम आवश्यकताओं का विश्लेषण करना।</div><div>3. कक्षा व्यवहार, ध्यान अवधि और प्रेरणा का मूल्यांकन व्यवस्थित अवलोकन उपकरणों की सहायता से करना।</div><div>4. शैक्षणिक परीक्षणों के मनोमितीय गुणों का मूल्यांकन करना और भारतीय शैक्षिक संदर्भ में उनकी प्रासंगिकता का परीक्षण करना।</div><div>5. छात्रों की अधिगम शैलियाँ, शैक्षणिक तनाव और गृहकार्य प्रेरणा का मापन करना तथा उपयुक्त शिक्षण या परामर्श हस्तक्षेप सुझाना।</div><div>6. शैक्षिक मनोविज्ञान के सिद्धांतों पर आधारित सूक्ष्म शिक्षण सत्रों का डिज़ाइन एवं क्रियान्वयन करना और सहपाठी प्रतिक्रिया को सम्मिलित करना।</div><div>7. विद्यालय भ्रमण, अधिगम कठिनाई की जांच और हितधारकों के साक्षात्कार के माध्यम से समावेशी और विविध शैक्षणिक अभ्यासों के प्रति जागरूकता का प्रदर्शन करना।</div></div> |         |                          |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                    | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                          |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                        | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                          |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                          |

B  
5.8.25

| इकाई               | विषय                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | व्याख्यान की संख्या<br>(2 घंटे/ व्याख्यान) |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| भाग अ (कोई छः )    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. अकादमिक लचीलापन स्केल - कैसिडी, 2016</li> <li>2. कोल्ब का सीखने की शैली इन्वेंट्री</li> <li>3. कक्षा पर्यावरण स्केल - मूस और ट्रिकेट</li> <li>4. कैलिफोर्निया क्रिटिकल थिंकिंग स्किल्स टेस्ट</li> <li>5. डिफरेंशियल एप्टीट्यूड टेस्ट - बेनेट, सीशोर, वेसमैन</li> <li>6. शिक्षक अभिरुचि परीक्षण - आर.पी. अग्निहोत्री</li> <li>7. अध्ययन आदतें इन्वेंट्री - एम.एन. पलसाने</li> <li>8. व्यावसायिक रुचि रिकॉर्ड - एस.के. भटनागर</li> <li>9. आलपोर्ट-वर्नन-लिंगसे मूल्यों का अध्ययन - आलपोर्ट, वर्नन, लिंगसे</li> <li>10. अकादमिक प्रेरणा स्केल - देव और मोहन</li> <li>11. अधिगम अक्षमता के लिए आकलन उपकरण - क्रांति के. श्रीवास्तव</li> <li>12. बच्चों की उपलब्धि प्रेरणा स्केल - मीनाक्षी कुमारी</li> <li>13. सृजनात्मकता परीक्षण (मौखिक और गैर-मौखिक) - बी.के. पासी</li> <li>14. शिक्षा के प्रति अभिवृत्ति स्केल - मुथा</li> </ol>                                                                          | 30                                         |
| भाग बी (कोई पांच ) | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. मेधावी विद्यार्थी की केस स्टडी:<br/>छात्र, अभिभावक या शिक्षक का साक्षात्कार कर विकासात्मक, शैक्षणिक और व्यवहारिक इतिहास एकत्र करें और मनोवैज्ञानिक केस प्रोफाइल तैयार करें।</li> <li>2. बौद्धिक अक्षमता वाले विद्यार्थी की केस स्टडी:<br/>उपरोक्त प्रक्रिया के माध्यम से विद्यार्थी की अधिगम आवश्यकताओं की पहचान कर मनोवैज्ञानिक केस प्रोफाइल बनाना।</li> <li>3. कक्षा अवलोकन रिपोर्ट:<br/>संरचित चेकलिस्ट द्वारा किसी वास्तविक विद्यालय कक्षा में ध्यान अवधि, शिक्षक-विद्यार्थी संवाद, अधिगम वातावरण और प्रेरणा स्तर का निरीक्षण करना।</li> <li>4. शैक्षणिक परीक्षण का मूल्यांकन:<br/>किसी मानकीकृत शैक्षणिक परीक्षण का उद्देश्य, लक्षित समूह, विश्वसनीयता, वैधता और भारतीय संदर्भ में प्रासंगिकता का विश्लेषण करना।</li> <li>5. अधिगम शैली मापन:<br/>सहपाठियों या छात्रों पर अधिगम शैली सूची (जैसे VAK) का संचालन कर अधिगम प्राथमिकताओं का विश्लेषण करना और उपयुक्त शिक्षण रणनीतियाँ सुझाना।</li> </ol> | 25                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>6. <b>गृहकार्य प्रेरणा विश्लेषण:</b><br/>गृहकार्य पूरा करने की प्रेरणा मापने हेतु एक छोटा प्रश्नावली या चेकलिस्ट तैयार कर छात्रों से उत्तर एकत्र करना और विश्लेषण करना।</p> <p>7. <b>शैक्षणिक तनाव गतिविधि:</b><br/>छात्रों के एक समूह पर शैक्षणिक तनाव सूची का संचालन कर तनाव स्तर की व्याख्या करना और शैक्षणिक हस्तक्षेप सुझाना।</p> <p>8. <b>शिक्षण डिज़ाइन विश्लेषण:</b><br/>किसी पाठ्यपुस्तक अध्याय या डिजिटल मॉड्यूल का संज्ञानात्मक भार, प्रस्तुति शैली, पुनर्बलन और अधिगम उद्देश्यों से संरेखण के आधार पर विश्लेषण करना।</p> <p>9. <b>सहपाठी शिक्षण और प्रतिक्रिया:</b><br/>शैक्षणिक मनोविज्ञान सिद्धांतों पर आधारित 10 मिनट का शिक्षण सत्र तैयार कर प्रस्तुत करना और सहपाठी तथा शिक्षक से प्रतिक्रिया प्राप्त करना।</p> <p>10. <b>शैक्षणिक मनोविज्ञान प्रश्नोत्तरी निर्माण:</b><br/>प्रेरणा, अधिगम और बुद्धि से संबंधित सिद्धांतों पर आधारित बहुविकल्पीय या परिदृश्य आधारित प्रश्नों का सेट तैयार करना।</p> |   |
| भाग सी (कोई एक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>1. किसी विशेष विद्यालय या संसाधन कक्ष का भ्रमण – शैक्षणिक परीक्षण और हस्तक्षेप का अवलोकन।</p> <p>2. किसी सामान्य विद्यालय या संसाधन कक्ष का भ्रमण – उपर्युक्त प्रक्रियाओं का निरीक्षण।</p> <p>3. अभिभावक या शिक्षक साक्षात्कार का अनुकरण – हितधारकों के दृष्टिकोण को समझना।</p> <p>4. प्रत्यक्ष एवं ऑनलाइन अधिगम के बीच अंतर की तुलना करना।</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 5 |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. शैक्षिक मनोविज्ञान</li> <li>2. मानव विकास</li> <li>3. व्यक्तिगत भिन्नताएँ</li> <li>4. समावेशी और बहुसांस्कृतिक शिक्षा</li> <li>5. अधिगम और प्रेरणा के सिद्धांत</li> <li>6. मूल्यांकन और परीक्षण</li> <li>7. शिक्षा में प्रौद्योगिकी और मानसिक स्वास्थ्य</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
| <b>भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
| पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
| <b>अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eggen, P., &amp; Kauchak, D. (2015). Educational Psychology: Windows on Classrooms (10th ed.). Pearson.</li> </ol>                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |

2. Kohlberg, L. (1981). Essays on Moral Development, Volume I: The Philosophy of Moral Development. Harper & Row.
3. Santrock, J. W. (2021). Educational Psychology (7th ed.). McGraw-Hill Education.
4. Seifert, K., & Sutton, R. (2009). Educational Psychology. Connexions.
5. Slavin, R. E. (2018). Educational Psychology: Theory and Practice (12th ed.). Pearson.
6. Woolfolk, A. (2016). Educational Psychology (13th ed.). Pearson.
7. Mangal, S. K., & Mangal, U. (2018). Educational Psychology (2nd ed.). PHI Learning.
8. Kumar, P. (Ed.). (2011). Perspectives on Educational Psychology in India. NCERT & NUEPA publication.
9. Kuppaswamy, B. (1976). Advanced Educational Psychology. Sterling Publishers.
10. Manuals from NPC and Prasad Psycho Pvt. Ltd. – For tools like VIR, MISIC, Study Habits Inventory, and others used in practicum.
11. सुलेमान, एम. (1995) शिक्षा मनोविज्ञान: विषय और व्याख्या, मोतीलाल बनारसीदास, पटना.
12. सिंह, ए. के. (2011) शिक्षा मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली.

अनुशंसित डिजिटल प्लेटफॉर्म/ वेब लिंक

[https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational\\_Psychology\\_6118.pdf](https://www.opentextbooks.org.hk/system/files/export/6/6118/pdf/Educational_Psychology_6118.pdf)  
<https://www.tandfonline.com/journals/cedp20>  
<https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/teaching-learning>  
<https://mkuniversity.ac.in/new/centre/cer/docs/PSYCHOLOGY%20IN%20EDUCATION.pdf>

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24\\_hs94/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec24_hs94/preview)  
<https://www.coursera.org/learn/learning-knowledge-human-development>

भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

| आतंरिक मूल्यांकन                                                                                                                                          | अंक | बाह्य मूल्यांकन             | अंक |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| कक्षा में संवाद /प्रश्नोत्तरी                                                                                                                             | 20  | प्रायोगिक मौखिकी<br>(वायवा) | 40  |
| उपस्थिति                                                                                                                                                  | 10  | प्रायोगिक रिकॉर्ड फाइल      | 10  |
| असाइनमेंट (चार्ट/मॉडल/सेमिनार/ग्रामीण सेवा/प्रौद्योगिकी<br>प्रसार/भ्रमण (कस्कर्शन ) की रिपोर्ट/ सर्वेक्षण/प्रयोगशाला भ्रमण<br>(लैब विजिट)/औद्योगिक यात्रा | 10  | टेबल वर्क/प्रयोग            | 10  |
| कुल अंक                                                                                                                                                   | 40  |                             | 60  |
| कोई टिप्पणी/सुझाव:                                                                                                                                        |     |                             |     |

# Theory Paper

| Part A Introduction |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                        |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------|
| Program: 1-Year PG  |                                                             | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Year: I | Semester:1             |
| Session: 2025-26    |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                        |
| Subject: Psychology |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                        |
| 1                   | Course Code                                                 | CC-32                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |                        |
| 2                   | Course Title                                                | Theories of Personality (Theory)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |                        |
| 3                   | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific Elective/) | Core Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                        |
| 4                   | Pre-requisite (if any)                                      | <p>To study this course, The student must have completed a 4-year Bachelor Degree (Honours) or 4-year Bachelor Degree (Honours with Research) in Psychology.</p> <p>OR</p> <p>successfully completed 1-year post-graduation diploma in psychology with minimum 40 credits.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |                        |
| 5                   | Course Learning outcomes (CLO)                              | <p><b>After completion of this course students will be able to</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explain the core assumptions, concepts, and contributions of classical psychoanalytic and neoanalytic theories of personality.</li> <li>2. <b>Compare</b> humanistic, existential, and positive psychology approaches in their understanding of self, growth, and meaning.</li> <li>3. <b>Analyze</b> trait, biological, and evolutionary models of personality, including their empirical bases and individual differences.</li> <li>4. <b>Apply</b> behavioral, cognitive, and social-cognitive theories to explain personality development and expression in real-life contexts.</li> <li>5. <b>Evaluate</b> the relevance of contemporary, cultural, and indigenous perspectives, including Indian models like Triguna and Panchakosha.</li> <li>6. <b>Integrate</b> insights from diverse theoretical frameworks to understand the dynamic nature of personality across cultures and life contexts.</li> </ol> |         |                        |
| 6                   | Credit Value                                                | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                        |
| 7                   | Total Marks                                                 | Max. Marks: 40 + 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         | Min. Passing Marks: 40 |

B  
5.8.25

## Part B- Content of the Course

**Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):**

**L-T-P:**

| Unit | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | No. of Lectures<br>(1 Hour Each) |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 1    | <b>Personality and Indian Psychological Thought:</b><br>Introduction to personality: Definitions, historical perspectives, and goals of personality theory; Concept of Self (Atman) and personality in Vedanta; Personality typology based on the Bhagavad Gita: spiritual and ethical conduct; Personality in the Ramayan and the Ramcharitmanas; Buddhist model of personality and the notion of no-self (Anatta); Jaina model of personality: role of emotions (Kashayas) and karma; Sigmund Freud: Id, Ego, Superego; defense mechanisms; psychosexual stages of development; Carl Jung: Collective unconscious, archetypes, introversion–extraversion; Alfred Adler: Inferiority complex, striving for superiority, style of life; Karen Horney, Erik Erikson, Erich Fromm: Culture, ego identity, anxiety, humanism, and interpersonal dynamics; Contemporary extensions: Object relations theory (Melanie Klein), Kohut's Self Psychology, Sullivan's Interpersonal theory; | 18                               |
| 2    | <b>Humanistic, Existential, and Positive Psychology Approaches</b><br>Carl Rogers: Self-concept, unconditional positive regard, fully functioning person; Abraham Maslow: Hierarchy of needs, self-actualization, peak experiences; Rollo May and Viktor Frankl: Existential anxiety, freedom, meaning-making, logotherapy; Positive psychology constructs: Character strengths and virtues (Peterson & Seligman), flourishing; Self-Determination Theory (Deci & Ryan): Autonomy, competence, relatedness                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 18                               |
| 3    | <b>Trait, Biological, and Evolutionary perspectives:</b><br>Gordon Allport: Cardinal, central, and secondary traits;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 18                               |

|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                                                                                       | functional autonomy; Raymond Cattell: 16 Personality Factors, source vs surface traits; Hans Eysenck: PEN model – Psychoticism, Extraversion, Neuroticism; Costa and McCrae: Five-Factor Model (NEO-PI-R); Evolutionary and ecological perspectives: HEXACO model (Ashton & Lee), Zuckerman's Alternative Five; Behavioral genetics and neuroscience: Temperament, brain systems, heritability of traits; Evolutionary perspectives on personality                                                                                                                                               |    |
| 4                                                                                                                                                                                                                     | <b>Behavioral, Cognitive, and Social-Cognitive Theories</b><br>B.F. Skinner: Operant conditioning, reinforcement contingencies, behavioral repertoires; Albert Bandura: Observational learning, modeling, self-efficacy, reciprocal determinism; Julian Rotter and Walter Mischel: Locus of control, cognitive-affective personality system (CAPS); George Kelly: Personal construct theory, repertory grid technique; Emotional intelligence, grit (Duckworth), self-compassion (Neff), mindfulness and emerging constructs                                                                     | 18 |
| 5                                                                                                                                                                                                                     | <b>Contemporary, Cultural, and Indian Theories of Personality</b><br>Narrative approach (Dan McAdams): Life stories, identity, agency, communion; Cross-cultural perspectives: Indigenous psychologies, etic-emic approaches, personality across cultures; Interactionist approaches: Person-situation debate, dynamic personality models; Triguna Theory (from Sankhya/Yogic Psychology): Sattva, Rajas, Tamas – behavioral tendencies and consciousness levels; Panchakosha Model (from Taittiriya Upanishad): Five sheaths of existence – physical, vital, mental, wisdom, and blissful self; | 18 |
| <b>Keywords/Tags:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Neo-analytic personality Theories</li> <li>2. Personality</li> <li>3. Object relations</li> <li>4. Self psychology</li> <li>5. Logotherapy</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |    |

6. Mindfulness
7. Resilience
8. Indian psychology

### Part C-Learning Resources

#### Text Books, Reference Books, Other resources

#### Suggested Readings:

1. Cloninger, S. C. (2012). *Theories of personality: Understanding persons* (6th ed.). Pearson Education.
2. Cornelissen, R. M. M., Misra, G., & Varma, S. (2014). *Foundations and applications of Indian psychology* (Vol. 1). Pearson Education India.
3. Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T. (2018). *Theories of personality* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
4. Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (2007). *Theories of personality* (4th ed.). India: Wiley.
5. Kundu, C. L. (1989). *Personality development*. New Delhi, India: Sterling Publishers.
6. Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2013). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
7. McAdams, D. P. (2020). *The person: A new introduction to personality psychology* (6th ed.). Wiley.
8. Mischel, W., Shoda, Y., & Smith, R. E. (2004). *Introduction to personality*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
9. Olson, M. H., & Hergenhahn, B. R. (2010). *An introduction to theories of personality* (8th ed.). Pearson.
10. Paranjpe, A. C. (2000). *Self and identity in modern psychology and Indian thought*. Kluwer Academic Publishing.
11. Ranganathananda, S. (2000). *The message of the Upanishads*. Bharatiya Vidya Bhavan.
12. Rao, K. R., & Paranjpe, A. C. (2016). *Psychology in the Indian tradition*. Springer.
13. Ryckman, R. M. (2008). *Theories of personality* (9th ed.). Cengage Learning.
14. Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2021). *Theories of personality* (11th ed.). Cengage Learning.
15. Sharma, S. (1999). *Indian concept of personality: A psychological perspective*. Concept Publishing Company.
16. अग्रवाल, एम., & सक्सेना, के. (1999). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. नई दिल्ली: राजकमल प्रकाशन.
17. अरुण कुमार सिंह. (2021). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. Patna, India: Motilal Banarsi Das.
18. आर. एन. सिंह. (n.d.). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. Patna, Motilal Banarsi Das.

19. सिंधु, जे. (2010). *व्यक्तित्व एवं मनोविज्ञान मैनुअल*. नई दिल्ली: राजकमल प्रकाशन.

