

## માનસશાસ્ત્ર

(1) માનસશાસ્ત્રનો પરિચય:

વ્યાખ્યા—સ્વરૂપ—દ્યેયો, અભ્યાસ પદ્ધતિઓ, પ્રયોગલક્ષી પદ્ધતિ—પરિવર્ત્યો—પ્રયોગમાં નિયંત્રણ, સ્મૃતિ, શિક્ષણ ધ્યાન—પ્રત્યક્ષીકરણના પ્રયોગોની રૂપરેખા.

▪ અન્ય પદ્ધતિઓ (સંક્ષેપમાં):

નિરીક્ષણ પદ્ધતિ—વ્યક્તિ ઇતિહાસ પદ્ધતિ—વ્યક્તિ અભ્યાસ પદ્ધતિ—દીર્ઘકાલીન વિકાસલક્ષી અભ્યાસ પદ્ધતિ, પ્રશ્નાવલિ અને મુલાકાત, માહિતી અને તેનું આંકડાશાસ્ત્રીય (માત્ર સમજૂતી) — મધ્યવર્તી મૂલ્યો : મધ્યક—મધ્યસ્થ—બહુલક—પ્રસારમાપ : પ્રાપ્તકોની શ્રેણી, પ્રમાણ વિચલન—સહસંબંધાંક.

(2) અનુવંશ અને પર્યાવરણ:

અનુવંશના નિર્ણાયકો, રંગસૂત્રો અને જનીનતત્વો, જનીનવિધાના સંશોધનો અને માનસશાસ્ત્રના વિકાસ પર તેની અસરો, પર્યાવરણનો વ્યાપક અર્થ: બાહ્ય ભૌતિક વાતાવરણ, બાહ્ય સામાજિક વાતાવરણ, આંતરિક વાતાવરણ.

(3) વર્તનનો શારીરિક આધાર:

મજ્જાતંત્રનાં મૂળ ઘટકો, મજ્જાકોષ અને મજ્જાતંતુ બંધારણ અને કાર્ય, મગજના વિવિધ વિભાગો અને તેમનું કાર્ય, નાનું મગજ, મોટું મગજ, કરોડરજ્જુ, મસ્તિષ્ક છાલનું બંધારણ અને કાર્ય.

(4) સંવેદન:

સંવેદનનો અર્થ : સંવેદનનું મહત્વ, વાતાવરણ સાથેના સંપર્કની પ્રક્રિયા.

▪ સંવેદનના પ્રકારો : (સંક્ષેપમાં)

દ્રષ્ટિસંવેદન, કર્ણસંવેદન, સ્વાદ અને ગંધનું સંવેદન, સ્પર્શ, દબાણ અને પીડાનું સંવેદન, સ્નાયવિક અને હલનચલનનું સંવેદન, સ્થિતિ અને ગતિનું સંવેદન.

(5) પ્રત્યક્ષીકરણ:

પ્રત્યક્ષીકરણનો વિસ્તૃત અર્થ, ધ્યાન અને પ્રત્યક્ષીકરણ, પ્રત્યક્ષીકરણમાં સંગઠનના નિયમો—પ્રત્યક્ષીકરણમાં ભ્રમ, વિભ્રમ અને મતિભ્રમ.

(6) સભાનાવસ્થા:

સભાનાવસ્થાનો અર્થ—સભાનાવસ્થાનું કાર્ય, નિદ્રા અને સ્વપ્નની અવસ્થાઓ, સભાનાવસ્થા પર મનોજનીત દવાઓ—દ્રવ્યોની અસરો. સભાનાવસ્થામાં સંમોહન દ્વારા પરિવર્તન અંગે વિવાદાસ્પદ અભિગમો. સભાનાવસ્થામાં મેડિટેશન (ધ્યાનયોગ) દ્વારા લાવવામાં આવતાં વિદ્યાચક પરિવર્તન.

(7) શિક્ષણપ્રક્રિયા:

શિક્ષણ પ્રક્રિયાની અગત્ય અને વ્યાખ્યા—શિક્ષણનું સ્વરૂપ, શિક્ષણપ્રક્રિયાની પદ્ધતિઓ—અનુકરણ દ્વારા શિક્ષણ—પ્રયત્ન અને ભૂલ દ્વારા શિક્ષણ—અભિસંધિત શિક્ષણ—પરંપરાગત

અભિસંધાન : પાવલોવનો પ્રયોગ—ક્રિયાત્મક અભિસંધાન—સ્કિનરનો પ્રયોગ—આંતરસૂઝ દ્વારા શિક્ષણ—કોહલરનો પ્રયોગ, શિક્ષણ સંક્રમણ—શિક્ષણ સંક્રમણનો પ્રયોગ અને તેની વ્યાવહારિક ઉપયોગિતા.

(8) સ્મરણ અને વિસ્મરણ:

સ્મૃતિનો અર્થ અને મહત્વ, સંવેદનલક્ષી સ્મૃતિ – લાંબા ગાળાની સ્મૃતિ, ટૂંકા ગાળાની સ્મૃતિ, લાંબા ગાળાની અને ટૂંકા ગાળાની સ્મૃતિ વચ્ચે સંબંધ – ચાદ રાખવાની પદ્ધતિઓની માત્ર રૂપરેખા – P.Q.R. પરિરૂપ અને નવો અભિગમ (સ્મૃતિસુધારણા) – સર્જનાત્મક સ્મૃતિ – વિસ્મરણનો અર્થ – વિસ્મરણનું સ્વરૂપ અને મહત્વ – વિસ્મરણ પર અસર કરતાં ઘટકો.

