

મનોવિજ્ઞાન

PSYCHOLOGY(222)

ટ્યુટર ચિહ્નિત સોંપણી

Tutor Marked Assignment

Max marks:20

નોંધ:(i) બધા પ્રશ્નો ફરજિયાત છે. દરેક પ્રશ્ન માટે ફાળવેલ ગુણ
પ્રશ્નોની બાજુમાં આપવામાં આવે છે.

All questions are compulsory. The marks allotted for each question are given beside the questions.

(ii)જવાબ પત્રકના પ્રથમ પાના પર તમારું નામ, નોંધણી નંબર, અલ
નામ અને વિષય લખો.

Write your name, enrollment numbers, Al name, and subject on the first page of the answer sheet

1.40-60 શબ્દો વિશે નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો જવાબ આપો.

Answer any one of the following questions about 40-60 words.

(a) માનવ વિકાસના દરેક તબક્કા સાથે સંકળાયેલા વિકાસલક્ષી કાર્યો શું છે અને તે વ્યક્તિની આગળના તબક્કામાં સફળ પ્રગતિ કેવી રીતે નક્કી કરે છે.

What are the developmental tasks associated with each stage of human development and how to they determine a person's successful progression to the next stage.

(b) શાળા છોડવા, સ્થગિતતા અને બગાડના મુખ્ય કારણો શું છે? ભારતમાં શાળા છોડવાનો દર ઘટાડવા માટે કયા પ્રયાસો કરવામાં આવી રહ્યા છે?

What are the main reasons for school dropout, stagnation and wastage? What efforts are being made to decrease the school dropout rate in India?

2. નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો લગભગ 40-60 શબ્દોમાં જવાબ આપો.

Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

(a) પતંજલિ દ્વારા વર્ણવેલ યોગના આઠ પગલાંનો અભ્યાસ કરો. છ અલગ-અલગ યોગ સ્ટેપ્સની પ્રેક્ટિસ કરતી તમારી છબીઓ પેસ્ટ કરો.

Practice the eight steps of Yoga as described by Patanjali. Paste your images practicing six different yoga steps.

- (b) કારકિર્દીની સારી પસંદગી કરવા માટેના પગલાં શું છે અને કારકિર્દીની પસંદગી કરતી વખતે કઈ સામાન્ય માન્યતાઓ ટાળવી જોઈએ?

What are the steps to making a good career choice and what are the common myths to avoid while making a career choice?

3. નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો લગભગ 40-60 શબ્દોમાં જવાબ આપો.

Answer any one of the following questions in about 40-60 words

- (a) આપણા અભ્યાસ, સંબંધો, કામ અને આરોગ્ય માટે યોગાભ્યાસ કરવાથી શું ફાયદો થાય છે?

What are the benefits of practicing yoga for our studies, relationships, work, and health?

- (b) સકારાત્મક લાગણીઓને પ્રોત્સાહન આપવાની કઈ રીતો છે અને તેનાથી માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને સુખાકારીને કેવી રીતે ફાયદો થાય છે?

What are the ways to promote positive emotions and how do they benefit mental health and well-being?

4.નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો લગભગ 100-150 શબ્દોમાં જવાબ આપો.

Answer any one of the following questions in about 100-150 words.

(a)મનોવિજ્ઞાનના કેટલાક વિશિષ્ટ ક્ષેત્રો કયા છે જે વર્ષોથી વિકસિત થયા છે અને તેઓ શું અભ્યાસ કરે છે? તમે કયા ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરવા માંગો છો અને શા માટે?

What are some of the specialized fields in psychology that have developed over the years and what do they study? Which field you want to get into and why?

(b)ગ્રેહામ વાલાસ અનુસાર સર્જનાત્મક વિચારસરણીના તબક્કા શું છે અને તેઓ સમસ્યાનું નિરાકરણ અને માનસિક સમૂહ સાથે કેવી રીતે સંબંધિત છે?

What are the stages of creative thinking according to Graham Wallas and how do they relate to problem solving and mental set?

5. નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો લગભગ 100-150 શબ્દોમાં જવાબ આપો.

Answer any one of the following questions in about 100-150 words.

(a) જૂથ ગતિશીલતામાં જૂથ પ્રદર્શન અને વર્તન પર જૂથ કદની અસર શું છે?

What is the effect of group size on group performance and behavior in group dynamics?

(b) મન-શરીર જોડાણની પ્રકૃતિ પર ટિપ્પણી કરો અને તંદુરસ્ત મન-શરીર જોડાણ જાળવવા માટે ઓછામાં ઓછા ત્રણ રસ્તાઓ સૂચવો

6. નીચે આપેલા પ્રોજેક્ટમાંથી કોઈપણ એક પ્રોજેક્ટ તૈયાર કરો:

Prepare any one project out of the given below:

(a) માન્યતાની પ્રક્રિયા રીટેન્શનને માપવામાં યાદ કરવાની પ્રક્રિયાથી કેવી રીતે અલગ પડે છે અને વાસ્તવિક જીવનની પરિસ્થિતિઓ માટે આ તફાવતો શું અસર કરે છે,

જેમ કે પરીક્ષા માટે અભ્યાસ કરવો કે પરિચિત ચહેરાઓ ઓળખવા? ઓછામાં ઓછા 20 લોકો પર એક પ્રયોગ

હાથ ધરવા માટે વિવિધ પરિસ્થિતિઓને યાદ રાખવા,
પછી અવલોકન અને પ્રદાન કરીને
જો તેઓ પાસ થયા હોય અથવા 7-10 દિવસ પછી
ઓળખવામાં, યાદ કરવામાં અને યાદ કરવામાં નિષ્ફળ
ગયા હોય તો લખો.

ઉદાહરણ તરીકે, 20 લોકો પર પાંચ અલગ-અલગ
પરિસ્થિતિ પર પ્રયોગ કરવો અને તેઓ નંબર, ચહેરો,
સ્થળ, રંગ અથવા સ્થિતિ અને કેવી રીતે યાદ રાખી શકે
છે તે નોંધવું.

**How does the process of recognition differ from
the process of recall in measuring retention and
what implications do these differences have for
real-life situations,
such as studying for exams or identifying familiar
faces? Conduct an experiment on at least
20 people by providing different situations to
remember, then observe and**

write if they passed or failed to recognize, recall and remember after 7-10 days.

For example conducting experiment on five different situation on 20 people and noting if they can remember the number, face, place, color or position and how.

(b)તમારા રહેણાંક વિસ્તારમાં યોગ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવી રહ્યું છે. તમને "મનને નિયંત્રિત અને નિયમનનું મહત્વ" ના પાસા પર જાગૃતિ ફેલાવવા માટે વક્તા તરીકે આમંત્રિત કરવામાં આવે છે. આપેલા વિષય માટે ભાષણ તૈયાર કરો જેથી તે માહિતીપ્રદ અને સમાજના તમામ વર્ગો દ્વારા સમજવામાં સરળ હોય.