**Suggestive digital platforms/ web links**

[https://www.bharathuniv.ac.in/colleges1/downloads/courseware\\_ece/notes/BSS201%20-%20PERSONALITY.pdf](https://www.bharathuniv.ac.in/colleges1/downloads/courseware_ece/notes/BSS201%20-%20PERSONALITY.pdf)  
<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde203.pdf>

**Suggested equivalent online courses:**

<https://www.edx.org/learn/human-psychology/universita-degli-studi-di-napoli-federico-ii-introduction-to-psychology-of-personality>  
[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc25\\_hs67/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc25_hs67/preview)  
<https://www.coursera.org/learn/personality-types-at-work>

**Part D-Assessment and Evaluation**

**Suggested Continuous Evaluation Methods:**

Maximum Marks: 100

Continuous Comprehensive Evaluation (CCE): 40 Marks University Exam (UE): 60 Marks

|                                                                           |                                                                                                                      |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Internal Assessment:</b> Continuous Comprehensive Evaluation (CCE)     | Class Test Assignment/Presentation                                                                                   | 40 |
| <b>External Assessment:</b> University Exam Section<br>Time : 03.00 Hours | <b>Section(A):</b> Very Short Questions<br><b>Section (B):</b> Short Questions<br><b>Section (C):</b> Long Questions | 60 |

**Any remarks/ suggestions:**

**सैद्धांतिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |            |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                              | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | वर्ष: I                  | सेमेस्टर:1 |
| सत्र: 2025-26                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |            |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |            |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                             | CC-32                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |            |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                          | व्यक्तित्व के सिद्धांत (सैद्धांतिक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |            |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार :(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव | कोर कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |            |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                     | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी ने मनोविज्ञान विषय में चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स)या चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स विथ रिसर्च ) पूर्ण की हो ।<br>अथवा<br><br>मनोविज्ञान विषय में एक वर्षीय स्नातकोत्तर डिप्लोमा (पी जी डिप्लोमा) न्यूनतम 40 क्रेडिट के साथ सफलतापूर्वक पूर्ण किया हो                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                          |            |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)  | पाठ्यक्रम पूर्ण करने के पश्चात् विद्यार्थी सक्षम होंगे:<br><br>1. व्यक्तित्व की शास्त्रीय मनोविक्षेपणात्मक और नव-मनोविक्षेपणात्मक सिद्धांतों की मूल मान्यताओं, अवधारणाओं और योगदानों की व्याख्या करना।<br>2. मानवतावादी, अस्तित्ववादी, और सकारात्मक मनोविज्ञान दृष्टिकोणों की आत्म-समझ, विकास और अर्थ के संदर्भ में तुलना करना।<br>3. गुणात्मक, जैविक और विकासवादी व्यक्तित्व मॉडल का विश्लेषण करना, जिनमें उनके अनुभवजन्य आधार और व्यक्तिगत भिन्नताएँ शामिल हैं।<br>4. व्यवहारवादी, संज्ञानात्मक, और सामाजिक-संज्ञानात्मक सिद्धांतों को वास्तविक जीवन के संदर्भों में व्यक्तित्व विकास और अभिव्यक्ति को समझने हेतु लागू करना।<br>5. समकालीन, सांस्कृतिक और स्वदेशी दृष्टिकोणों की प्रासंगिकता का मूल्यांकन करना, जिनमें भारतीय मॉडल जैसे त्रिगुण और पंचकोश सम्मिलित हैं।<br>6. विभिन्न सैद्धांतिक ढांचों से प्राप्त अंतर्दृष्टियों को एकीकृत कर, विभिन्न संस्कृतियों और जीवन प्रसंगों में व्यक्तित्व की गतिशील प्रकृति को समझना। |                          |            |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                  | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                          |            |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                      | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |            |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |            |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |            |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

| इकाई | विषय                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | व्याख्यान की संख्या<br>(1 घंटा/ व्याख्यान) |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1    | <p><b>व्यक्तित्व और भारतीय मनोवैज्ञानिक चिंतन:</b></p> <p>व्यक्तित्व का परिचय: परिभाषाएँ, ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य और व्यक्तित्व सिद्धांत के लक्ष्य; वेदांत में आत्म (आत्मन) और व्यक्तित्व की अवधारणा; भगवद् गीता पर आधारित व्यक्तित्व सांस्थिति: आध्यात्मिक और नैतिक आचरण; रामायण और रामचरितमानस में व्यक्तित्व; बौद्ध व्यक्तित्व मॉडल और अनात्मकी धारणा; जैन व्यक्तित्व मॉडल: भावनाओं (कषायों) और कर्म की भूमिका; सिगमंड फ्रायड: इड, ईगो, सुपरईगो; रक्षा तंत्र; मनोवैज्ञानिक विकास के चरण; कार्ल जंग: सामूहिक अचेतन, आर्केटाइप्स, अंतर्मुखता-बहिर्मुखता; अल्फ्रेड एडलर: हीनता ग्रंथि, श्रेष्ठता के लिए प्रयास, जीवन शैली; करेन हार्नी, एरिक एरिकसन, एरिक फ्रॉम: संस्कृति, अहंकार पहचान, चिंता, मानवतावाद और पारस्परिक गतिशीलता; समकालीन विस्तार: वस्तु संबंध सिद्धांत (मेलानी क्लाइन), कोहुट का आत्म मनोविज्ञान, सुलिवान का अंतर्वैयक्तिक सिद्धांत।</p> | 18                                         |
| 2    | <p><b>मानवतावादी, अस्तित्ववादी, और सकारात्मक मनोविज्ञान दृष्टिकोण:</b></p> <p>कार्ल रोजर्स: आत्म-अवधारणा, निरपेक्ष सकारात्मक स्वीकृति, पूर्णतः क्रियाशील व्यक्ति; अब्राहम मैस्लो: आवश्यकताओं का पदानुक्रम, आत्म-साक्षात्कार, चरम अनुभव; रोलो मे और विक्टर फ्रेंकल: अस्तित्ववादी चिंता, स्वतंत्रता, अर्थ निर्माण, लोगोथेरेपी; सकारात्मक मनोविज्ञान की संकल्पनाएँ: चरित्र बल और सद्गुण (पीटरसन और सेलिगमैन), उत्कर्ष; स्व-निर्धारण सिद्धांत (डेसी और रायन): स्वायत्तता, दक्षता, संबंध।</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 18                                         |
| 3    | <p>गुणात्मक, जैविक, और विकासवादी परिप्रेक्ष्य: गॉर्डन ऑलपोर्ट: कार्डिनल, सेंट्रल और सेकेंडरी लक्षण; कार्यात्मक स्वायत्तता; रेमंड कैटेल: 16 व्यक्तित्व कारक, स्रोत बनाम सतही लक्षण; हैस आईसेंक: PEN मॉडल - साइकोटिसिज्म, एक्स्ट्रावर्जन, न्यूरोटिसिज्म; कोस्टा और मैकक्रे: फाइव-फैक्टर मॉडल (NEO-PI-R); विकासवादी और पारिस्थितिक परिप्रेक्ष्य: HEXACO मॉडल (एश्टन और ली), जुकरमैन का अल्टरनेटिव फाइव; व्यवहारिक आनुवंशिकी और तंत्रिका विज्ञान: स्वभाव, मस्तिष्क प्रणाली, लक्षणों की आनुवंशिकता; व्यक्तित्व पर विकासवादी परिप्रेक्ष्य।</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 18                                         |
| 4    | <p><b>व्यवहारवादी, संज्ञानात्मक, और सामाजिक-संज्ञानात्मक सिद्धांत: वी. एफ. स्किनर:</b> क्रियात्मक अनुबंधन, पुनर्बलन स्थितियाँ, व्यवहार प्रदर्शनों का विकास; अल्बर्ट बंडूरा: प्रेक्षणीय अधिगम, मॉडलिंग, आत्म-प्रभावकारिता, पारस्परिक नियतत्व; जूलियन रॉटर और वाल्टर मिशेल:</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 18                                         |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|   | नियंत्रण का स्थान, संज्ञानात्मक-प्रभावात्मक व्यक्तित्व प्रणाली (CAPS); जॉर्ज केली: व्यक्तिगत संकल्पना सिद्धांत, सूचीबद्ध जाल तकनीक; भावनात्मक बुद्धिमत्ता, संकल्पशीलता (डकवर्थ), आत्म-दया (नेफ), सजगता और उभरती संकल्पनाएँ।                                                                                                                                                                                                                                                                           |    |
| 5 | समकालीन, सांस्कृतिक और भारतीय व्यक्तित्व सिद्धांत: वृत्तांत दृष्टिकोण (डैन मैकएडम्स): जीवन कथाएँ, पहचान, संप्रेषण, सहभागिता; सांस्कृतिक दृष्टिकोण: स्वदेशी मनोविज्ञान, एटिक-एमिक पद्धतियाँ, संस्कृतियों में व्यक्तित्व; परस्पर क्रियात्मक दृष्टिकोण: व्यक्ति-परिस्थिति बहस, गतिशील व्यक्तित्व मॉडल; त्रिगुण सिद्धांत (सांख्य/योग मनोविज्ञान से): सत्त्व, रजस, तमस – व्यवहार प्रवृत्तियाँ और चेतना स्तर; पंचकोश मॉडल (तैत्तिरीय उपनिषद् से): पाँच आवरण – भौतिक, प्राण, मनस, विज्ञानमय और आनंदमय आत्मा; | 18 |

#### सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:

1. नव-मनोविश्लेषणात्मक व्यक्तित्व सिद्धांत
2. व्यक्तित्व
3. वस्तु संबंध
4. आत्म मनोविज्ञान
5. लोगोथेरेपी
6. सजगता
7. धैर्यशीलता
8. भारतीय मनोविज्ञान

#### भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

#### अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Cloninger, S. C. (2012). *Theories of personality: Understanding persons* (6th ed.). Pearson Education.
2. Cornelissen, R. M. M., Misra, G., & Varma, S. (2014). *Foundations and applications of Indian psychology* (Vol. 1). Pearson Education India.
3. Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T. (2018). *Theories of personality* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
4. Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (2007). *Theories of personality* (4th ed.). India: Wiley.
5. Kundu, C. L. (1989). *Personality development*. New Delhi, India: Sterling Publishers.

6. Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2013). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
7. McAdams, D. P. (2020). *The person: A new introduction to personality psychology* (6th ed.). Wiley.
8. Mischel, W., Shoda, Y., & Smith, R. E. (2004). *Introduction to personality*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
9. Olson, M. H., & Hergenhahn, B. R. (2010). *An introduction to theories of personality* (8th ed.). Pearson.
10. Paranjpe, A. C. (2000). *Self and identity in modern psychology and Indian thought*. Kluwer Academic Publishing.
11. Ranganathananda, S. (2000). *The message of the Upanishads*. Bharatiya Vidya Bhavan.
12. Rao, K. R., & Paranjpe, A. C. (2016). *Psychology in the Indian tradition*. Springer.
13. Ryckman, R. M. (2008). *Theories of personality* (9th ed.). Cengage Learning.
14. Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2021). *Theories of personality* (11th ed.). Cengage Learning.
15. Sharma, S. (1999). *Indian concept of personality: A psychological perspective*. Concept Publishing Company.
16. अग्रवाल, एम., & सक्सेना, के. (1999). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. नई दिल्ली: राजकमल प्रकाशन.
17. अरुण कुमार सिंह. (2021). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. Patna, India: Motilal Banarsi Das.
18. आर. एन. सिंह. (n.d.). *व्यक्तित्व मनोविज्ञान*. Patna, Motilal Banarsi Das.
19. सिंधु, जे. (2010). *व्यक्तित्व एवं मनोविज्ञान मैनुअल*. नई दिल्ली: राजकमल प्रकाशन.

अनुशंसित डिजिटल प्लेटफॉर्म /वेब लिंक

[https://www.bharathuniv.ac.in/colleges1/downloads/courseware\\_ece/notes/BSS201%20-%20PERSONALITY.pdf](https://www.bharathuniv.ac.in/colleges1/downloads/courseware_ece/notes/BSS201%20-%20PERSONALITY.pdf)  
<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde203.pdf>

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

<https://www.edx.org/learn/human-psychology/universita-degli-studi-di-napoli-federico-ii-introduction-to-psychology-of-personality>  
[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc25\\_hs67/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc25_hs67/preview)  
<https://www.coursera.org/learn/personality-types-at-work>

भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

B  
5.8.25

अधिकतम अंक: 100

सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE) अंक : 40 विश्वविद्यालयीनपरीक्षा (UE) अंक: 60

|                                                       |                                                                                          |    |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| आंतरिक मूल्यांकन:<br>सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE):      | क्लास टेस्ट<br>असाइनमेंट/ प्रस्तुतीकरण (प्रेजेंटेशन)                                     | 40 |
| आकलन :<br>विश्वविद्यालयीन परीक्षा:<br>समय- 03.00 घंटे | अनुभाग (अ): अति लघु प्रश्न<br>अनुभाग (ब): लघु प्रश्न<br>अनुभाग (स): दीर्घ उत्तरीय प्रश्न | 60 |
| कोई टिप्पणी/सुझाव:                                    |                                                                                          |    |

## Practicum Course

| Part A Introduction |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |                        |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------|
| Program: 1-Year PG  |                                                                                                               | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Year: I | Semester:1             |
| Session: 2025-26    |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |                        |
| Subject: Psychology |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |                        |
| 1                   | Course Code                                                                                                   | PC-32                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                        |
| 2                   | Course Title                                                                                                  | Personality Assessment Practicum                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |                        |
| 3                   | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific<br>Elective/Elective/ Generic<br>Elective /Vocational/.....) | Practicum Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |                        |
| 4                   | Pre-requisite (if any)                                                                                        | <p>To study this course, The student must have completed a 4-year Bachelor Degree (Honours) or 4-year Bachelor Degree (Honours with Research) in Psychology.</p> <p>OR</p> <p>successfully completed 1-year post-graduation diploma in psychology with minimum 40 credits.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |         |                        |
| 5                   | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Administer and interpret objective and projective personality assessment tools across age groups and settings.</li> <li>2. Differentiate among personality tests based on their theoretical foundations, constructs measured, and clinical or educational applications.</li> <li>3. Analyze personality profiles using multiple assessment methods, including inventories, rating scales, and behavioral observations.</li> <li>4. Evaluate the cultural and contextual appropriateness of standardized personality tests for Indian populations.</li> <li>5. Demonstrate ethical awareness in administering, interpreting, and reporting personality assessments.</li> <li>6. Collaborate in test interpretation workshops and personality mapping exercises to integrate theoretical understanding with applied skills.</li> </ol> |         |                        |
| 6                   | Credit Value                                                                                                  | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |                        |
| 7                   | Total Marks                                                                                                   | Max. Marks: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         | Min. Passing Marks: 40 |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

## Part B- Content of the Course

**Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):**

**L-T-P:**

| Unit                    | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | No. of Lectures<br>(2 Hours Each) |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Part A (Any Six)</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Big Five Inventory (<i>BFI</i>) – Lewis R. Goldberg</li> <li>2. Children Personality Questionnaire(<i>CPQ</i>) – S. D. Kapoor</li> <li>3. Creative Personality Scale(<i>CPS-SRDU</i>) – Ritika Sharma &amp; Upinder Dhar</li> <li>4. Early School Personality Questionnaire(<i>ESPQ</i>) – R. B. Cattell</li> <li>5. Eysenck Personality Questionnaire – Revised(<i>EPQ-R</i>) – H. J. Eysenck &amp; S. B. G. Eysenck</li> <li>6. Eysenck Personality Questionnaire (<i>EPQ</i>) – Hans J. Eysenck &amp; Sybil B. G. Eysenck</li> <li>7. Five Personality Trait Inventory(<i>FPTI-MKS</i>) – K. S. Misra</li> <li>8. Five-Factor Personality Inventory – Children(<i>FFPI-C</i>) – Ronnie L. McGhee, David J. Ehrler, Joseph A. Buckhalt</li> <li>9. High School Personality Questionnaire(<i>HSPQ</i>) – S. S. D. Kapoor, S. S. Srivastava, G. N. P. Srivastava</li> <li>10. Junior Eysenck Personality Questionnaire(<i>JEPQ</i>) – H. J. Eysenck &amp; S. B. G. Eysenck</li> <li>11. Locus of Control Scale (<i>LOC</i>) – S. Anand Kumar &amp; S.N. Srivastava (Indian adaptation)</li> <li>12. Millon Clinical Multiaxial Inventory – IV (<i>MCMI-IV</i>) – Theodore Millon</li> <li>13. Minnesota Multiphasic Personality Inventory – 2 (<i>MMPI-2</i>) – Hathaway &amp; McKinley</li> <li>14. Multidimensional Personality Questionnaire</li> <li>15. NEO Five-Factor Inventory – Form 3 (<i>NEO-FFI-3</i>) – Paul T. Costa &amp; Robert R. McCrae</li> </ol> | 30                                |

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                          | <p>16. Psychological Hardiness Scale (<i>PHS-SA</i>) – Arun Kumar Singh</p> <p>17. Self-Concept Scale (<i>SCS</i>) – Dr. R.K. Saraswat</p> <p>18. Sixteen Personality Factor Questionnaire (<i>16PF</i>) – Raymond B. Cattell</p> <p>19. Temperament and Character Inventory (<i>TCI</i>) – C. Robert Cloninger</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |
| <b>Part B (Any four)</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rorschach Inkblot Test (RIT) – Hermann Rorschach</li> <li>2. Thematic Apperception Test - Murray</li> <li>3. Thematic Apperception Test (Indian Adaptation) (TAT) – Uma Choudhary</li> <li>4. Children's Apperception Test – Animal Version (CAT-A) – Leopold Bellak &amp; Sonia Bellak</li> <li>5. Children's Apperception Test – Human Version (CAT-H) – Leopold Bellak &amp; Sonia Bellak</li> <li>6. Sentence Completion Test</li> <li>7. Draw-A-Person Test</li> <li>8. House-Tree-Person Test (H-T-P)</li> <li>9. Word Association Test (WAT) – Jung</li> <li>10. Picture-Frustration Study (P-F Study) – Rosenzweig</li> <li>11. Bender Gestalt Test - (use for personality and emotional indicators)- Lauretta Bender</li> <li>12. Somatic Inkblot Series (SIBS) – W. Cassell</li> </ol> | 20 |
| <b>Part C (Any two)</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Personality Mapping Exercise:</b><br/><i>Students create a personality profile based on two inventories and discuss convergence/divergence.</i></li> <li>2. <b>Ethical Case Discussion and report:</b><br/><i>Role-play and resolve dilemmas in personality assessment (e.g., malingering, consent, dual relationships).</i></li> <li>3. <b>Cross-Cultural Adaptation Critique report:</b><br/><i>Evaluate the adaptation of a Western personality</i></li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 10 |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p><i>test for Indian use and suggest necessary modifications.</i></p> <p>4. <b>Test Comparison Presentation:</b><br/><i>Compare two tests (e.g., MMPI vs. 16PF) based on purpose, theoretical base, administration, and application.</i></p> <p>5. <b>Observation &amp; Behavior Rating Task:</b><br/><i>Use a standardized behavioral checklist in a peer-based setting and compare with self-report outcomes.</i></p> <p>6. <b>Projective Test Interpretation Workshop:</b><br/><i>Use 20–30 ambiguous stimuli to explore interpretive techniques collaboratively.</i></p> |  |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**Keywords/Tags:**

1. Personality assessment
2. Projective techniques
3. Rorschach test
4. MMPI
5. Bender gestalt
6. Cultural relevance

**Part C-Learning Resources**

**Text Books, Reference Books, Other resources**

**Suggested Readings:**

1. Hall, Calvin S. and Lindzey, A (1978). Theories of Personality John Wiley and Sons, New Jersey  
Dan, P. McAdams (2008). The Person: An Introduction to the Science of Personality Psychology John Wiley and Sons, New Jersey
2. Hjelle, L.A., Ziegler, D.J.(1992). Personality Theories. Basic Assumptions, Research, and Applications. 3rd ed.McGraw Hill.
3. Myers, Isabel Briggs with Peter B. Myers (1995) Gifts Differing: Understanding Personality Type. Mountain View, CA: Davies-Black Publishing.
4. Singh A. K. (2009). Uchchar Naidanik Manovigyan, Moti Lal Banarsi, Delhi, Mumbai & Chennai.

5. Singh, A.K. (1997). Tests, Measurements and Research Methods in Behavioural Sciences. Bharti Bhawan, Patna.
6. Manuals from NPC and Prasad Psycho Pvt. Ltd. – For tools like VIR, MISIC, Study Habits Inventory, and others used in practicum.
7. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.