(9) બુદ્ધિ:

બુદ્ધિની વ્યાખ્યા અને સ્વરૂપ – બુદ્ધિ માપનનું મહત્વ અને ઉપયોગો – બુદ્ધિ કસોટીની આવશ્યકતાઓ – બુદ્ધિ કસોટીના પ્રકારો.

(10) માનવપ્રેરકો અને જરૂરિયાતો:

પ્રેરકોનું સ્વરૂપ અને પ્રેરણાચક્ર – પ્રેરકોનું વર્ગીકરણ : શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક પ્રેરકો – પ્રેરકોનું મેસ્લોએ આપેલ અગ્રતાક્રમલક્ષી પરિરૂપ – પ્રેરકો વચ્ચે સંઘર્ષ : સંઘર્ષના પ્રકારો – હતાશા : હતાશાની નિષેધક અસરો – હતાશાની સર્જનાત્મક અસરો.

(11) આવેગો:

વ્યાખ્યા અને સ્વરૂપ – આવેગનાં પાસાંઓ – આવેગ દરમિયાન થતા શારીરિક ફેરફારો – સ્વયંસંચાલિત મજજાતંત્રનું કાર્ય – આવેગ અભિવ્યક્તિ : મહત્વ અને મર્યાદાઓ, આવેગ અભિવ્યક્તિની વિશ્વવ્યાપકતા.

(12) વ્યક્તિત્વ અને સ્વખ્યાલ:

વ્યાખ્યા અને સ્વરૂપ – વ્યક્તિત્વના નિર્ણાયકો – વ્યક્તિત્વ વિકાસ પર અસર કરતાં પરિબલો – વ્યક્તિત્વમાપનનું મહત્વ – વ્યક્તિત્વ કસોટીના પ્રકારોની રૂપરેખા – સ્વખ્યાલનો ઉદભવ અને વિકાસ – સ્વખ્યાલ નિર્ણયતંત્ર (Living System) તરીકે સ્વખ્યાલના અભ્યાસનું મહત્વ – સ્વખ્યાલ અને વ્યક્તિનો સંબંધ.

(13) સમાયોજન:

સમાયોજનનો મનો વૈજ્ઞાનિક અર્થ – સમાયોજનનું મહત્વ અને લાક્ષણિકતાઓ, સમાયોજનનાં વિવિધ ક્ષેત્રો: વ્યક્તિગત – આવેગિક સમાયોજન, કુટુંબજીવન અને લગ્નજીવનનું આયોજન, શાળા-કોલેજ અને વ્યાવસાયિક સમાયોજન – સામાજિક – સાંસ્કૃતિક સમાયોજન – વૃદ્ધાવસ્થાનું સમાયોજન, સમાયોજન સુધારવાની વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિઓ, મનોવૈજ્ઞાનિક સલાહ – પરામર્શનની અનિવાર્યતા.

(14) જૂથવર્તન અને નેતૃત્વ:

જૂથનું સ્વરૂપ અને પ્રક્રિયા – જૂથનું બંધારણ અને કાર્ય – જૂથ સભ્યપદના પ્રકારો અને નેતૃત્વના પ્રકારો, કાર્યો અને રીતિઓ – સફળ નેતૃત્વનાં નિર્ણાયકો – નેતૃત્વમાપન અને સમાજમિતિ પદ્ધતિ (Sociometric Methods)

(15) માનસિક વિકૃતિ:

મનોવિકૃતિઓને જાણવાનાં ધોરણો (માપદંડો) (Norms), મનોવિકૃતિઓ પ્રત્યેના અભિગમો: જીવશાસ્ત્રીય અને તબીબીશાસ્ત્રીય અભિગમ, મનોવિશ્લેષણાત્મક અભિગમ, આધુનિક મનોવૈજ્ઞાનિક અભિગમ – વાર્તાનિ, બોધનાત્મક અને વાતાવરણગત પરિબળો – માનસિક વિકૃતિઓના પ્રકારો (DSM III R) – ચિંતાજન્ય વિકૃતિઓ, વિકૃતભય અનિવાર્ય વિચાર અને ક્રિયા દબાણ શારીરિક લક્ષણકેન્દ્રિત વિકૃતિઓ – દૈહિકીકરણની વિકૃતિઓ (Psychosomatic) – પરાવર્તિત વિકૃતિઓ (Somatopsychic) – માંદગીજન્ય વિકૃતિઓ – મનોજાતીય વિકૃતિઓ – વિઘટનાત્મક વિકૃતિઓ. પલાયાનાત્મક વિસ્મરણ – સ્મૃતિલોપ, વિઘટિત વ્યક્તિત્વની વિકૃતિ અને અવ્યક્તિકીકરણ.

(16) માનસોપચાર:

માનસોપચારની વ્યાખ્યા, સ્વરૂપ અને મહત્વ: માનસોપચારના મુખ્ય અભિગમો – માનસોપચારની સફળતાને અસર કરતાં પરિબળો – અટકાયતરૂપ માનસોપચાર અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય અંગેની પ્રવૃત્તિઓ (Preventive Psychotherapy and Mental health activities).