#### Suggestive digital platforms/ web links

<https://egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/23501/1/Unit-4.pdf>  
<https://www.verywellmind.com/what-is-personality-testing-2795420>  
<https://www.tandfonline.com/journals/hjpa20>  
[https://pearsonclinical.in/solution\\_category/clinical-psychology/personality-normal/](https://pearsonclinical.in/solution_category/clinical-psychology/personality-normal/)  
<https://www.sciencedirect.com/topics/nursing-and-health-professions/personality-assessment>

#### Suggested equivalent online courses:

<https://www.my-mooc.com/en/mooc/the-psychology-of-personality-free-online-course-futurelearn>  
<https://learn.saylor.org/mod/page/view.php?id=56458>  
<https://courses.mooc.fi/org/uh-veterinary-biosciences/courses/me-and-my-cat/chapter-3/introduction-to-personality>  
[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec21\\_mg22/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec21_mg22/preview)  
[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_cm03/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_cm03/preview)

### Part D-Assessment and Evaluation

#### Suggested Continuous Evaluation Methods:

| Internal Assessment     | Marks | External Assessment    | Marks |
|-------------------------|-------|------------------------|-------|
| Class Interaction /Quiz | 20    | Viva Voce on Practical | 40    |
| Attendance              | 10    | Practical Record File  | 10    |

|                                                                                                                                           |           |                          |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| Assignments (Charts/ Model Seminar / Rural Service/ Technology Dissemination/ Report of Excursion/ Lab Visits/ Survey / Industrial visit) | 10        | Table work / Experiments | 10        |
| <b>TOTAL</b>                                                                                                                              | <b>40</b> |                          | <b>60</b> |
| Any remarks/ suggestions:                                                                                                                 |           |                          |           |

Department of Higher Education

**प्रायोगिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                 | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | वर्ष: I | सेमेस्टर:1                              |
|                                                                               |                                                                 | सत्र: 2025-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |                                         |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                                         |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                                | PC-32                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                                         |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                             | व्यक्तित्व परीक्षण प्रायोगिक                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |                                         |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार:(कोर कोर्स / डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव.) | प्राैक्तिकल कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                         |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                        | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी ने मनोविज्ञान विषय में चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स)या चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स विथ रिसर्च ) पूर्ण की हो ।<br>अथवा<br>मनोविज्ञान विषय में एक वर्षीय स्नातकोत्तर डिप्लोमा (पी जी डिप्लोमा) न्यूनतम 40 क्रेडिट के साथ सफलतापूर्वक पूर्ण किया हो                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |                                         |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)     | <ol style="list-style-type: none"><li>1. विभिन्न आयु वर्गों और संदर्भों में वस्तुनिष्ठ और प्रक्षिप्त व्यक्तित्व परीक्षण उपकरणों का संचालन एवं व्याख्या करना;</li><li>2. व्यक्तित्व परीक्षणों को उनके सैद्धांतिक आधार, मापी जा रही अवधारणाओं और नैदानिक अथवा शैक्षिक अनुप्रयोगों के आधार पर भेद करना;</li><li>3. सूचियों, रेटिंग स्केलों और व्यवहार अवलोकन जैसी बहुविध मूल्यांकन विधियों के माध्यम से व्यक्तित्व प्रोफाइल का विश्लेषण करना;</li><li>4. भारतीय जनसंख्या के लिए मानकीकृत व्यक्तित्व परीक्षणों की सांस्कृतिक और प्रसंगिक उपयुक्तता का मूल्यांकन करना;</li><li>5. व्यक्तित्व मूल्यांकन के संचालन, व्याख्या और रिपोर्टिंग में नैतिक जागरूकता का प्रदर्शन करना;</li><li>6. परीक्षण व्याख्या कार्यशालाओं और व्यक्तित्व मानचित्रण अभ्यासों में सहभागिता कर सैद्धांतिक समझ को व्यावहारिक कौशलों से जोड़ना।</li></ol> |         |                                         |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                     | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                         |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                         | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40                |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                                         |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                                         |
| इकाई                                                                          | विषय                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         | व्याख्यान की संख्या (2 घंटे/ व्याख्यान) |
| भाग अ (कोई छः )                                                               | 1. बिग फाइव इन्वेंटरी – लुईस आर. गोल्डबर्ग;                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         | 30                                      |

B  
5.8.25

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>2. चिल्ड्रन पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर – एस. डी. कपूर;</li> <li>3. कॉग्निटिव डिस्टॉर्शन स्केल्स – जॉन ब्रिअरे;</li> <li>4. अर्ली स्कूल पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर – आर. बी. कैटेल;</li> <li>5. आईसेन्क पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर (संशोधित) – एच. जे. आईसेन्क एवं एस. बी. जी. आईसेन्क;</li> <li>6. आईसेन्क पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर – हान्स जे. आईसेन्क एवं सिबिल बी. जी. आईसेन्क;</li> <li>7. फाइव पर्सनैलिटी ट्रेट इन्वेंटरी – के. एस. मिश्रा;</li> <li>8. फाइव फैक्टर पर्सनैलिटी इन्वेंटरी (बाल संस्करण) – मैक्गी, एहरलर, बकहॉल्ट;</li> <li>9. हाई स्कूल पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर – एस. एस. डी. कपूर, एस. एस. श्रीवास्तव, जी. एन. पी. श्रीवास्तव;</li> <li>10. जूनियर आईसेन्क पर्सनैलिटी क्वेश्चनेयर – एच. जे. आईसेन्क एवं एस. बी. जी. आईसेन्क;</li> <li>11. नियंत्रण का स्थान पैमाना – एस. आनंद कुमार एवं एस. एन. श्रीवास्तव (भारतीय संस्करण);</li> <li>12. मिलॉन क्लिनिकल मल्टीएक्सियल इन्वेंटरी – IV – थियोडोर मिलॉन;</li> <li>13. मिनेसोटा मल्टीफैसिक पर्सनैलिटी इन्वेंटरी – 2 – हैथवे एवं मैककिनले;</li> <li>14. बहुआयामी व्यक्तित्व प्रश्नावली</li> <li>15. नियो फाइव फैक्टर इन्वेंटरी – फॉर्म 3 – कोस्टा एवं मैकरे;</li> <li>16. साइकोलॉजिकल हार्डिनेस स्केल – अरुण कुमार सिंह;</li> <li>17. आत्म-संवरण पैमाना – डॉ. आर. के. सरस्वत;</li> <li>18. 16 व्यक्तित्व कारक प्रश्नावली – रेमन बी. कैटेल;</li> <li>19. टेम्परामेंट एंड कैरेक्टर इन्वेंटरी – सी. रॉबर्ट क्लोर्निजर;</li> </ol> |    |
| भाग बी (कोई चार ) | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. रोर्शा इंकब्लॉट टेस्ट – हरमन रोर्शा;</li> <li>2. थ्रीमैटिक एपसेप्शन टेस्ट – मरे;</li> <li>3. थ्रीमैटिक एपसेप्शन टेस्ट (भारतीय संस्करण) – उमा चौधरी;</li> <li>4. चिल्ड्रन्स एपसेप्शन टेस्ट – पशु संस्करण – लियोपोल्ड बेलक और सोनिया बेलक;</li> <li>5. चिल्ड्रन्स एपसेप्शन टेस्ट – मानव संस्करण – लियोपोल्ड बेलक और सोनिया बेलक;</li> <li>6. वाक्य पूर्णता परीक्षण</li> <li>7. ड्रॉ-अ-पर्सन टेस्ट – माचोवर;</li> <li>8. हाउस-ट्री-पर्सन टेस्ट – जॉन एन. बक;</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 20 |

|                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                                                                                                       | 9. शब्द संघ परीक्षण – जंग;<br>10. चित्र कुंठा अध्ययन – रोसेनज़विग;<br>11. बेंडर गेस्टाल्ट परीक्षण – लौरेट्टा बेंडर;<br>12. सोमैटिक इंक्ब्लॉट सीरीज़ – डब्ल्यू. कैसल;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |    |
| भाग सी (कोई दो)                                                                                                                                                                                                                       | 1. <b>व्यक्तित्व मानचित्रण अभ्यास:</b><br>दो इन्वेंटरी पर आधारित व्यक्तित्व प्रोफ़ाइल तैयार करें और मिलान/विभिन्नता पर चर्चा करें;<br>2. <b>नैतिक केस चर्चा और रिपोर्ट:</b><br>भूमिका-निर्माण कर व्यक्तित्व मूल्यांकन से संबंधित दुविधाओं (जैसे झूठे उत्तर, सहमति, दोहरे संबंध) को हल करें;<br>3. <b>पार-सांस्कृतिक अनुकूलन आलोचना रिपोर्ट:</b><br>किसी पश्चिमी परीक्षण के भारतीय उपयोग की समीक्षा करें और आवश्यक संशोधन सुझाएँ;<br>4. <b>परीक्षण तुलना प्रस्तुति:</b><br>दो परीक्षणों (जैसे MMPI और 16PF) की तुलना उद्देश्य, सैद्धांतिक आधार, संचालन एवं अनुप्रयोग के आधार पर करें;<br>5. <b>अवलोकन एवं व्यवहार रेटिंग कार्य:</b><br>मानकीकृत व्यवहार चेकलिस्ट का उपयोग कर सहपाठी वातावरण में अवलोकन करें और आत्म-रिपोर्ट से तुलना करें;<br>6. <b>प्रक्षिप्त परीक्षण व्याख्या कार्यशाला:</b><br>20-30 अस्पष्ट उद्दीपनों का उपयोग कर समूह में व्याख्या तकनीकों का अभ्यास करें। | 10 |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>व्यक्तित्व मूल्यांकन</li> <li>प्रक्षिप्त तकनीकें</li> <li>रोशार्ख परीक्षण</li> <li>एमएमपीआई</li> <li>बेंडर गेस्टाल्ट</li> <li>सांस्कृतिक प्रासंगिकता</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
| <b>भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन</b>                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
| पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
| <b>अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:</b>                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |

1. Hall, Calvin S. and Lindzey, A (1978). Theories of Personality John Wiley and Sons, New Jersey  
Dan, P. McAdams (2008). The Person: An Introduction to the Science of Personality Psychology John Wiley and Sons, New Jersey
2. Hjellev, L.A., Ziegler, D.J.(1992). Personality Theories. Basic Assumptions, Research, and Applications. 3rd ed.McGraw Hill.
3. Myers, Isabel Briggs with Peter B. Myers (1995) Gifts Differing: Understanding Personality Type. Mountain View, CA: Davies-Black Publishing.
4. Singh A. K. (2009). Uchchar Naidanik Manovigyan, Moti Lal Banarsi, Delhi, Mumbai & Chennai.
5. Singh, A.K. (1997). Tests, Measurements and Research Methods in Behavioural Sciences. Bharti Bhawan, Patna.
6. Manuals from NPC and Prasad Psycho Pvt. Ltd. – For tools like VIR, MISIC, Study Habits Inventory, and others used in practicum.
7. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.

#### अनुशंसित डिजिटल प्लेटफॉर्म/ वेब लिंक

<https://egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/23501/1/Unit-4.pdf>  
<https://www.verywellmind.com/what-is-personality-testing-2795420>  
<https://www.tandfonline.com/journals/hjpa20>  
[https://pearsonclinical.in/solution\\_category/clinical-psychology/personality-normal/](https://pearsonclinical.in/solution_category/clinical-psychology/personality-normal/)  
<https://www.sciencedirect.com/topics/nursing-and-health-professions/personality-assessment>

#### अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

<https://www.my-mooc.com/en/mooc/the-psychology-of-personality-free-online-course-futurelearn>  
<https://learn.saylor.org/mod/page/view.php?id=56458>  
<https://courses.mooc.fi/org/uh-veterinary-biosciences/courses/me-and-my-cat/chapter-3/introduction-to-personality>  
[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec21\\_mg22/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec21_mg22/preview)  
[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_cm03/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_cm03/preview)

भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:

B  
5.8.25

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

| आंतरिक मूल्यांकन                                                                                                                                          | अंक | बाह्य मूल्यांकन             | अंक |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| कक्षा में संवाद /प्रश्नोत्तरी                                                                                                                             | 20  | प्रायोगिक मौखिकी<br>(वायवा) | 40  |
| उपस्थिति                                                                                                                                                  | 10  | प्रायोगिक रिकॉर्ड फाइल      | 10  |
| असाइनमेंट (चार्ट/मॉडल/सेमिनार/ग्रामीण सेवा/प्रौद्योगिकी<br>प्रसार/भ्रमण (कस्कर्शन ) की रिपोर्ट/ सर्वेक्षण/प्रयोगशाला भ्रमण<br>(लैब विजिट)/औद्योगिक यात्रा | 10  | टेबल वर्क/प्रयोग            | 10  |
| कुल अंक                                                                                                                                                   | 40  |                             | 60  |

कोई टिप्पणी/सुझाव:

## Internship / Apprenticeship

| Part A Introduction |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |                        |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------|
| Program: 1-Year PG  |                                                             | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Year: I | Semester:1             |
| Session: 2025-26    |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |                        |
| Subject: Psychology |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |                        |
| 1                   | Course Code                                                 | Internship                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |                        |
| 2                   | Course Title                                                | Internship / Apprenticeship                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |                        |
| 3                   | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific Elective/) | Internship / Apprenticeship                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |                        |
| 4                   | Pre-requisite (if any)                                      | <p>To study this course, The student must have completed a 4-year Bachelor Degree (Honours) or 4-year Bachelor Degree (Honours with Research) in Psychology.</p> <p>OR</p> <p>successfully completed 1-year post-graduation diploma in psychology with minimum 40 credits.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |                        |
| 5                   | Course Learning outcomes (CLO)                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apply psychological theories and concepts in real-life settings such as clinics, schools, NGOs, or community-based organizations.</li> <li>2. Develop professional competencies in assessment, counseling, psychoeducation, or community mental health service delivery.</li> <li>3. Demonstrate ethical awareness and sensitivity while working with diverse populations.</li> <li>4. Gain experience in research by assisting in data collection, analysis, or report writing in applied or academic settings.</li> <li>5. Collaborate effectively with professionals and contribute to team-based interventions, workshops, or psychological services.</li> <li>6. Reflect critically on field experiences and articulate personal and professional growth.</li> <li>7. Enhance employability skills including communication, documentation, observation, interpersonal sensitivity, and organizational behavior.</li> </ol> |         |                        |
| 6                   | Credit Value                                                | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                        |
| 7                   | Total Marks                                                 | Max. Marks: 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         | Min. Passing Marks: 40 |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

## Part B- Content of the Course

**Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):**

**L-T-P:**

| Unit | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |         |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1    | <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Field Experience</b> (<i>Practical Application</i>)<br/><i>E.g., working in mental health hospitals, schools, counseling centers, NGOs, child protection services.</i></li> <li><b>Research Internship</b> (<i>Research Opportunity / Research Project</i>)<br/><i>E.g., assisting with psychological studies under a university professor or research institute.</i></li> <li><b>Service-Learning Program</b> (<i>Community Service Focus</i>)<br/><i>E.g., organizing awareness programs on mental health, substance use, or disability support.</i></li> <li><b>Externship</b> (<i>Short-Term Exposure</i>)<br/><i>E.g., shadowing a clinical psychologist, psychiatrist, or special educator.</i></li> <li><b>Apprenticeship (Hands-on Training)</b><br/><i>E.g., supporting psychological assessments, developing therapy materials, conducting psychoeducation.</i></li> <li><b>Any other work advised by the faculty</b></li> </ol> | Any one |
|      | <p>Suggested Internship Settings</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mental health hospitals or clinics (e.g., NIMHANS, GMCHs)</li> <li>Rehabilitation and de-addiction centers</li> <li>Special schools and inclusive education programs</li> <li>NGOs working on gender (women liberalization, and transgender), trauma, disability, or adolescent health</li> <li>Government mental health initiatives (e.g., DMHP, NMHP, NMBA)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |         |

|  |                                                                                                                                                                                    |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Academic departments and psychological research labs (IIT/ IIM)</li> <li>• Community centers and Anganwadi-based interventions</li> </ul> |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

#### Keywords/Tags:

1. Field Training
2. Applied Psychology
3. Research Internship
4. Community Mental Health
5. Service-Learning
6. Hands-on Experience
7. Ethical Practice
8. Psychoeducation
9. Client Interaction

#### Part C-Learning Resources

##### Text Books, Reference Books, Other resources

#### Suggested Readings:

1. American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
2. Corey, G. (2015). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
3. Geldard, K., Geldard, D., & Foo, R. Y. (2017). *Counseling children: A practical introduction* (5th ed.). Sage Publications.
4. Kottler, J. A. (2017). *On being a therapist* (5th ed.). Oxford University Press.
5. Neukrug, E. (2015). *The world of the counselor: An introduction to the counseling profession* (5th ed.). Cengage Learning.

#### Suggestive digital platforms/ web links

#### Suggested equivalent online courses:

#### Part D-Assessment and Evaluation

**Suggested Continuous Evaluation Methods:**

Maximum Marks: 100

|                                                                       |                                    |     |
|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----|
| <b>Internal Assessment:</b> Continuous Comprehensive Evaluation (CCE) | Class Test Assignment/Presentation | 0   |
| <b>External Assessment:</b>                                           |                                    | 100 |

Any remarks/ suggestions:

**इंटरनशिप / प्रशिक्षण**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                              | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | वर्ष: I                  | सेमेस्टर:1                              |
| सत्र: 2025-26                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                         |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                         |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                             | इंटर्नशिप                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                          |                                         |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                          | इंटर्नशिप / प्रशिक्षण                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |                                         |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार :(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव | इंटर्नशिप / प्रशिक्षण                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |                                         |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                     | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी ने मनोविज्ञान विषय में चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स)या चार वर्षीय स्नातक डिग्री (आनर्स विथ रिसर्च ) पूर्ण की हो ।<br>अथवा<br>मनोविज्ञान विषय में एक वर्षीय स्नातकोत्तर डिप्लोमा (पी जी डिप्लोमा) न्यूनतम 40 क्रेडिट के साथ सफलतापूर्वक पूर्ण किया हो                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                          |                                         |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)  | <div><div>1. मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों और अवधारणाओं को वास्तविक जीवन की स्थितियों में लागू करना, जैसे कि अस्पतालों, विद्यालयों, गैर-सरकारी संगठनों (NGO), या समुदाय आधारित संस्थाओं में;</div><div>2. मूल्यांकन, परामर्श, मनोशैक्षिक गतिविधियों अथवा सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में व्यावसायिक दक्षताएँ विकसित करना;</div><div>3. विविध आबादियों के साथ कार्य करते समय नैतिक जागरूकता और संवेदनशीलता का प्रदर्शन करना;</div><div>4. डेटा संग्रहण, विश्लेषण या रिपोर्ट लेखन में सहायक भूमिका निभाकर अनुसंधान का व्यावहारिक अनुभव प्राप्त करना;</div><div>5. विशेषज्ञों के साथ प्रभावी सहयोग स्थापित करना और टीम आधारित हस्तक्षेप, कार्यशालाओं या मनोवैज्ञानिक सेवाओं में योगदान देना;</div><div>6. फील्ड अनुभवों पर आलोचनात्मक चिंतन करना और व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक विकास को स्पष्ट रूप से अभिव्यक्त करना;</div><div>7. संवाद, प्रलेखन, अवलोकन, अंतरवैयक्तिक संवेदनशीलता और संगठनात्मक व्यवहार जैसी रोजगार-सम्बंधी क्षमताओं को सुदृढ़ करना।</div></div> |                          |                                         |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                                         |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                      | अधिकतम अंक: 100                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |                                         |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                         |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                         |
| इकाई                                                                          | विषय                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                          | व्याख्यान की संख्या (1 घंटा/ व्याख्यान) |

B  
5.8.25

|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                                                                                                                                                                | <ol style="list-style-type: none"> <li><b>फील्ड अनुभव (व्यावहारिक अनुप्रयोग):</b><br/>जैसे कि मानसिक स्वास्थ्य अस्पतालों, विद्यालयों, परामर्श केंद्रों, एनजीओ, या बाल संरक्षण सेवाओं में कार्य करना।</li> <li><b>अनुसंधान इंटरनशिप (अनुसंधान अवसर / परियोजना):</b><br/>जैसे कि किसी विश्वविद्यालय प्रोफेसर या शोध संस्थान के अधीन मनोवैज्ञानिक अध्ययन में सहयोग करना।</li> <li><b>सेवा-आधारित कार्यक्रम (सामुदायिक सेवा केंद्रित):</b><br/>जैसे कि मानसिक स्वास्थ्य, नशा मुक्ति, या दिव्यांगता सहयोग पर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित करना।</li> <li><b>बाह्य प्रशिक्षण (स्वल्पकालिक संपर्क):</b><br/>जैसे कि किसी नैदानिक मनोवैज्ञानिक, मनोचिकित्सक, या विशेष शिक्षक के साथ छाया कार्य करना।</li> <li><b>प्रशिक्षण-अधिगम (व्यावहारिक प्रशिक्षण):</b><br/>जैसे कि मनोवैज्ञानिक परीक्षणों में सहयोग करना, चिकित्सा सामग्री विकसित करना, या मनोशैक्षिक सत्रों का संचालन करना</li> <li><b>इसके अतिरिक्त फैकल्टी द्वारा सजेक्ट किया गया गया कोई और कोई स्थान</b></li> </ol> | कोई एक |
|                                                                                                                                                                | <b>अनुशंसित इंटरनशिप स्थल:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>मानसिक स्वास्थ्य अस्पताल या क्लीनिक (जैसे NIMHANS, GMCH);</li> <li>पुनर्वास एवं नशा मुक्ति केंद्र;</li> <li>विशेष विद्यालय एवं समावेशी शिक्षा कार्यक्रम;</li> <li>लिंग (महिला उन्मुखीकरण, ट्रांसजेंडर), आघात, दिव्यांगता या किशोर स्वास्थ्य पर कार्यरत गैर-सरकारी संगठन;</li> <li>सरकारी मानसिक स्वास्थ्य योजनाएँ (जैसे DMHP, NMHP, NMBA);</li> <li>अकादमिक विभाग और मनोवैज्ञानिक अनुसंधान प्रयोगशालाएँ (IIT/IIM);</li> <li>सामुदायिक केंद्र एवं आंगनवाड़ी आधारित हस्तक्षेप।</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |        |
|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>फील्ड प्रशिक्षण;</li> <li>अनुप्रयुक्त मनोविज्ञान;</li> <li>अनुसंधान इंटरनशिप;</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |

4. सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य;
5. सेवा-आधारित अधिगम;
6. व्यावहारिक अनुभव;
7. नैतिक आचरण;
8. मनोशैक्षिक गतिविधियाँ;
9. क्लाइंट के साथ संवाद।

#### भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
2. Corey, G. (2015). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
3. Geldard, K., Geldard, D., & Foo, R. Y. (2017). *Counseling children: A practical introduction* (5th ed.). Sage Publications.
4. Kottler, J. A. (2017). *On being a therapist* (5th ed.). Oxford University Press.
5. Neukrug, E. (2015). *The world of the counselor: An introduction to the counseling profession* (5th ed.). Cengage Learning.

अनुशंसित डिजिटल प्लेटफॉर्म /वेब लिंक

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

More than 950 apprenticeship courses are available on apprenticeship portal of government of India ( <https://www.apprenticeshipindia.gov.in/> ). Apprenticeship courses opted by a student should be of NSQF Level - 4 or above.

#### भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

अधिकतम अंक: 100

|                   |  |     |
|-------------------|--|-----|
| आंतरिक मूल्यांकन: |  | 0   |
| आकलन :            |  | 100 |

|                    |  |  |
|--------------------|--|--|
|                    |  |  |
| कोई टिप्पणी/सुझाव: |  |  |

Department of Higher Education

B<sub>2</sub>  
5.8.25

## Theory Paper

| Part A Introduction                                            |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                  |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|
| Program: 1-Year PG                                             | Class: M.A.                                                                                                    | Year: I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Semester: 2            | Session: 2025-26 |
| Subject: Psychology                                            |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                  |
| 1                                                              | Course Code                                                                                                    | CC-41                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |                  |
| 2                                                              | Course Title                                                                                                   | Health Psychology (Theory)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                  |
| 3                                                              | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific Elective/)                                                    | Core Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                  |
| 4                                                              | Pre-requisite (if any)                                                                                         | To study this course, the student must be promoted to second semester from first semester.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                  |
| 5                                                              | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                 | <p>By the end of this course, students will be able to:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Describe the foundational concepts, scope, and interdisciplinary nature of health psychology.</li> <li>2. Analyze and apply major psychological theories to understand health-related behaviors and pain management.</li> <li>3. Evaluate the role of psychological and lifestyle factors in the development and prevention of health conditions.</li> <li>4. Explain the biological and psychological mechanisms of stress and identify effective coping strategies.</li> <li>5. Assess the psychosocial dimensions of chronic illnesses and design interventions for patient well-being.</li> </ol> |                        |                  |
| 6                                                              | Credit Value                                                                                                   | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                  |
| 7                                                              | Total Marks                                                                                                    | Max. Marks: 40 + 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Min. Passing Marks: 40 |                  |
| Part B- Content of the Course                                  |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                  |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week): |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                  |
| L-T-P:                                                         |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                  |
| Unit                                                           | Topics                                                                                                         | No. of Lectures<br>(1 Hour Each)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                  |
| 1                                                              | <b>Indian Perspectives to Health and Wellness:</b><br>Definitions and changing concepts of health and illness; | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                        |                  |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|   | <p>Ayurveda wellness practices for resilience and holistic health; Yoga as therapeutic modality for stress reduction; Pratyahara (sensory withdrawal) for mental health; Healing philosophy in Ayurveda: mind-body-spirit integration; Perspectives on health: biomedical, biopsychosocial, and life-span development; Relationship of health psychology to clinical psychology, behavioral medicine, public health, medical sociology, and anthropology; Physiological foundations of health: endocrine, immune, and nervous systems; Interdisciplinary applications in health promotion and illness prevention;</p> |    |
| 2 | <p><b>Theories of Health Behavior and Pain:</b> Health Belief Model; Self-Regulation Theory and the Common-Sense Model of illness representations; Theory of Reasoned Action; Theory of Planned Behavior; The Precaution Adoption Process Model; Transtheoretical Model of Behavior Change; Theories of pain: Gate Control Theory, Neuromatrix Theory; Psychological influences on pain perception and control; Cognitive-behavioral approaches to pain management</p>                                                                                                                                                | 18 |
| 3 | <p><b>Behavioral Risk Factors and Health Promotion:</b> Psychological determinants of smoking, alcohol; consumption, drug use, and physical inactivity; Development of health habits and behavior modification strategies; Designing and evaluating interventions for improved diet, exercise adherence, and weight control; The role of prevention, public policy, and community health psychology</p>                                                                                                                                                                                                               | 18 |
| 4 | <p><b>Stress and Psychological Modifiers:</b> The biopsychosocial model of stress; Acute versus chronic stress and its physiological consequences; Cognitive appraisal and emotional regulation in stress response; Psychosocial modifiers: social support, personal control, hardiness, sense of coherence; Individual differences in</p>                                                                                                                                                                                                                                                                            | 18 |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |    |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|   | stress vulnerability: locus of control, self-efficacy, Type A and Type B personality patterns                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |
| 5 | <b>Illness, and Psychological Intervention:</b> Psychological aspects of asthma, migraine and chronic headache, hypertension, cancer, and HIV/AIDS; Women health issues: infertility, miscarriages, PCOD; Coping strategies; post-traumatic growth, illness narratives, and patient identity; Psychological interventions in chronic illness: psychoeducation, mindfulness, support groups; Multidisciplinary and community-based approaches in chronic illness management. | 18 |

#### Keywords/Tags:

1. Health Psychology
2. Biopsychosocial Model
3. Health Behavior Change Theories
4. Stress and Coping Mechanisms
5. Pain Perception and Management
6. Behavioral Risk Factors
7. Psychosocial Determinants of Health

#### Part C-Learning Resources

##### Text Books, Reference Books, Other resources

#### Suggested Readings:

1. Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health psychology: An introduction to behavior and health* (4th ed.). Belmont: Wadsworth.
2. Johnston, D. W., & Johnston, M. (2014). *Health psychology* (4th ed.). London: Palgrave Macmillan.
3. Kaptein, A. A., & Weinman, J. (2004). *Health psychology* (BPS Textbooks in Psychology). Blackwell Publishing.
4. Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., & Estacio, E. V. (2018). *Health psychology: Theory, research and practice* (5th ed.). London: Sage.
5. Morrison, V., & Bennett, P. (2020). *An introduction to health psychology* (6th ed.). Pearson Education.
6. Ogden, J. (2019). *Health psychology: A textbook* (6th ed.). London: McGraw-Hill Education.

7. Pitts, M., & Phillips, K. (1998). *The psychology of health: An introduction to health psychology* (2nd ed.). London: Routledge.
8. Rao, K. R., & Paranjpe, A. C. (2016). *Psychology in the Indian tradition*. Springer.
9. Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (3rd ed.). New York: John Wiley & Sons.
10. Taylor, S. E. (2006). *Health psychology* (6th ed.). New Delhi: McGraw-Hill.
11. कुमार, विकास. (2020). *Health Psychology: स्वास्थ्य मनोविज्ञान* (Hindi ed.). नई दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास पब्लिशर्स.
12. सिंह, ए. के. (2011) *स्वास्थ्य मनोविज्ञान*, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

#### Suggestive digital platforms/ web links

<https://www.davcollegekanpur.ac.in/assets/ebooks/Psychology/Health%20Psychology%208th%20Ed.pdf>

<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT190956.pdf>

<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde200.pdf>

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_\\_\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY\\_5689.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/___PG_M.Sc._Psychology_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY_5689.pdf)

<http://www.blackwellpublishing.com/intropsych/pdf/chapter19.pdf>

<https://dl.icdst.org/pdfs/files4/e434333a67906d356e315156b0132e98.pdf>

[https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289\\_Mar\\_3.pdf](https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289_Mar_3.pdf)

[http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2\\_introduction\\_to\\_Health\\_Psychology\\_2nd.pdf](http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2_introduction_to_Health_Psychology_2nd.pdf)

#### Suggested equivalent online courses:

[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21\\_hs29/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21_hs29/preview)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_ed16/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_ed16/preview)

**Part D-Assessment and Evaluation**

**Suggested Continuous Evaluation Methods:**

Maximum Marks: 100

Continuous Comprehensive Evaluation (CCE): 40 Marks University Exam (UE): 60 Marks

|                                                                              |                                                                                                                      |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Internal Assessment:</b> Continuous Comprehensive Evaluation (CCE)        | Class Test Assignment/Presentation                                                                                   | 40 |
| <b>External Assessment:</b><br>University Exam Section<br>Time : 03.00 Hours | <b>Section(A):</b> Very Short Questions<br><b>Section (B):</b> Short Questions<br><b>Section (C):</b> Long Questions | 60 |

**Any remarks/ suggestions:**

**सैद्धांतिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | वर्ष: I                  | सेमेस्टर: 2 |
| सत्र: 2025-26                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | CC-41                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                          |             |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | स्वास्थ्य मनोविज्ञान (सैद्धांतिक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |             |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार :(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | कोर कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                          |             |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी को प्रथम सेमेस्टर से द्वितीय सेमेस्टर में प्रोन्नत होना आवश्यक होगा                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                          |             |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | इस पाठ्यक्रम के अंत तक विद्यार्थी:<br><br>1. स्वास्थ्य मनोविज्ञान की आधारभूत अवधारणाओं, क्षेत्र और अंतर्विषयक स्वरूप का वर्णन कर सकेंगे।<br>2. स्वास्थ्य-संबंधी व्यवहार और पीड़ा प्रबंधन को समझने हेतु प्रमुख मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों का विश्लेषण एवं प्रयोग कर सकेंगे।<br>3. स्वास्थ्य स्थितियों के विकास और रोकथाम में मनोवैज्ञानिक एवं जीवनशैली संबंधी कारकों की भूमिका का मूल्यांकन कर सकेंगे।<br>4. तनाव के जैविक और मनोवैज्ञानिक तंत्रों की व्याख्या कर सकेंगे तथा प्रभावी सामना रणनीतियों की पहचान कर सकेंगे।<br>5. दीर्घकालिक बीमारियों के मनोसामाजिक पक्षों का मूल्यांकन कर सकेंगे और रोगी कल्याण हेतु इलाज की योजना बना सकेंगे। |                          |             |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |             |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |             |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
| इकाई                                                                          | विषय                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | व्याख्यान की संख्या<br>(1 घंटा/ व्याख्यान)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                          |             |
| 1                                                                             | भारतीय परिप्रेक्ष्य और स्वास्थ्य एवं कल्याण:<br>स्वास्थ्य और बीमारी की परिभाषाएँ और बदलती अवधारणाएँ;<br>लचीलेपन और समग्र स्वास्थ्य के लिए आयुर्वेद की कल्याण प्रथाएँ;<br>तनाव कम करने के लिए चिकित्सीय पद्धति के रूप में योग; मानसिक स्वास्थ्य के लिए प्रत्याहार (इंद्रिय प्रत्याहार); आयुर्वेद में उपचार दर्शन: मन-शरीर-आत्मा का एकीकरण।<br>स्वास्थ्य पर परिप्रेक्ष्य: बायोमेडिकल, बायोसाइकोसोशल और जीवन-अवधि विकास; स्वास्थ्य मनोविज्ञान का नैदानिक मनोविज्ञान, व्यवहारिक चिकित्सा, सार्वजनिक स्वास्थ्य, चिकित्सा समाजशास्त्र और नृविज्ञान से संबंध; स्वास्थ्य के शारीरिक आधार: अंतःस्त्रावी, प्रतिरक्षा | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                          |             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | और तंत्रिका तंत्र; स्वास्थ्य संवर्धन और बीमारी की रोकथाम में अंतःविषय अनुप्रयोग।                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |    |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>स्वास्थ्य व्यवहार और पीड़ा के सिद्धांत:</b> स्वास्थ्य विश्वास मॉडल; आत्म-नियमन सिद्धांत और सामान्य-बोधात्मक बीमारी प्रतिनिधित्व मॉडल; तर्कसंगत क्रिया सिद्धांत; योजनाबद्ध व्यवहार सिद्धांत; सतर्कता अंगीकरण प्रक्रिया मॉडल; व्यवहार परिवर्तन का परिवर्तनात्मक मॉडल; पीड़ा के सिद्धांत: गेट कंट्रोल सिद्धांत, न्यूरोमैट्रिक्स सिद्धांत; पीड़ा की अनुभूति और नियंत्रण में मनोवैज्ञानिक प्रभाव; पीड़ा प्रबंधन में संज्ञानात्मक-व्यवहारिक दृष्टिकोण | 18 |
| 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>व्यवहारिक जोखिम कारक और स्वास्थ्य संवर्धन:</b> धूम्रपान, शराब सेवन, मादक द्रव्यों का सेवन और शारीरिक निष्क्रियता के मनोवैज्ञानिक निर्धारक; स्वास्थ्य आदतों का विकास और व्यवहार संशोधन रणनीतियाँ; बेहतर आहार, व्यायाम अनुपालन और वजन नियंत्रण हेतु हस्तक्षेप की रचना और मूल्यांकन; रोकथाम, सार्वजनिक नीति और सामुदायिक स्वास्थ्य मनोविज्ञान की भूमिका                                                                                            | 18 |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>तनाव और मनोवैज्ञानिक निर्धारक:</b> तनाव का जैव-मनो-सामाजिक मॉडल; तीव्र बनाम दीर्घकालिक तनाव और इसके शारीरिक प्रभाव; तनाव प्रतिक्रिया में संज्ञानात्मक मूल्यांकन और भावनात्मक नियमन; मनोसामाजिक निर्धारक: सामाजिक सहयोग, व्यक्तिगत नियंत्रण, मानसिक कठोरता, समेकन की भावना; तनाव संवेदनशीलता में व्यक्तिगत अंतर: नियंत्रण केंद्र, आत्म-प्रभावकारिता, टाइप A और टाइप B व्यक्तित्व पैटर्न                                                          | 18 |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>बीमारी, और मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप:</b> अस्थमा, माइग्रेन और पुराने सिरदर्द, उच्च रक्तचाप, कैंसर, और एचआईवी/एड्स के मनोवैज्ञानिक पहलू; महिलाओं के स्वास्थ्य के मुद्दे: बांझपन, गर्भपात, PCOD; मुकाबला करने की रणनीतियाँ; अभिघातजन्य विकास, बीमारी की कथाएँ, और रोगी की पहचान; पुरानी बीमारी में मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप: मनोशिक्षा, माइंडफुलनेस, सहायता समूह; पुरानी बीमारी के प्रबंधन में बहु-अनुशासनात्मक और समुदाय-आधारित दृष्टिकोण।            | 18 |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. स्वास्थ्य मनोविज्ञान</li> <li>2. जैव-मनो-सामाजिक मॉडल</li> <li>3. स्वास्थ्य व्यवहार परिवर्तन के सिद्धांत</li> <li>4. तनाव और सामना तंत्र</li> <li>5. पीड़ा की अनुभूति और प्रबंधन</li> <li>6. व्यवहारिक जोखिम कारक</li> <li>7. स्वास्थ्य के मनोसामाजिक निर्धारक</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
| <b>भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |

अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health psychology: An introduction to behavior and health* (4th ed.). Belmont: Wadsworth.
2. Johnston, D. W., & Johnston, M. (2014). *Health psychology* (4th ed.). London: Palgrave Macmillan.
3. Kaptein, A. A., & Weinman, J. (2004). *Health psychology* (BPS Textbooks in Psychology). Blackwell Publishing.
4. Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., & Estacio, E. V. (2018). *Health psychology: Theory, research and practice* (5th ed.). London: Sage.
5. Morrison, V., & Bennett, P. (2020). *An introduction to health psychology* (6th ed.). Pearson Education.
6. Ogden, J. (2019). *Health psychology: A textbook* (6th ed.). London: McGraw-Hill Education.
7. Pitts, M., & Phillips, K. (1998). *The psychology of health: An introduction to health psychology* (2nd ed.). London: Routledge.
8. Rao, K. R., & Paranjpe, A. C. (2016). *Psychology in the Indian tradition*. Springer.
9. Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (3rd ed.). New York: John Wiley & Sons.
10. Taylor, S. E. (2006). *Health psychology* (6th ed.). New Delhi: McGraw-Hill.
11. कुमार, विकास. (2020). *Health Psychology: स्वास्थ्य मनोविज्ञान* (Hindi ed.). नई दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास पब्लिशर्स.
12. सिंह, ए. के. (2011) *स्वास्थ्य मनोविज्ञान*, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

अनुशंसित वेबलैंक:

<https://www.davcollegekanpur.ac.in/assets/ebooks/Psychology/Health%20Psychology%208th%20Ed.pdf>

<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT190956.pdf>

<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde200.pdf>

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY\\_5689.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/_PG_M.Sc._Psychology_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY_5689.pdf)

<http://www.blackwellpublishing.com/intropsych/pdf/chapter19.pdf>

<https://dl.icdst.org/pdfs/files4/e434333a67906d356e315156b0132e98.pdf>

[https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289\\_Mar\\_3.pdf](https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289_Mar_3.pdf)

[http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2\\_introduction\\_to\\_Health\\_Psychology\\_2nd.pdf](http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2_introduction_to_Health_Psychology_2nd.pdf)

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21\\_hs29/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21_hs29/preview)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_ed16/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_ed16/preview)

**भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:**

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

अधिकतम अंक: 100

सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE) अंक : 40 विश्वविद्यालयीनपरीक्षा (UE) अंक: 60

|                             |                                       |    |
|-----------------------------|---------------------------------------|----|
| आंतरिक मूल्यांकन:           | क्लास टेस्ट                           | 40 |
| सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): | असाइनमेंट/ प्रस्तुतीकरण (प्रेजेंटेशन) |    |
| आकलन :                      | अनुभाग (अ): अति लघु प्रश्न            |    |
| विश्वविद्यालयीन परीक्षा:    | अनुभाग (ब): लघु प्रश्न                | 60 |
| समय- 03.00 घंटे             | अनुभाग (स): दीर्घ उत्तरीय प्रश्न      |    |

कोई टिप्पणी/सुझाव:

## Practicum Course

| Part A Introduction                                            |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------|
| Program: 1-Year PG                                             |                                                                                                               | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Year: I                | Semester 2 |
| Session: 2025-26                                               |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |
| Subject: Psychology                                            |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |
| 1                                                              | Course Code                                                                                                   | PC-41                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                        |            |
| 2                                                              | Course Title                                                                                                  | Practicum on Health Psychology                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |            |
| 3                                                              | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific<br>Elective/Elective/ Generic<br>Elective /Vocational/.....) | Practicum Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                        |            |
| 4                                                              | Pre-requisite (if any)                                                                                        | To study this course, the student must be promoted to second semester from first semester                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |            |
| 5                                                              | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                | <p>By the end of this practical course, students will be able to:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Administer and interpret standardized psychological tests related to health behaviors, stress, coping, and psychosomatic functioning.</li> <li>2. Demonstrate proficiency in applying relaxation techniques and physiological regulation methods (e.g., biofeedback, PMR, mindfulness).</li> <li>3. Conduct and analyze psychophysiological experiments using EEG, ERP, EMG, GSR, and neurofeedback systems.</li> <li>4. Design and reflect on behavioral experiments assessing lifestyle factors and stress responses in controlled settings.</li> <li>5. Engage in field-based learning through observation and reporting of real-life applications of health psychology in clinical and community settings.</li> </ol> |                        |            |
| 6                                                              | Credit Value                                                                                                  | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |            |
| 7                                                              | Total Marks                                                                                                   | Max. Marks: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Min. Passing Marks: 40 |            |
| Part B- Content of the Course                                  |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week): |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |
| L-T-P:                                                         |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |            |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

| Unit              | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | No. of Lectures<br>(2 Hours Each) |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Part A (Any Six)  | <p><i>Each student must perform and report on at least 6 of the following test/ inventories.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perceived Stress Scale (PSS)</li> <li>2. Health Locus of Control Scale (Wallston)</li> <li>3. Coping Strategies Inventory</li> <li>4. WHO Quality of Life-BREF</li> <li>5. Lifestyle Assessment Questionnaire</li> <li>6. Type A and Type B Behavior Pattern Scale</li> <li>7. Pain Catastrophizing Scale</li> <li>8. Mental Fatigue Test (MFT-B)</li> <li>9. Health Behaviour Inventory</li> <li>10. Stress Coping Strategies Scale</li> <li>11. Resilience Scale</li> <li>12. Stress Profile- Kenneth Nowack</li> <li>13. Personal Stress &amp; Well-Being Assessment- Jon Warner</li> <li>14. Survey of Pain Attitudes</li> <li>15. Chronic Pain Coping Inventory</li> <li>16. General Pain Scale</li> <li>17. Eating Disorder Inventory-3 (EDI-3)</li> <li>18. Cornell Medical Index Health Questionnaire (CMI)</li> <li>19. Hardiness scale</li> <li>20. Menopausal Stress Scale</li> <li>21. PGI Health Questionnaire</li> </ol> | 30                                |
| Part B (Any Five) | <p><i>Hands-on training in behavioral and psychophysiological experiments relevant to health promotion and stress management.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Progressive Muscle Relaxation (PMR) and Deep Breathing</b><br/>Students will practice PMR and diaphragmatic breathing to regulate physiological arousal.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 25                                |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p><b>2. Skin Conductance (Galvanic Skin Response - GSR) Biofeedback</b></p> <p>Training to detect autonomic arousal using GSR equipment and learn its application in anxiety and stress regulation.</p> <p><b>3. Thermal Biofeedback</b></p> <p>Use of finger temperature sensors to monitor peripheral blood flow as an index of stress and emotional regulation.</p> <p><b>4. Heart Rate Variability (HRV) Training</b></p> <p>Monitoring heart rate and breathing patterns during stress and relaxation to develop emotional resilience.</p> <p><b>5. Electroencephalography (EEG) Recording</b></p> <p>Hands-on demonstration of EEG acquisition (resting and task-based), introduction to brain wave patterns (alpha, beta, theta, delta).</p> <p><b>6. Event-Related Potentials (ERP)</b></p> <p>Exposure to ERP acquisition techniques in stimulus–response paradigms; applications in attention, pain perception, and cognitive fatigue.</p> <p><b>7. Electromyography (EMG)</b></p> <p>Use of surface EMG to monitor muscle tension in stress, headache, and somatic complaints.</p> <p><b>8. Neurofeedback Training (EEG-based)</b></p> <p>Students observe how neurofeedback can be used to modify brain activity for relaxation, focus enhancement, and emotional regulation (especially relevant in ADHD, anxiety, and chronic pain).</p> <p><b>9. Mirror Drawing Task</b></p> <p>A psychomotor coordination task under novel and stressful conditions to observe frustration tolerance and learning.</p> <p><b>10. Reaction Time Testing (Simple, Choice, and Discriminative)</b></p> <p>Assessment of attention and cognitive-motor</p> |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                         | <p>processing speed under varying conditions of arousal.</p> <p><b>11. Stress Diary and Self-Monitoring Project</b><br/>A 7-day assignment in which students record daily stressors, coping mechanisms, mood, sleep, and diet patterns.</p> <p><b>12. Effect of Relaxation or Music on Physiological Markers</b><br/>Mini experimental design to observe pulse rate, breathing, or skin temperature changes following music or PMR sessions.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   |
| <b>Part C (Any One)</b> | <p><i>Students to clinical and public health settings for better understanding of real-world applications in health psychology, and prepared report based on that.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Lifestyle Clinics / Wellness Centers</b><br/>Observe preventive strategies for obesity, diabetes, and stress management.</li> <li><b>Cancer Ward / Palliative Care Center</b><br/>Understand psychological impact, grief processes, and family adjustment in chronic and terminal illness.</li> <li><b>De-addiction or Rehabilitation Center</b><br/>Explore behavioral change strategies in substance use recovery.</li> <li><b>Psychiatric Unit (Stress-Related Disorders)</b><br/>Understand psychiatric comorbidities in stress-related and somatoform disorders.</li> <li><b>PHC/CHC or Rural Health Center</b><br/>Examine community-level health education and promotion initiatives.</li> </ol> | 5 |

|  |                                                                                                                           |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <b>6. Yoga or Naturopathy Center (AYUSH)</b><br>Learn about integrative and alternative approaches to health and healing. |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**Keywords/Tags:**

1. Health Psychology
2. Psychophysiology
3. Biofeedback
4. Neurofeedback
5. Stress and Coping
6. EEG and ERP
7. EMG and GSR
8. Chronic Illness

**Part C-Learning Resources**

**Text Books, Reference Books, Other resources**

**Suggested Readings:**

1. Andreassi, J. L. (2010). *Psychophysiology: Human behavior and physiological response* (5th ed.). Psychology Press.
2. Basmajian, J. V., & Wolf, S. L. (1985). *Therapeutic electromyography: Nerve-muscle reeducation* (2nd ed.). Williams & Wilkins.
3. Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*. San Antonio, TX: The Psychological Corporation.
4. Bhargava, V. (2009). *Mental Fatigue Test (MFT-B)*. Agra: National Psychological Corporation.
5. Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health psychology: An introduction to behavior and health* (4th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
6. Carlson, N. R. (2012). *Foundations of physiological psychology* (7th ed.). Pearson.
7. Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). *Perceived Stress Scale (PSS)*. Journal of Health and Social Behavior, 24(4), 385–396.
8. Jenkins, C. D., Zyzanski, S. J., & Rosenman, R. H. (1971). *Type A Behavior Pattern Scale*. Unpublished manual, based on the Jenkins Activity Survey.
9. Jensen, M. P., & Karoly, P. (1991). *Survey of Pain Attitudes (SOPA)*. Tucson, AZ: Pain Assessment Resources.

10. Jensen, M. P., Turner, J. A., & Romano, J. M. (1995). *Chronic Pain Coping Inventory (CPCI)*. Seattle: University of Washington.
11. Lakshmi, V., & Narain, S. (2014). *Resilience Scale*. Varanasi: Prasad Psycho Corporation.
12. Peper, E., Harvey, R., & Lin, I. M. (2019). *Biofeedback and mindfulness in everyday life: Practical solutions for improving your health and performance*. Springer.
13. Sharma, M. K., & Sharma, S. (2017). *Stress Coping Strategies Scale*. Agra: National Psychological Corporation.
14. Sharma, R. A. (2004). *Biofeedback and neurotherapy: Principles and practice*. New Delhi: Anamika Publishers.
15. Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). *Multidimensional Health Locus of Control Scale*. Health Education Monographs, 6(2), 160–170.
16. WHO Regional Office for Europe. (1998). *Well-Being Index (WHO-5)*. Copenhagen: World Health Organization.
17. Wig, N. N., Pershad, D., & Verma, S. K. (1972). *Cornell Medical Index (Indian Adaptation)*. Agra: National Psychological Corporation.
18. World Health Organization. (1996). *WHO Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF)*. Geneva: WHO.

#### Suggestive digital platforms/ web links

<https://www.davcollegekanpur.ac.in/assets/ebooks/Psychology/Health%20Psychology%208th%20Ed.pdf>

<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT190956.pdf>

<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde200.pdf>

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_\\_\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY\\_5689.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/___PG_M.Sc._Psychology_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY_5689.pdf)

<http://www.blackwellpublishing.com/intropsych/pdf/chapter19.pdf>

<https://dl.icdst.org/pdfs/files4/e434333a67906d356e315156b0132e98.pdf>

[https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289\\_Mar\\_3.pdf](https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289_Mar_3.pdf)

[http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2\\_introduction\\_to\\_](http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2_introduction_to_)

**Suggested equivalent online courses:**

[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21\\_hs29/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21_hs29/preview)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_ed16/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_ed16/preview)

**Part D-Assessment and Evaluation****Suggested Continuous Evaluation Methods:**

| Internal Assessment                                                                                                                       | Marks     | External Assessment      | Marks     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| Class Interaction /Quiz                                                                                                                   | 20        | Viva Voce on Practical   | 40        |
| Attendance                                                                                                                                | 10        | Practical Record File    | 10        |
| Assignments (Charts/ Model Seminar / Rural Service/ Technology Dissemination/ Report of Excursion/ Lab Visits/ Survey / Industrial visit) | 10        | Table work / Experiments | 10        |
| <b>TOTAL</b>                                                                                                                              | <b>40</b> |                          | <b>60</b> |

**Any remarks/ suggestions:**

**प्रायोगिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                                                                                                                                                               | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | वर्ष: I | सेमेस्टर: 2                                |
|                                                                               |                                                                                                                                                                                                               | सत्र: 2025-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |                                            |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                                            |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                                                                                                                                                                              | PC-41                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |         |                                            |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                                                                                                                                                                           | प्रायोगिक स्वास्थ्य मनोविज्ञान                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                            |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार:(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव.)                                                                                                                                                 | प्रैक्टिकल कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                            |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite)<br>(यदि कोई हो)                                                                                                                                                                   | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी को प्रथम सेमेस्टर से द्वितीय सेमेस्टर में प्रोन्नत होना आवश्यक होगा।                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |                                            |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां<br>(कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)                                                                                                                                                | इस प्रायोगिक पाठ्यक्रम के अंत तक विद्यार्थी:<br><br>1. स्वास्थ्य व्यवहार, तनाव, सामना और मनोदैहिक क्रियाशीलता से संबंधित मानकीकृत मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का संचालन एवं विश्लेषण कर सकेंगे।<br>2. विश्राम तकनीकों एवं शरीर-क्रियात्मक नियमन विधियों (जैसे बायोफीडबैक, प्रोग्रेसिव मसल रिलैक्सेशन, माइंडफुलनेस) का प्रयोगात्मक अभ्यास कर सकेंगे।<br>3. ईईजी, ईआरपी, ईएमजी, जीएसआर और न्यूरोफीडबैक प्रणाली द्वारा मनोदैहिक प्रयोगों का संचालन और विश्लेषण कर सकेंगे।<br>4. जीवनशैली कारकों और तनाव प्रतिक्रिया का मूल्यांकन करने हेतु व्यवहारिक प्रयोग डिज़ाइन कर सकेंगे और आत्म-चिंतन कर सकेंगे।<br>5. नैदानिक और सामुदायिक परिवेश में स्वास्थ्य मनोविज्ञान के अनुप्रयोगों को देखकर क्षेत्रीय अधिगम में संलग्न हो सकेंगे। |         |                                            |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                                                                                                                                                                   | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |                                            |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                                                                                                                                                                       | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40                   |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                                            |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |                                            |
| इकाई                                                                          | विषय                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         | व्याख्यान की संख्या<br>(2 घंटे/ व्याख्यान) |
| भाग अ (कोई छः)                                                                | परीक्षण और मूल्यांकन उपकरण<br><br>1. तनाव बोध अनुसूची<br>2. स्वास्थ्य नियंत्रण केंद्र अनुसूची (वाल्स्टन)<br>3. सामना रणनीतियाँ सूची<br>4. WHO जीवन गुणवत्ता-संक्षिप्त रूप<br>5. जीवनशैली मूल्यांकन प्रश्नावली |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         | 30                                         |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                    | 6. टाइप A और टाइप B व्यवहार पैटर्न पैमाना<br>7. पीड़ा विचार आपदा अनुसूची<br>8. मानसिक थकान परीक्षण<br>9. स्वास्थ्य व्यवहार सूची<br>10. तनाव सामना रणनीतियाँ मापन<br>11. प्रत्यास्थता अनुसूची<br>12. तनाव प्रोफाइल – केनेथ नोवैक<br>13. व्यक्तिगत तनाव एवं कल्याण मूल्यांकन – जॉन वॉर्नर<br>14. पीड़ा दृष्टिकोण सर्वेक्षण<br>15. पुरानी पीड़ा सामना सूची<br>16. सामान्य पीड़ा अनुसूची<br>17. ईटिंग डिसऑर्डर इन्वेंटरी – 3<br>18. कॉर्नेल मेडिकल इंडेक्स स्वास्थ्य प्रश्नावली<br>19. दृढ़ता पैमाना<br>20. रजोनिवृत्ति तनाव पैमाना<br>21. पीजीआई स्वास्थ्य प्रश्नावली                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |    |
| भाग बी (कोई पांच ) | <p>विद्यार्थी निम्नलिखित व्यावहारिक एवं मनोदैहिक प्रयोग में से किसी चार का अभ्यास कर रिपोर्ट का निर्माण और विश्लेषण करेंगे:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. प्रोग्रेसिव मसल रिलैक्सेशन (पीएमआर) और गहरी श्वास</b><br/>विद्यार्थी पीएमआर और डायाफ्रामिक श्वास का अभ्यास करेंगे ताकि शरीर की उत्तेजना को नियंत्रित किया जा सके।</li> <li><b>2. त्वचा चालकता (गैवेनिक स्किन रिस्पॉन्स - जीएसआर) बायोफीडबैक</b><br/>जीएसआर उपकरण के उपयोग से स्वतःसंचालित तंत्रिका उत्तेजना को पहचानने का प्रशिक्षण मिलेगा, तथा इसका उपयोग चिंता और तनाव नियंत्रण में कैसे होता है, यह सीखा जाएगा।</li> <li><b>3. थर्मल बायोफीडबैक</b><br/>उंगली के तापमान सेंसर के उपयोग से परिधीय रक्त प्रवाह की निगरानी की जाएगी, जो तनाव और भावनात्मक नियंत्रण का संकेतक होता है।</li> <li><b>4. हृदय गति परिवर्तनशीलता (एचआरवी) प्रशिक्षण</b><br/>तनाव और विश्राम की स्थिति में हृदय गति और श्वास के पैटर्न की निगरानी करके भावनात्मक लचीलापन विकसित करने का अभ्यास किया जाएगा।</li> <li><b>5. मस्तिष्क तरंग रिकॉर्डिंग (ईईजी)</b><br/>ईईजी अधिग्रहण (विश्राम और कार्य आधारित) का प्रत्यक्ष अभ्यास, एवं मस्तिष्क तरंगों (अल्फा, बीटा, थीटा, डेल्टा) का परिचय।</li> </ol> | 25 |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                 | <p><b>6. घटना-संबंधित विभव (ईआरपी)</b><br/>उत्प्रेरक-प्रतिक्रिया प्रारूपों में ईआरपी अधिग्रहण तकनीकों का अनुभव; ध्यान, पीड़ा अनुभूति और संज्ञानात्मक थकान में इसके अनुप्रयोग।</p> <p><b>7. मांसपेशी विद्युतलेखन (ईएमजी)</b><br/>तनाव, सिरदर्द और शारीरिक शिकायतों में मांसपेशियों के तनाव की निगरानी के लिए सतही ईएमजी का उपयोग।</p> <p><b>8. न्यूरोफीडबैक प्रशिक्षण (ईईजी-आधारित)</b><br/>विद्यार्थी देखेंगे कि मस्तिष्क गतिविधियों को कैसे परिवर्तित किया जा सकता है ताकि विश्राम, एकाग्रता और भावनात्मक नियंत्रण बेहतर हो (विशेष रूप से एडीएचडी, चिंता और पुरानी पीड़ा में उपयोगी)।</p> <p><b>9. मिरर ड्राइंग कार्य</b><br/>एक मनो-गत्यात्मक समन्वय कार्य जो नई और तनावपूर्ण स्थितियों में किया जाएगा ताकि हताशा सहिष्णुता और अधिगम का परीक्षण हो सके।</p> <p><b>10. प्रतिक्रिया समय परीक्षण (सरल, विकल्पयुक्त और भेदकारी)</b><br/>विभिन्न उत्तेजना स्थितियों में ध्यान और संज्ञानात्मक-मोटर प्रसंस्करण गति का मूल्यांकन।</p> <p><b>11. तनाव डायरी और आत्म-निगरानी परियोजना</b><br/>एक सात-दिवसीय कार्य जिसमें विद्यार्थी दैनिक तनाव कारकों, सामना विधियों, मूड, नींद और आहार के पैटर्न को दर्ज करेंगे।</p> <p><b>12. विश्राम या संगीत के शारीरिक संकेतकों पर प्रभाव</b><br/>एक लघु प्रयोगात्मक डिज़ाइन जिसके माध्यम से पीएमआर या संगीत सत्रों के बाद नाड़ी, श्वास या त्वचा तापमान में होने वाले परिवर्तनों का अवलोकन किया जाएगा।</p> |   |
| भाग सी (कोई एक) | <p>विद्यार्थी किसी एक स्थान पर भ्रमण कर क्षेत्रीय अधिगम और पर्यवेक्षण रिपोर्ट का निर्माण करेंगे:</p> <p><b>1. जीवनशैली क्लिनिक / वेलनेस सेंटर</b><br/>मोटापा, मधुमेह और तनाव प्रबंधन के लिए अपनाई जा रही रोकथाम रणनीतियों का अवलोकन।</p> <p><b>2. कैंसर वार्ड / पराश्रयी देखभाल केंद्र</b><br/>दीर्घकालिक और असाध्य रोगों में मनोवैज्ञानिक प्रभाव, शोक की प्रक्रिया और परिवार के समायोजन को समझना।</p> <p><b>3. व्यसन मुक्ति या पुनर्वास केंद्र</b><br/>नशा मुक्ति के लिए व्यवहार परिवर्तन की रणनीतियों का अध्ययन।</p> <p><b>4. मनोरोग इकाई (तनाव-संबंधी विकारों हेतु)</b><br/>तनाव और सोमाटोफॉर्म विकारों में मनोचिकित्सीय सह-रुग्णता (comorbidity) को समझना।</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5 |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>5. प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र / सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र / ग्रामीण स्वास्थ्य केंद्र<br/>सामुदायिक स्तर पर स्वास्थ्य शिक्षा और संवर्धन कार्यक्रमों का निरीक्षण।</p> <p>6. योग या प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र (आयुष प्रणाली)<br/>स्वास्थ्य और उपचार के लिए एकीकृत एवं वैकल्पिक दृष्टिकोणों को समझना।</p> |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

सार बिंदु (कीवर्ड) / टैग:

1. स्वास्थ्य मनोविज्ञान
2. मनोदैहिक क्रियावली
3. बायोफीडबैक
4. न्यूरोफीडबैक
5. तनाव और सामना
6. ईईजी और ईआरपी
7. ईएमजी और जीएसआर
8. दीर्घकालिक रोग

भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Andreassi, J. L. (2010). *Psychophysiology: Human behavior and physiological response* (5th ed.). Psychology Press.
2. Basmajian, J. V., & Wolf, S. L. (1985). *Therapeutic electromyography: Nerve-muscle reeducation* (2nd ed.). Williams & Wilkins.
3. Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*. San Antonio, TX: The Psychological Corporation.
4. Bhargava, V. (2009). *Mental Fatigue Test (MFT-B)*. Agra: National Psychological Corporation.
5. Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health psychology: An introduction to behavior and health* (4th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
6. Carlson, N. R. (2012). *Foundations of physiological psychology* (7th ed.). Pearson.
7. Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). *Perceived Stress Scale (PSS)*. Journal of Health and Social Behavior, 24(4), 385–396.
8. Jenkins, C. D., Zyzanski, S. J., & Rosenman, R. H. (1971). *Type A Behavior Pattern Scale*. Unpublished manual, based on the Jenkins Activity Survey.

9. Jensen, M. P., & Karoly, P. (1991). *Survey of Pain Attitudes (SOPA)*. Tucson, AZ: Pain Assessment Resources.
10. Jensen, M. P., Turner, J. A., & Romano, J. M. (1995). *Chronic Pain Coping Inventory (CPCI)*. Seattle: University of Washington.
11. Lakshmi, V., & Narain, S. (2014). *Resilience Scale*. Varanasi: Prasad Psycho Corporation.
12. Peper, E., Harvey, R., & Lin, I. M. (2019). *Biofeedback and mindfulness in everyday life: Practical solutions for improving your health and performance*. Springer.
13. Sharma, M. K., & Sharma, S. (2017). *Stress Coping Strategies Scale*. Agra: National Psychological Corporation.
14. Sharma, R. A. (2004). *Biofeedback and neurotherapy: Principles and practice*. New Delhi: Anamika Publishers.
15. Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). *Multidimensional Health Locus of Control Scale*. Health Education Monographs, 6(2), 160–170.
16. WHO Regional Office for Europe. (1998). *Well-Being Index (WHO-5)*. Copenhagen: World Health Organization.
17. Wig, N. N., Pershad, D., & Verma, S. K. (1972). *Cornell Medical Index (Indian Adaptation)*. Agra: National Psychological Corporation.
18. World Health Organization. (1996). *WHO Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF)*. Geneva: WHO.

अनुशंसित डिजिटल प्लेटफार्म / वेब लिंक :

<https://www.davcollegekanpur.ac.in/assets/ebooks/Psychology/Health%20Psychology%208th%20Ed.pdf>

<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT190956.pdf>

<https://docs.uoc.ac.in/website/SDE/sde200.pdf>

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY\\_5689.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/_PG_M.Sc._Psychology_M.Sc-363441-HEALTH%20PSYCHOLOGY_5689.pdf)

<http://www.blackwellpublishing.com/intropsych/pdf/chapter19.pdf>

<https://dl.icdst.org/pdfs/files4/e434333a67906d356e315156b0132e98.pdf>

[https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289\\_Mar\\_3.pdf](https://is.muni.cz/el/1423/jaro2017/PSY289/um/68158502/Psy289_Mar_3.pdf)

[http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2\\_introduction\\_to\\_](http://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/z2t6m2_introduction_to_)

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

[https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21\\_hs29/preview](https://onlinecourses.nptel.ac.in/noc21_hs29/preview)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22\\_ed16/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec22_ed16/preview)

**भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:**

| आंतरिक मूल्यांकन                                                                                                                   | अंक | बाह्य मूल्यांकन          | अंक |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------|-----|
| कक्षा सहभागिता / प्रश्नोत्तरी                                                                                                      | 20  | प्रायोगिक मौखिकी (वायवा) | 40  |
| उपस्थिति                                                                                                                           | 10  | प्रायोगिक रिकॉर्ड फाइल   | 10  |
| असाइनमेंट्स (चार्ट/मॉडल/सेमिनार/ग्रामीण सेवा/प्रौद्योगिकी प्रसार/शैक्षणिक भ्रमण रिपोर्ट/प्रयोगशाला भ्रमण/सर्वेक्षण/औद्योगिक भ्रमण) | 10  | टेबल वर्क/प्रयोग         | 10  |
| कुल अंक                                                                                                                            | 40  |                          | 60  |

कोई टिप्पणी/सुझाव:

## Theory Paper

| Part A Introduction                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------|
| Program: 1 year PG                                             |                                                                                                                                                             | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Year: I | Semester: 2                      |
| Session: 2025-26                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
| Subject: Psychology                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
| 1                                                              | Course Code                                                                                                                                                 | CC-42                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |                                  |
| 2                                                              | Course Title                                                                                                                                                | Counselling and Psychotherapy (Theory)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |                                  |
| 3                                                              | Course Type (Core Course/ Discipline Specific Elective/)                                                                                                    | Core Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                  |
| 4                                                              | Pre-requisite (if any)                                                                                                                                      | To study this course, the student must be promoted to second semester from first semester                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                  |
| 5                                                              | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                                                              | By the end of this course, students will be able to:<br><br>1. Analyze the philosophical foundations and clinical goals of major psychotherapeutic approaches.<br>2. Differentiate supportive, re-educative, and reconstructive forms of psychotherapy.<br>3. Compare therapeutic techniques and strategies across major models.<br>4. Evaluate the effectiveness and applicability of various therapies across clinical populations.<br>5. Integrate third-wave cognitive-behavioral therapies into a broader theoretical framework.<br>6. Begin forming an ethical, evidence-informed, and culturally competent personal approach to counseling. |         |                                  |
| 6                                                              | Credit Value                                                                                                                                                | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         |                                  |
| 7                                                              | Total Marks                                                                                                                                                 | Max. Marks: 40 + 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         | Min. Passing Marks: 40           |
| Part B- Content of the Course                                  |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week): |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
| L-T-P:                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |                                  |
| Unit                                                           | Topics                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         | No. of Lectures<br>(1 Hour Each) |
| 1                                                              | Therapeutic Traditions in Indian Psychology:<br>Nature, objectives, and evolution of psychotherapy and counselling; Common factors in effective therapy and |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         | 18                               |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |    |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|   | counselling:Bhagavad Gita as a therapeutic dialogue: Understanding Arjuna's crisis and Krishna's counseling as an existential psychospiritual intervention; Yoga psychology in psychotherapy: Use of Yama, Niyama, Dhyana, and Samadhi in behavioral and emotional regulation; Integral Yoga psychotherapy; Overview of Wolberg's classification: Supportive, Re-educative, and Reconstructive therapies; Aims, process, and therapeutic value of supramental transformation; The counselor as a person: personal qualities and professional ethics; The therapeutic relationship: transference, countertransference, rapport; gurū-chelā (master-disciple) relationship |    |
| 2 | <b>Counselling concepts and skills:</b><br>Defining counselling, difference – counselling-psychotherapy, psychodynamiccounselling, career counselling: importance, scope, theories; couple and family counselling;counseling for abuse, addiction, disability counseling; school counselling, Creative Approaches to Counseling                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 18 |
| 3 | <b>Behavioral, Cognitive, and Constructivist Approaches:</b><br>Behavior therapy and operant techniques;<br>Cognitive therapy (Beck's model); Rational Emotive Behavior Therapy (Ellis); Reality therapy and Choice theory (Glasser); Solution-Focused Brief Therapy; Narrative Therapy and Constructivist models                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 18 |
| 4 | <b>Multicultural, Feminist, Systemic, and Eclectic Approaches:</b> Family systems, strategic, and structural therapies; Feminist therapy and liberation psychology; Multicultural counseling: race, gender, caste, disability, and intersectionality; Technical eclecticism and theoretical integration; Evidence-based case conceptualization                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 18 |
| 5 | <b>Contemporary Developments and Third-Wave Therapies:</b><br>Integration of mindfulness in psychotherapy;<br>Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT);<br>Mindfulness-Based Stress Reduction Therapy (MBSRT);                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 18 |

|  |                                                                                                                                                                                    |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | Acceptance and Commitment Therapy (ACT); Dialectical Behavior Therapy (DBT); Transpersonal, body-centered, and expressive arts therapies; Artificial Intelligence in Psychotherapy |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

#### Keywords/Tags:

1. Psychotherapy
2. Counseling Theories
3. Psychoanalysis
4. Humanistic Therapy
5. Behavior Therapy
6. Cognitive Therapy
7. Mindfulness-Based Therapies
8. Reconstructive Psychotherapy
9. Therapeutic Alliance

#### Part C-Learning Resources

##### Text Books, Reference Books, Other resources

#### Suggested Readings:

1. Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (Eds.). (2016). Counseling and psychotherapy: Theories and interventions (6th ed.). American Counseling Association.
2. Corey, G. (2008). Theory and practice of counseling and psychotherapy (8th ed.). Brooks/Cole.
3. Gladding, S. T. (Year). *Counseling: A comprehensive profession* (8th ed.). Pearson.
4. Harris, R. (2019). ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy (2nd ed.). New Harbinger.
5. Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change (2nd ed.). Guilford Press.
6. Linehan, M. M. (2015). DBT skills training manual (2nd ed.). Guilford Press.
7. Luxton, D. D. (Ed.). (2016). Artificial intelligence in behavioral and mental health care. Academic Press.
8. Rowan, J. (2005). The transpersonal: Spirituality in psychotherapy and counselling (2nd ed.). Routledge.
9. Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2018). Mindfulness-based cognitive therapy for depression (2nd ed.). Guilford Press.
10. Wolberg, L. R. (2013). The techniques of psychotherapy (5th ed.). Jason Aronson.

11. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.
12. सिंह, ए. के. (2011) उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

#### Suggestive digital platforms/ web links

<https://www.egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/77863/1/Unit-16.pdf>

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://www.researchgate.net/publication/339140599\\_Counselling\\_and\\_Psychotherapy\\_Is\\_There\\_Any\\_Difference](https://www.researchgate.net/publication/339140599_Counselling_and_Psychotherapy_Is_There_Any_Difference)

[https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230\\_book\\_item\\_67230.pdf](https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230_book_item_67230.pdf)

[https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8\\_counseling%20psychotherapy.pdf](https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8_counseling%20psychotherapy.pdf)

#### Suggested equivalent online courses:

<https://www.coursera.org/learn/learn-ipt>

<https://www.coursera.org/learn/addiction-treatment>

<https://www.coursera.org/learn/behavioral-change>

[https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view\\_pg/684](https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view_pg/684)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25\\_hs52/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25_hs52/preview)

#### Part D-Assessment and Evaluation

#### Suggested Continuous Evaluation Methods:

Maximum Marks: 100

Continuous Comprehensive Evaluation (CCE): 40 Marks University Exam (UE): 60 Marks

|                                                                           |                                                                                                                      |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Internal Assessment:</b> Continuous Comprehensive Evaluation (CCE)     | Class Test Assignment/Presentation                                                                                   | 40 |
| <b>External Assessment:</b> University Exam Section<br>Time : 03.00 Hours | <b>Section(A):</b> Very Short Questions<br><b>Section (B):</b> Short Questions<br><b>Section (C):</b> Long Questions | 60 |

#### Any remarks/ suggestions:

**सैद्धांतिक प्रश्नपत्र**

| <b>भाग अ - परिचय</b>         |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                          |             |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी. |                                                                | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | वर्ष: I                  | सेमेस्टर: 2 |
| सत्र: 2025-26                |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                          |             |
| विषय: मनोविज्ञान             |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                          |             |
| 1                            | पाठ्यक्रम का कोड                                               | <b>CC-42</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                          |             |
| 2                            | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                            | परामर्श और मनोचिकित्सा (सैद्धांतिक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                          |             |
| 3                            | पाठ्यक्रम का प्रकार : (कोर कोर्स/ डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव | कोर कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                          |             |
| 4                            | पूर्वपिक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                        | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी को प्रथम सेमेस्टर से द्वितीय सेमेस्टर में प्रोन्नत होना आवश्यक होगा ।                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                          |             |
| 5                            | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)    | इस पाठ्यक्रम के अंत तक विद्यार्थी: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. प्रमुख मनोचिकित्सात्मक दृष्टिकोणों की दार्शनिक नींव और नैदानिक उद्देश्यों का विश्लेषण कर सकेंगे।</li> <li>2. सहायक, पुनःशिक्षात्मक, और पुनर्निर्माणात्मक प्रकार की मनोचिकित्सा में अंतर कर सकेंगे।</li> <li>3. विभिन्न मनोचिकित्सात्मक मॉडलों में प्रयुक्त तकनीकों और रणनीतियों की तुलना कर सकेंगे।</li> <li>4. विभिन्न नैदानिक समूहों में विभिन्न उपचारों की प्रभावशीलता और प्रयोज्यता का मूल्यांकन कर सकेंगे।</li> <li>5. तृतीय-तरंग संज्ञानात्मक-व्यवहारिक उपचारों को व्यापक सैद्धांतिक ढांचे में एकीकृत कर सकेंगे।</li> <li>6. एक नैतिक, प्रमाण-आधारित और सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील परामर्श पद्धति का निर्माण प्रारंभ कर सकेंगे।</li> </ol> |                          |             |
| 6                            | क्रेडिट मान                                                    | <b>6</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |             |
| 7                            | कुल अंक                                                        | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |             |

**भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु**

| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| इकाई                                                                          | विषय                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | व्याख्यान की संख्या (1 घंटा/ व्याख्यान) |
| 1                                                                             | <b>भारतीय मनोविज्ञान में चिकित्सीय परंपराएँ:</b><br>मनोचिकित्सा और परामर्श की प्रकृति, उद्देश्य और विकास; प्रभावी चिकित्सा और परामर्श में सामान्य कारक: एक चिकित्सीय संवाद के रूप में भगवद गीता: अर्जुन के संकट और कृष्ण के परामर्श को एक अस्तित्वगत मनो-आध्यात्मिक हस्तक्षेप के रूप में समझना; मनोचिकित्सा में योग मनोविज्ञान: व्यवहारिक और भावनात्मक विनियमन में यम, नियम, ध्यान और समाधि का उपयोग; एकात्म योग मनोचिकित्सा; वोल्बर्ग के वर्गीकरण का अवलोकन: सहायक | 18                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | (सपोर्टिव), पुनर्शिक्षात्मक (री-एजुकेटिव), और पुनर्निर्माणकारी (रिकंस्ट्रक्टिव) चिकित्साएँ; अतिमानसिक रूपांतरण के लक्ष्य, प्रक्रिया और चिकित्सीय मूल्य; परामर्शदाता एक व्यक्ति के रूप में: व्यक्तिगत गुण और व्यावसायिक नैतिकता; चिकित्सीय संबंध: स्थानांतरण (ट्रांसफरेंस), प्रति-स्थानांतरण (काउंटर-ट्रांसफरेंस), तालमेल (रैपोर्ट); गुरु-चेला संबंध।                              |    |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>शास्त्रीय मनोविश्लेषणात्मक और मानववादी मॉडल:</b><br>मनोविश्लेषणात्मक उपचार (फ्रायड, वस्तु संबंध, आत्म-संवेदन); एडलरियन मनोचिकित्सा (व्यक्तिगत मनोविज्ञान); युंग विश्लेषणात्मक उपचार; व्यक्ति-केंद्रित उपचार (कार्ल रॉजर्स); अस्तित्ववादी और गेष्टाल्ट उपचार; अंतर्दृष्टि-आधारित उपचारों की तकनीकें और चिकित्सक की भूमिका                                                       | 18 |
| 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>व्यवहारिक, संज्ञानात्मक और निर्माणवादी दृष्टिकोण:</b> व्यवहार उपचार और प्रेरण तकनीकें; संज्ञानात्मक उपचार (बेक का मॉडल); तर्कसंगत भावनात्मक व्यवहारिक चिकित्सा (एलिस); यथार्थवादी चिकित्सा और चुनाव सिद्धांत (ग्लासर); समाधान-केंद्रित लघु चिकित्सा; आख्यायन उपचार और निर्माणवादी मॉडल                                                                                         | 18 |
| 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>बहुसांस्कृतिक, नारीवादी, प्रणालीगत और एकीकृत दृष्टिकोण:</b> पारिवारिक प्रणाली, रणनीतिक और संरचनात्मक चिकित्सा; नारीवादी चिकित्सा और मुक्ति मनोविज्ञान; बहुसांस्कृतिक परामर्श: जाति, वर्ग, लिंग, विकलांगता, अंतरसंयोजन; तकनीकी समावेशिता और सैद्धांतिक एकीकरण; प्रमाण-आधारित केस संकल्पना                                                                                       | 18 |
| 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>समकालीन प्रवृत्तियाँ और तृतीय-तरंग उपचार:</b> मनोचिकित्सा में माइंडफुलनेस का समावेश; माइंडफुलनेस-आधारित संज्ञानात्मक चिकित्सा (MBCT); माइंडफुलनेस-आधारित तनाव न्यूनीकरण चिकित्सा (MBSRT); स्वीकृति और प्रतिबद्धता चिकित्सा (ACT); द्वंद्वत्मक व्यवहार चिकित्सा (DBT); पारलौकिक, शारीरिक-केन्द्रित और अभिव्यक्तिपूर्ण कला उपचार; ; मनोचिकित्सा में कृत्रिम बुद्धिमत्ता का उपयोग | 18 |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. मनोचिकित्सा</li> <li>2. परामर्श सिद्धांत</li> <li>3. मनोविश्लेषण</li> <li>4. मानववादी चिकित्सा</li> <li>5. व्यवहार चिकित्सा</li> <li>6. संज्ञानात्मक चिकित्सा</li> <li>7. माइंडफुलनेस-आधारित उपचार</li> <li>8. पुनर्निर्माणात्मक मनोचिकित्सा</li> <li>9. चिकित्सीय गठबंधन</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |    |

भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (Eds.). (2016). Counseling and psychotherapy: Theories and interventions (6th ed.). American Counseling Association.
2. Corey, G. (2008). Theory and practice of counseling and psychotherapy (8th ed.). Brooks/Cole.
3. Gladding, S. T. (Year). *Counseling: A comprehensive profession* (8th ed.). Pearson.
4. Harris, R. (2019). ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy (2nd ed.). New Harbinger.
5. Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change (2nd ed.). Guilford Press.
6. Linehan, M. M. (2015). DBT skills training manual (2nd ed.). Guilford Press.
7. Luxton, D. D. (Ed.). (2016). Artificial intelligence in behavioral and mental health care. Academic Press.
8. Rowan, J. (2005). The transpersonal: Spirituality in psychotherapy and counselling (2nd ed.). Routledge.
9. Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2018). Mindfulness-based cognitive therapy for depression (2nd ed.). Guilford Press.
10. Wolberg, L. R. (2013). The techniques of psychotherapy (5th ed.). Jason Aronson.
11. शुक्ला, अनुपम, & त्रिपाठी, हरिगोविन्द (2023). मनोविज्ञान का परिचय (Introduction to Psychology). मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल.
12. सिंह, ए. के. (2011) उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली

<https://www.egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/77863/1/Unit-16.pdf>

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://www.researchgate.net/publication/339140599\\_Counselling\\_and\\_Psychotherapy\\_Is\\_There\\_Any\\_Difference](https://www.researchgate.net/publication/339140599_Counselling_and_Psychotherapy_Is_There_Any_Difference)

[https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230\\_book\\_item\\_67230.pdf](https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230_book_item_67230.pdf)

[https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8\\_counseling%20psychotherapy.pdf](https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8_counseling%20psychotherapy.pdf)

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

<https://www.coursera.org/learn/learn-ipt>

<https://www.coursera.org/learn/addiction-treatment>

<https://www.coursera.org/learn/behavioral-change>

[https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view\\_pg/684](https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view_pg/684)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25\\_hs52/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25_hs52/preview)

**भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:**

अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:

अधिकतम अंक: 100

सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE) अंक : 40 विश्वविद्यालयीनपरीक्षा (UE) अंक: 60

|                                                       |                                                                                          |    |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| आंतरिक मूल्यांकन:<br>सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE):      | क्लास टेस्ट<br>असाइनमेंट/ प्रस्तुतीकरण (प्रेजेंटेशन)                                     | 40 |
| आकलन :<br>विश्वविद्यालयीन परीक्षा:<br>समय- 03.00 घंटे | अनुभाग (अ): अति लघु प्रश्न<br>अनुभाग (ब): लघु प्रश्न<br>अनुभाग (स): दीर्घ उत्तरीय प्रश्न | 60 |

कोई टिप्पणी/सुझाव:

## Practicum Course

| Part A Introduction           |                                                                                                      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                  |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|
| Program: 1 year PG            |                                                                                                      | Class: M.A. | Year: I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Semester: 2            | Session: 2025-26 |
| Subject: Psychology           |                                                                                                      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                  |
| 1                             | Course Code                                                                                          |             | PC-42                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                  |
| 2                             | Course Title                                                                                         |             | Applied Practicum in Counselling and Psychotherapeutic Skills                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                        |                  |
| 3                             | Course Type (Core Course/ Discipline Specific Elective/Elective/ Generic Elective /Vocational/.....) |             | Practicum Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                  |
| 4                             | Pre-requisite (if any)                                                                               |             | To study this course, the student must be promoted to second semester from first semester                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                        |                  |
| 5                             | Course Learning outcomes (CLO)                                                                       |             | By the end of this practicum, students will be able to:<br><br>1. Demonstrate core counseling microskills including active listening, reflection, summarizing, and confrontation.<br>2. Establish and maintain a therapeutic relationship using ethical and culturally responsive practices.<br>3. Apply theory-specific techniques (e.g., CBT, person-centered, mindfulness-based) in simulated settings.<br>4. Formulate client cases using appropriate theoretical and clinical models.<br>5. Conduct intake interviews, set goals, and evaluate progress in mock sessions.<br>6. Engage in self-reflection and supervision to improve personal effectiveness as a therapist. |                        |                  |
| 6                             | Credit Value                                                                                         |             | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |                  |
| 7                             | Total Marks                                                                                          |             | Max. Marks: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Min. Passing Marks: 40 |                  |
| Part B- Content of the Course |                                                                                                      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                  |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):

L-T-P:

| Unit                 | Topics                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | No. of Lectures<br>(2 Hours Each) |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Part A (All of them) | <p><i>Each student must perform and report all of the following Core Counseling Skills Training using the Ivey model</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Attending Behavior</b> – Eye contact, body posture, vocal tone, verbal tracking</li><li>2. <b>Open and Closed Questions</b> – Gathering information, encouraging elaboration</li><li>3. <b>Encouraging, Paraphrasing, and Summarizing</b> – Demonstrating active listening and organizing content</li><li>4. <b>Reflecting Feelings</b> – Communicating empathy and emotional understanding</li><li>5. <b>Confrontation</b> – Identifying discrepancies in thought or behavior</li><li>6. <b>Focusing</b> – Guiding attention to client, problem, or family/system</li><li>7. <b>Reflection of Meaning and Reframing</b> – Helping clients find deeper significance</li><li>8. <b>Use of Self-Disclosure</b> – Sharing appropriately to support client insight</li><li>9. <b>Influencing Skills</b> – E.g., logical consequences, directives, interpretation, feedback</li></ol> <p><b>Activities:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Microskills lab</li><li>• Role-plays in triads (counselor–client–observer)</li><li>• Receive structured feedback</li><li>• Practice progressively</li><li>• Supervised feedback and skills checklist</li></ul> | 25                                |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Part B (Any six)</b> | <p><i>Students will complete the following tasks and make report on it:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conduct a complete intake interview with a real / mock client.</li> <li>2. Collect biopsychosocial and cultural history in a structured format.</li> <li>3. Assess suicide risk using a structured risk assessment tool.</li> <li>4. Write a diagnostic summary using ICD/DSM framework (non-clinical use).</li> <li>5. Apply person-centered responses in practice interviews.</li> <li>6. Demonstrate thought challenging using the ABCDE model (REBT/CBT).</li> <li>7. Prepare CBT / REBT based case formulation</li> <li>8. Practice exposure and response prevention in behavioral role-play.</li> <li>9. Conduct a mindfulness grounding or body scan exercise (MBCT/MBSR).</li> <li>10. Demonstrate a values clarification or defusion technique (ACT).</li> <li>11. Teach emotion regulation or distress tolerance using DBT tools.</li> <li>12. Administer at least one basic psychometric tool (e.g., GAD-7 or BDI-II) and interpret the results in context.</li> </ol> | <p>30</p> |
| <b>Part C (Any One)</b> | <p><i>Students will complete the following tasks and make report on it:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Write a full process recording of a 15-minute practice session.</li> <li>2. Develop a CBT-based case conceptualization including thought–emotion–behavior links.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>5</p>  |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Formulate one psychodynamic-oriented case using core conflictual relationship themes.</li> <li>4. Compare two theoretical formulations for the same client presentation.</li> <li>5. Maintain a reflective journal with weekly entries on personal reactions and countertransference.</li> <li>6. Role-play a therapy rupture and resolution with feedback integration.</li> <li>7. Submit two recorded sessions with supervisor review and annotated transcripts.</li> <li>8. Write a termination plan and progress summary for a simulated client.</li> <li>9. Any other report suggested by the faculty</li> </ol> |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**Keywords/Tags:**

1. Counseling Microskills
2. Therapeutic Communication
3. Intake Interview
4. Cognitive Behavioral Techniques
5. Role-play and Supervised Practice

**Part C-Learning Resources**

**Text Books, Reference Books, Other resources**

**Suggested Readings:**

1. Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). Guilford Press.
2. Eells, T. D. (2015). *Handbook of psychotherapy case formulation* (2nd ed.). Guilford Press.
3. Harris, R. (2019). *ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy* (2nd ed.). New Harbinger Publications.
4. Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Zalaquett, C. P. (2018). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society* (9th ed.). Cengage Learning.
5. Linehan, M. M. (2015). *DBT skills training manual* (2nd ed.). Guilford Press.
6. Nelson-Jones, R. (2014). *Practical counselling and helping skills: Text and activities for the lifeskills counselling model* (6th ed.). Sage.

7. Neukrug, E. (2015). *The skilled helper: A problem-management and opportunity-development approach to helping* (10th ed.). Cengage Learning.

#### Suggestive digital platforms/ web links

<https://www.egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/77863/1/Unit-16.pdf>

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)

[https://www.researchgate.net/publication/339140599\\_Counselling\\_and\\_Psychotherapy\\_Is\\_There](https://www.researchgate.net/publication/339140599_Counselling_and_Psychotherapy_Is_There)

Any\_Difference

[https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230\\_book\\_item\\_67230.pdf](https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230_book_item_67230.pdf)

[https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8\\_counseling%20psychotherapy.pdf](https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8_counseling%20psychotherapy.pdf)

#### Suggested equivalent online courses:

<https://www.coursera.org/learn/learn-ipt>

<https://www.coursera.org/learn/addiction-treatment>

<https://www.coursera.org/learn/behavioral-change>

[https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view\\_pg/684](https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view_pg/684)

[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25\\_hs52/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25_hs52/preview)

#### Part D-Assessment and Evaluation

#### Suggested Continuous Evaluation Methods:

| Internal Assessment                                                                                                                       | Marks     | External Assessment      | Marks     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| Class Interaction /Quiz                                                                                                                   | 20        | Viva Voce on Practical   | 40        |
| Attendance                                                                                                                                | 10        | Practical Record File    | 10        |
| Assignments (Charts/ Model Seminar / Rural Service/ Technology Dissemination/ Report of Excursion/ Lab Visits/ Survey / Industrial visit) | 10        | Table work / Experiments | 10        |
| <b>TOTAL</b>                                                                                                                              | <b>40</b> |                          | <b>60</b> |

#### Any remarks/ suggestions:

B<sub>2</sub>  
5.8.25

**प्रायोगिक प्रश्नपत्र**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | वर्ष: I | सेमेस्टर: 2                                |
|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                 | सत्र: 2025-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                            |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                            |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                                                                                                                                                                                                                                | PC-42                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         |                                            |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                                                                                                                                                                                                                             | परामर्श और मनोचिकित्सीय कौशल में अनुप्रयुक्त प्रायोगिक अभ्यास                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |         |                                            |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार:(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव.)                                                                                                                                                                                                   | प्रैक्टिकल कोर्स                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |                                            |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite)<br>(यदि कोई हो)                                                                                                                                                                                                                     | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी को प्रथम सेमेस्टर से द्वितीय सेमेस्टर में प्रोन्नत होना आवश्यक होगा                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |                                            |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां<br>(कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)                                                                                                                                                                                                  | इस प्रायोगिक पाठ्यक्रम के अंत में छात्र:<br><br>1. सक्रिय श्रवण, भाव प्रतिबिंब, सार-संक्षेपण और टकराव जैसे मुख्य परामर्श सूक्ष्म-कौशलों का प्रदर्शन कर सकेंगे।<br>2. नैतिक और सांस्कृतिक रूप से उत्तरदायी विधियों का प्रयोग करते हुए चिकित्सीय संबंध स्थापित और बनाए रख सकेंगे।<br>3. सैद्धांतिक-विशिष्ट तकनीकों (जैसे कि CBT, पर्सन-सेंटर्ड, माइंडफुलनेस-आधारित) को सिम्युलेटेड परिस्थितियों में लागू कर सकेंगे।<br>4. उपयुक्त सैद्धांतिक और नैदानिक मॉडलों का उपयोग करते हुए क्लाइंट केस का सूत्रीकरण कर सकेंगे।<br>5. इनटेक इंटरव्यू करना, लक्ष्य निर्धारित करना, और मॉक सत्रों में प्रगति का मूल्यांकन करना सीख सकेंगे।<br>6. आत्म-चिंतन और पर्यवेक्षण की सहायता से चिकित्सक के रूप में व्यक्तिगत प्रभावशीलता में सुधार कर सकेंगे। |         |                                            |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                                                                                                                                                                                                                     | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |                                            |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                                                                                                                                                                                                                         | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40                   |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                            |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |                                            |
| इकाई                                                                          | विषय                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         | व्याख्यान की संख्या<br>(2 घंटे/ व्याख्यान) |
| भाग अ (समस्त )                                                                | प्रत्येक विद्यार्थी को निम्नलिखित सभी मूल परामर्श कौशलों का Ivey मॉडल के अनुसार अभ्यास करना होगा:<br><br>1. उपस्थित व्यवहार – नेत्र संपर्क, शारीरिक मुद्रा, स्वर टोन, मौखिक अनुवर्ती<br>2. खुले और बंद प्रश्न – जानकारी एकत्र करना, विस्तार को प्रोत्साहित करना |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         | 25                                         |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |    |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                 | <p>3. प्रोत्साहन, पुनर्वाक्यांशण और संक्षेपण – सक्रिय श्रवण और विषय-वस्तु को व्यवस्थित करना</p> <p>4. भावनाओं का प्रतिबिंब – सहानुभूति और भावनात्मक समझ को प्रकट करना</p> <p>5. टकराव (Confrontation) – विचारों या व्यवहार में विसंगतियों की पहचान करना</p> <p>6. ध्यान केंद्रित करना (Focusing) – क्लाइंट, समस्या या पारिवारिक/प्रणालीगत विषयों पर ध्यान देना</p> <p>7. अर्थ प्रतिबिंब और पुनर्परिभाषा – क्लाइंट को गहरे अर्थ खोजने में सहायता देना</p> <p>8. स्व-प्रकटीकरण का उपयोग – क्लाइंट की अंतर्दृष्टि बढ़ाने के लिए उपयुक्त व्यक्तिगत जानकारी साझा करना</p> <p>9. प्रभावकारी कौशलों का प्रयोग – जैसे कि तार्किक परिणाम, निर्देशन, व्याख्या, प्रतिक्रिया</p> <p><b>गतिविधियाँ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• माइक्रोस्किल प्रयोगशाला</li> <li>• तृतीय भूमिकाएँ (काउंसलर-क्लाइंट-प्रेक्षक)</li> <li>• संरचित प्रतिक्रिया प्राप्त करना</li> <li>• क्रमिक अभ्यास</li> <li>• पर्यवेक्षित प्रतिक्रिया और कौशल चेकलिस्ट</li> </ul> |    |
| भाग बी (कोई छः) | <p>विद्यार्थी निम्नलिखित कार्यों को पूरा करेंगे और उस पर रिपोर्ट प्रस्तुत करेंगे:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. वास्तविक/प्रशिक्षण क्लाइंट के साथ एक संपूर्ण इनटेक इंटरव्यू करना</li> <li>2. संरचित प्रारूप में जैव-मनो-सामाजिक और सांस्कृतिक इतिहास एकत्र करना</li> <li>3. एक संरचित उपकरण द्वारा आत्महत्या जोखिम का मूल्यांकन करना</li> <li>4. ICD/DSM ढांचे के अंतर्गत नैदानिक सारांश लिखना (गैर-नैदानिक उद्देश्य के लिए)</li> <li>5. अभ्यास साक्षात्कारों में पर्सन-सेंटेड प्रतिक्रियाएं देना</li> <li>6. ABCDE मॉडल (REBT/CBT) के माध्यम से विचार चुनौती प्रदर्शन करना</li> <li>7. CBT/REBT आधारित केस सूत्रीकरण तैयार करना</li> <li>8. व्यवहारिक रोल-प्ले में एक्सपोजर और प्रतिक्रिया रोकथाम अभ्यास करना</li> <li>9. माइंडफुलनेस ग्राउंडिंग या बॉडी स्कैन (MBCT/MBSR) सत्र कराना</li> </ol>                                                                                                                                       | 30 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10. वैल्यू क्लैरिफिकेशन या डिफ्यूजन तकनीक का प्रदर्शन (ACT)<br>11. भावना नियमन या संकट सहनशीलता का शिक्षण (DBT)<br>12. कम से कम एक मूल मनोमिति परीक्षण (जैसे GAD-7 या BDI-II) देना और परिणामों की व्याख्या करना                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| भाग सी (कोई एक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | विद्यार्थी निम्नलिखित कार्यों को भी पूरा करेंगे और रिपोर्ट प्रस्तुत करेंगे:<br><br>1. 15 मिनट के अभ्यास सत्र की प्रक्रिया रिपोर्ट लिखना<br>2. संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक केस सूत्रीकरण तैयार करना जिसमें विचार-भावना-व्यवहार संबंध हो<br>3. मुख्य संघर्षात्मक संबंध विषयों के आधार पर मनोविक्षेपणात्मक केस तैयार करना<br>4. एक ही क्लाइंट के लिए दो सिद्धांतों पर आधारित सूत्रीकरण की तुलना करना<br>5. प्रति सप्ताह आत्म-चिंतन जर्नल बनाए रखना जिसमें व्यक्तिगत प्रतिक्रिया और काउंटरट्रांसफरेंस हो<br>6. चिकित्सीय विघटन और समाधान का रोल-प्ले करना तथा प्रतिक्रिया का समावेश करना<br>7. दो रिकॉर्डेड सत्रों को पर्यवेक्षक द्वारा समीक्षा सहित जमा करना और एनोटेटेड ट्रांस्क्रिप्ट प्रस्तुत करना<br>8. एक सिमुलेटेड क्लाइंट के लिए टर्मिनेशन योजना और प्रगति सारांश लिखना<br>9. प्राध्यापक द्वारा सुझाई गई कोई अन्य रिपोर्ट। | 5 |
| <b>सार बिंदु (कीवर्ड) / टैग:</b><br><br>1. परामर्श सूक्ष्मकौशल<br>2. चिकित्सकीय संप्रेषण<br>3. इनटेक साक्षात्कार<br>4. द्वंद्वीय व्यवहार चिकित्सा<br>5. भूमिकानुभव और पर्यवेक्षित अभ्यास                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| <b>भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| <b>अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:</b><br><br>1. Beck, J. S. (2011). <i>Cognitive behavior therapy: Basics and beyond</i> (2nd ed.). Guilford Press.<br>2. Eells, T. D. (2015). <i>Handbook of psychotherapy case formulation</i> (2nd ed.). Guilford Press.<br>3. Harris, R. (2019). <i>ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy</i> (2nd ed.). New Harbinger Publications. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |

4. Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Zalaquett, C. P. (2018). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society* (9th ed.). Cengage Learning.
5. Linehan, M. M. (2015). *DBT skills training manual* (2nd ed.). Guilford Press.
6. Nelson-Jones, R. (2014). *Practical counselling and helping skills: Text and activities for the lifeskills counselling model* (6th ed.). Sage.
7. Neukrug, E. (2015). *The skilled helper: A problem-management and opportunity-development approach to helping* (10th ed.). Cengage Learning.

अनुशंसित डिजिटल प्लेटफार्म / वेब लिंक :

<https://www.egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/77863/1/Unit-16.pdf>  
[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)  
[https://sist.sathyabama.ac.in/sist\\_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf](https://sist.sathyabama.ac.in/sist_coursematerial/uploads/SPSY1601.pdf)  
[https://www.researchgate.net/publication/339140599\\_Counselling\\_and\\_Psychotherapy\\_Is\\_Therapeutic\\_Difference](https://www.researchgate.net/publication/339140599_Counselling_and_Psychotherapy_Is_Therapeutic_Difference)  
[https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230\\_book\\_item\\_67230.pdf](https://uk.sagepub.com/sites/default/files/upm-assets/67230_book_item_67230.pdf)  
[https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8\\_counseling%20psychotherapy.pdf](https://students.aiu.edu/submissions/profiles/resources/onlineBook/A8N2f8_counseling%20psychotherapy.pdf)

अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:

<https://www.coursera.org/learn/learn-ipt>  
<https://www.coursera.org/learn/addiction-treatment>  
<https://www.coursera.org/learn/behavioral-change>  
[https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view\\_pg/684](https://ugcmoocs.inflibnet.ac.in/index.php/courses/view_pg/684)  
[https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25\\_hs52/preview](https://onlinecourses.swayam2.ac.in/cec25_hs52/preview)

भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:

| आंतरिक मूल्यांकन              | अंक | बाह्य मूल्यांकन          | अंक |
|-------------------------------|-----|--------------------------|-----|
| कक्षा सहभागिता / प्रश्नोत्तरी | 20  | प्रायोगिक मौखिकी (वायवा) | 40  |
| उपस्थिति                      | 10  | प्रायोगिक रिकॉर्ड फाइल   | 10  |

|                                                                                                                                    |    |                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------|----|
| असाइनमेंट्स (चार्ट/मॉडल/सेमिनार/ग्रामीण सेवा/प्रौद्योगिकी प्रसार/शैक्षणिक भ्रमण रिपोर्ट/प्रयोगशाला भ्रमण/सर्वेक्षण/औद्योगिक भ्रमण) | 10 | टेबल वर्क/प्रयोग | 10 |
| कुल अंक                                                                                                                            | 40 |                  | 60 |
| कोई टिप्पणी/सुझाव:                                                                                                                 |    |                  |    |

Department of Higher Education

### Value Added Course

| Part A Introduction                                            |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|
| Program: 1-Year PG                                             |                                                                                                                                                                                                                                              | Class: M.A.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Year: I                | Semester: 2 |
| Session: 2025-26                                               |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
| Subject: Psychology                                            |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
| 1                                                              | Course Code                                                                                                                                                                                                                                  | VAC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |             |
| 2                                                              | Course Title                                                                                                                                                                                                                                 | Environmental Psychology (Theory)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |             |
| 3                                                              | Course Type (Core Course/<br>Discipline Specific Elective/)                                                                                                                                                                                  | Value Added Course                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                        |             |
| 4                                                              | Pre-requisite (if any)                                                                                                                                                                                                                       | To study this course, the student must be promoted to second semester from first semester                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |             |
| 5                                                              | Course Learning outcomes (CLO)                                                                                                                                                                                                               | By the end of this course, students will be able to:<br><br>1. Explain the scope, history, and interdisciplinary foundations of environmental psychology.<br>2. Identify key environmental factors affecting human behavior, health, and well-being.<br>3. Evaluate psychological responses to built, urban, and natural environments.<br>4. Apply major theories explaining pro-environmental behavior, including values, norms, and habits.<br>5. Analyze strategies to encourage sustainable and environmentally responsible behavior. |                        |             |
| 6                                                              | Credit Value                                                                                                                                                                                                                                 | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |             |
| 7                                                              | Total Marks                                                                                                                                                                                                                                  | Max. Marks: 40 + 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Min. Passing Marks: 40 |             |
| Part B- Content of the Course                                  |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
| Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week): |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
| L-T-P:                                                         |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |             |
| Unit                                                           | Topics                                                                                                                                                                                                                                       | No. of Lectures<br>(1 Hour Each)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                        |             |
| 1                                                              | Indian Ecological Wisdom and Environmental Psychology: Ecological Sensibility in Vedic and Upanishadic Thought: Concept of Prithvi (Earth) as Mother; Five elements (Pancha Mahabhuta), The doctrine of Rtu (cosmic order) and environmental | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                        |             |

B<sub>2</sub>  
5.8.25

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   | balance; history, scope and characteristics of environmental psychology                                                                                                                                                                                                                                                        |   |
| 2 | <b>Environmental Influences on Human Well-Being:</b><br>Environmental risks, Environmental risk perception: Heuristics, psychometric paradigm, emotion reaction; Climate change: Public understanding, responsibility, action; Environmental stressors: Noise, crowding, poor housing/neighborhood quality, traffic congestion | 6 |
| 3 | Nature, Health, and Restorative Environments: Scenic beauty and visual landscape assessment; Health benefits of nature: Stress reduction, social cohesion, physical activity; Restorative environments: Stress Recovery Theory, Attention Restoration Theory                                                                   | 6 |
| 4 | Environmental Preferences and Identity: Ambivalence toward nature and landscape preferences; Human dimensions of wildlife and biodiversity; Place attachment: Components, emotional bonds, design applications; Environmental self-identity and symbolic behavior                                                              | 6 |
| 5 | Promoting Pro-Environmental Behavior: Social norms, emotions, and values influencing pro-environmental behavior; Barriers and Facilitators of Behaviour Change: Habits and automaticity, social dilemmas; Technology and Behaviour; persuasive technologies; Environmental Issues in Low- and Middle-Income Countries          | 6 |

**Keywords/Tags:**

1. Environmental Psychology
2. Human–Environment Interaction
3. Environmental Stress and Restoration
4. Built and Urban Environments
5. Pro-Environmental Behavior
6. Environmental Risk Perception
7. Sustainability and Behavior Change

**Part C-Learning Resources**

## Text Books, Reference Books, Other resources

### Suggested Readings:

1. Bechtel, R. B., & Churchman, A. (Eds.). (2002). *Handbook of environmental psychology*. John Wiley & Sons.
2. Bonnes, M., & Bonaiuto, M. (2002). Environmental psychology: From spatial-physical environment to sustainable development. In R. B. Bechtel & A. Churchman (Eds.), *Handbook of environmental psychology* (pp. 28–54). Wiley.
3. Bonnes, M., & Secchiarioli, G. (1995). *Environmental psychology: A psycho-social introduction*. Sage.
4. Clayton, S. (Ed.). (2012). *The Oxford handbook of environmental and conservation psychology*. Oxford University Press.
5. Gifford, R. (2014). *Environmental psychology: Principles and practice* (5th ed.). Optimal Books.
6. Proshansky, H. M., Ittelson, W. H., & Rivlin, L. G. (1970). *Environmental psychology: Man and his physical setting*. Holt, Rinehart and Winston.
7. Steg, L., van den Berg, A. E., & de Groot, J. I. M. (Eds.). (2013). *Environmental psychology: An introduction*. Wiley-Blackwell.
8. सिंह, ए. के. (2011) उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली
9. Dinesh Nagar. (2016) Environmental Psychology. Concept Publishing Co

### Suggestive digital platforms/ web links

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_36342\\_M.Sc.Psychology\\_Semester%20IV\\_%20Environmental%20Psychology\\_5404.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/_PG_M.Sc._Psychology_36342_M.Sc.Psychology_Semester%20IV_%20Environmental%20Psychology_5404.pdf)

[https://www.hse.ru/data/2019/03/04/1196348199/%5BLinda\\_Steg\\_Judith\\_I.\\_M.\\_de\\_Groot%5D\\_Environmental\\_P%28b-ok.cc%29.pdf](https://www.hse.ru/data/2019/03/04/1196348199/%5BLinda_Steg_Judith_I._M._de_Groot%5D_Environmental_P%28b-ok.cc%29.pdf)

<https://egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/87628/1/Block-1.pdf>

[https://pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/168768507/Environmental\\_Psychology\\_An\\_Introduction\\_1\\_Environmental\\_psychology\\_History\\_scope\\_and\\_methods\\_.pdf](https://pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/168768507/Environmental_Psychology_An_Introduction_1_Environmental_psychology_History_scope_and_methods_.pdf)

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/5/\\_UG\\_B.Sc.\\_Psychology\\_119%2052\\_Environmental%20Psychology\\_6282.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/5/_UG_B.Sc._Psychology_119%2052_Environmental%20Psychology_6282.pdf)

**Suggested equivalent online courses:**

<https://www.coursera.org/specializations/environmental-science>

<https://sce.cornell.edu/courses/roster/psych-1500>

<https://university.open.ac.uk/sustainability/news/introducing-new-free-course-climate-psychology-facing-climate-crisis>

**Part D-Assessment and Evaluation**

**Suggested Continuous Evaluation Methods:**

Maximum Marks: 100

University Examination: 100

|                                                                             |                                                                                                                      |     |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
|                                                                             |                                                                                                                      |     |
| <b>External Assessment:</b><br>University Exam Section<br>Time: 03.00 Hours | <b>Section(A):</b> Very Short Questions<br><b>Section (B):</b> Short Questions<br><b>Section (C):</b> Long Questions | 100 |

**Any remarks/ suggestions:**

**मूल्य संवर्धन पाठ्यक्रम**

| भाग अ - परिचय                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|
| कार्यक्रम: एक वर्षीय पी .जी.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | कक्षा : एम ए                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | वर्ष: I                  | सेमेस्टर: 2                             |
| सत्र: 2025-26                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                         |
| विषय: मनोविज्ञान                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                         |
| 1                                                                             | पाठ्यक्रम का कोड                                                                                                                                                                                                                                                                | VAC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                          |                                         |
| 2                                                                             | पाठ्यक्रम का शीर्षक                                                                                                                                                                                                                                                             | पर्यावरणीय मनोविज्ञान (सैद्धांतिक)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |                                         |
| 3                                                                             | पाठ्यक्रम का प्रकार :(कोर कोर्स/डिसिप्लिन स्पेसिफिक इलेक्टिव                                                                                                                                                                                                                    | मूल्य संवर्धन पाठ्यक्रम                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                          |                                         |
| 4                                                                             | पूर्वापेक्षा (Prerequisite) (यदि कोई हो)                                                                                                                                                                                                                                        | इस पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिए, विद्यार्थी को प्रथम सेमेस्टर से द्वितीय सेमेस्टर में प्रोन्नत होना आवश्यक होगा                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |                                         |
| 5                                                                             | पाठ्यक्रम अध्ययन की परिलब्धियां (कोर्स लर्निंग आउटकम) (CLO)                                                                                                                                                                                                                     | इस पाठ्यक्रम को सफलतापूर्वक पूर्ण करने के पश्चात विद्यार्थी:<br><br>1. पर्यावरणीय मनोविज्ञान का इतिहास, क्षेत्र, और अंतर्विषयक आधारों की व्याख्या कर सकेंगे।<br>2. उन प्रमुख पर्यावरणीय कारकों की पहचान कर सकेंगे जो मानव व्यवहार, स्वास्थ्य और कल्याण को प्रभावित करते हैं।<br>3. निर्मित, शहरी और प्राकृतिक परिवेशों के प्रति मनोवैज्ञानिक प्रतिक्रियाओं का मूल्यांकन कर सकेंगे।<br>4. पर्यावरण-अनुकूल व्यवहार को समझाने वाले प्रमुख सिद्धांतों (मूल्य, मानदंड, आदतें आदि) को लागू कर सकेंगे।<br>5. सतत और पर्यावरणीय रूप से उत्तरदायी व्यवहार को प्रोत्साहित करने की रणनीतियों का विश्लेषण कर सकेंगे। |                          |                                         |
| 6                                                                             | क्रेडिट मान                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                          |                                         |
| 7                                                                             | कुल अंक                                                                                                                                                                                                                                                                         | अधिकतम अंक: 40+60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 40 |                                         |
| भाग ब- पाठ्यक्रम की विषयवस्तु                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                         |
| व्याख्यान की कुल संख्या-ट्यूटोरियल- प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटे में): L-T-P: |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                         |
| इकाई                                                                          | विषय                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          | व्याख्यान की संख्या (1 घंटा/ व्याख्यान) |
| 1                                                                             | भारतीय पारिस्थितिक ज्ञान और पर्यावरण मनोविज्ञान:वैदिक और उपनिषदिक विचार में पारिस्थितिक संवेदनशीलता: माता के रूप में पृथ्वी की अवधारणा; पाँच तत्व (पंच महाभूत), ऋतु (ब्रह्मांडीय व्यवस्था) का सिद्धांत और पर्यावरणीय संतुलन; पर्यावरण मनोविज्ञान का इतिहास, दायरा और विशेषताएँ। |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          | 6                                       |
| 2                                                                             | मानव कल्याण पर पर्यावरणीय प्रभाव:पर्यावरणीय जोखिम, पर्यावरणीय जोखिम धारणा: अनुमानी, साइकोमेट्रिक प्रतिमान, भावनात्मक प्रतिक्रिया; जलवायु परिवर्तन: सार्वजनिक समझ, जिम्मेदारी, कार्रवाई;                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                          | 6                                       |

B  
5.8.25

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   | पर्यावरणीय तनाव: शोर, भीड़, खराब आवास/पड़ोस की गुणवत्ता, यातायात की भीड़।                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| 3 | प्रकृति, स्वास्थ्य और पुनर्स्थापनात्मक वातावरण: प्राकृतिक सुंदरता और दृश्य परिदृश्य का आकलन; प्रकृति के स्वास्थ्य लाभ: तनाव में कमी, सामाजिक सामंजस्य, शारीरिक गतिविधि; पुनर्स्थापनात्मक वातावरण: तनाव पुनर्प्राप्ति सिद्धांत, ध्यान पुनर्स्थापना सिद्धांत।                                                            | 6 |
| 4 | पर्यावरणीय प्राथमिकताएँ और पहचान: प्रकृति और परिदृश्य की प्राथमिकताओं के प्रति द्वंद्व; वन्यजीव और जैव विविधता के मानवीय आयाम; स्थान लगाव: घटक, भावनात्मक बंधन, डिजाइन अनुप्रयोग; पर्यावरणीय आत्म-पहचान और प्रतीकात्मक व्यवहार।                                                                                        | 6 |
| 5 | पर्यावरण-संरक्षणकारी व्यवहार को बढ़ावा देना: पर्यावरण-संरक्षणकारी व्यवहार को प्रभावित करने वाले सामाजिक मानदंड, भावनाएँ और मूल्य; व्यवहार परिवर्तन की बाधाएँ और सुविधाएँ: आदतें और स्वचालितता, सामाजिक दुविधाएँ; प्रौद्योगिकी और व्यवहार; प्रेरक प्रौद्योगिकियाँ; निम्न- और मध्यम-आय वाले देशों में पर्यावरणीय मुद्दे। | 6 |

#### सार बिंदु (कीवर्ड)/टैग:

1. संज्ञानात्मक संरचना
2. सूचना संसाधन
3. ध्यान और प्रत्यक्षीकरण
4. कार्यशील स्मृति
5. निर्णय-निर्धारण
6. संज्ञानात्मक तंत्रिका विज्ञान
7. समस्या समाधान

#### भाग स- अनुशंसित अध्ययन संसाधन

पाठ्य पुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन

#### अनुशंसित सहायक पुस्तकें /ग्रन्थ/अन्य पाठ्य संसाधन/पाठ्य सामग्री:

1. Bechtel, R. B., & Churchman, A. (Eds.). (2002). *Handbook of environmental psychology*. John Wiley & Sons.
2. Bonnes, M., & Bonaiuto, M. (2002). Environmental psychology: From spatial-physical environment to sustainable development. In R. B. Bechtel & A. Churchman (Eds.), *Handbook of environmental psychology* (pp. 28–54). Wiley.
3. Bonnes, M., & Secchiarioli, G. (1995). *Environmental psychology: A psycho-social introduction*. Sage.
4. Clayton, S. (Ed.). (2012). *The Oxford handbook of environmental and conservation psychology*. Oxford University Press.

5. Gifford, R. (2014). *Environmental psychology: Principles and practice* (5th ed.). Optimal Books.
6. Proshansky, H. M., Ittelson, W. H., & Rivlin, L. G. (1970). *Environmental psychology: Man and his physical setting*. Holt, Rinehart and Winston.
7. Steg, L., van den Berg, A. E., & de Groot, J. I. M. (Eds.). (2013). *Environmental psychology: An introduction*. Wiley-Blackwell.
8. सिंह, ए. के. (2011) उच्चतर सामान्य मनोविज्ञान, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली
9. Dinesh Nagar. (2016) Environmental Psychology. Concept Publishing Co

**अनुशंसित वेब लिंक :**

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/\\_PG\\_M.Sc.\\_Psychology\\_36342\\_M.Sc.Psychology\\_Semester%20IV\\_%20Environmental%20Psychology\\_5404.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/4/_PG_M.Sc._Psychology_36342_M.Sc.Psychology_Semester%20IV_%20Environmental%20Psychology_5404.pdf)

[https://www.hse.ru/data/2019/03/04/1196348199/%5BLinda\\_Steg\\_Judith\\_I.\\_M.\\_de\\_Groot%5D\\_Environmental\\_P%28b-ok.cc%29.pdf](https://www.hse.ru/data/2019/03/04/1196348199/%5BLinda_Steg_Judith_I._M._de_Groot%5D_Environmental_P%28b-ok.cc%29.pdf)

<https://egyankosh.ac.in/bitstream/123456789/87628/1/Block-1.pdf>

[https://pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/168768507/Environmental\\_Psychology\\_An\\_Introduction\\_1\\_Environmental\\_psychology\\_History\\_scope\\_and\\_methods\\_.pdf](https://pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/168768507/Environmental_Psychology_An_Introduction_1_Environmental_psychology_History_scope_and_methods_.pdf)

[https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/5/\\_UG\\_B.Sc.\\_Psychology\\_119%2052\\_Environmental%20Psychology\\_6282.pdf](https://mis.alagappauniversity.ac.in/siteAdmin/dde-admin/uploads/5/_UG_B.Sc._Psychology_119%2052_Environmental%20Psychology_6282.pdf)

**अनुशंसित समकक्ष ऑनलाइन पाठ्यक्रम:**

<https://www.coursera.org/specializations/environmental-science>

<https://sce.cornell.edu/courses/roster/psych-1500>

<https://university.open.ac.uk/sustainability/news/introducing-new-free-course-climate-psychology-facing-climate-crisis>

**भाग द - अनुशंसित मूल्यांकन विधियां:**

**अनुशंसितसतत मूल्यांकन विधियां:**

अधिकतम अंक: 100

विश्वविद्यालयीनपरीक्षा (UE) अंक: 100

|                          |                                  |     |
|--------------------------|----------------------------------|-----|
| आकलन :                   | अनुभाग (अ): अति लघु प्रश्न       | 100 |
| विश्वविद्यालयीन परीक्षा: | अनुभाग (ब): लघु प्रश्न           |     |
| समय- 03.00 घंटे          | अनुभाग (स): दीर्घ उत्तरीय प्रश्न |     |

कोई टिप्पणी/सुझाव: