

**COURSE STRUCTURE ALONGWITH SPLIT UP
SYLLABUS FOR CLASS-XII
(Session 2020-21)
NAME OF THE SUBJECT : PSYCHOLOGY (মনোবিজ্ঞান)**

COURSE CONTENT

Unit	Content	একক	বিষয়সমূহ
Chap-1	Variation in Psychological Attributes (20 periods) 1. Introduction. 2. Explaining Social Behaviour. 3. Assessment of Psychological Attributes. 4. Intelligence 5. Psychometric Theories of Intelligence, Information Processing Theory, Theory of Multiple intelligences, Triarchic Theory of Intelligence, PASS Model of Intelligence. 6. Individual Difference in Intelligence. 7. Cultural and Intelligence 8. Emotional Intelligence 9. Spatial Abilities : Aptitude : Nature and Measurement. 10. Creativity.	অধ্যায়-১	মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির বৈচিত্র্য (20 periods) ১. ভূমিকা ২. মানবিক কার্যকলাপে ব্যক্তিগত বৈষম্যসমূহ ৩. মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির পরীক্ষণ ৪. বুদ্ধি ৫. বুদ্ধির Psychometric তত্ত্বসমূহ, তথ্য প্রক্রিয়াকরণ তত্ত্ব, বহুবিধ বুদ্ধির তত্ত্ব, বুদ্ধির ত্রৈমাসিক তত্ত্ব, বুদ্ধির PASS মডেল। ৬. বুদ্ধিতে ব্যক্তিগত বৈষম্য ৭. সংস্কৃতি এবং বুদ্ধি ৮. প্রক্ষোভমূলক বুদ্ধি ৯. বিশেষ ক্ষমতা : প্রবণতা : প্রকৃতি এবং পরিমাপ ১০. সৃজনশীলতা।
Chap-2	Self and Personality (24 periods) 1. Introduction. 2. Self and Personality 3. Concept of Self 4. Cognitive and Behavioural Aspects of Self. 5. Culture and Self 6. Concept of Personality 7. Major Approaches to the Study of Personality. ● Type Approache ● Trait Approache ● Psychodynamic Approache ● Behavioural Approache ● Cultural Approache ● Humanitarian Approache	একক-২	স্বীয় এবং ব্যক্তিত্ব (24 periods) ১. ভূমিকা ২. স্বীয় ও ব্যক্তিত্ব ৩. স্বীয়-এর ধারণা ৪. স্বীয়-এর জ্ঞানমূলক এবং আচরণমূলক দিক ৫. সংস্কৃতি এবং স্বীয় ৬. ব্যক্তিত্বের ধারণা ৭. ব্যক্তিত্বের অধ্যয়নের প্রধান দৃষ্টিভঙ্গিসমূহ ● টাইপ তত্ত্ব ● সংলক্ষণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি ● মনোজ্যোজমিক দৃষ্টিভঙ্গি ● আচরণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি ● সাংস্কৃতিক দৃষ্টিভঙ্গি ● মানবতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গি

	<p>8. Assessment of Personality.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Self-report Measures ● Projective Techniques ● Behavioral Analysis 		<p>৮. ব্যক্তিত্বের পরিমাপন</p> <ul style="list-style-type: none"> ● পরিমাপন ● প্রক্ষেপণমূলক কৌশলসমূহ ● আচরণমূলক বিশ্লেষণ
Chap-3	<p>Meeting life challenges (14 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Nature, Types, and Source of Stress 3. Effect of stress on Psychological and Health <ul style="list-style-type: none"> ● Stress and Health ● General Adaptation Syndrome ● Stress and Immune System ● Life Style. 4. Coming with Stress <ul style="list-style-type: none"> ● Stress Management Techniques 5. Promoting Positive Health and Well-being <ul style="list-style-type: none"> ● Life Skill 	একক-৩	<p>জীবনের বাধাসমূহ সন্মুখীন হওয়া (14 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. প্রকৃতি, প্রকারভেদ এবং পীড়নের উৎসসমূহ ৩. মনোবৈজ্ঞানিক কার্যকলাপ এবং স্বাস্থ্যের উপর পীড়নের প্রভাব। <ul style="list-style-type: none"> ● পীড়ন ও স্বাস্থ্য ● General Adaptation Syndrome ● পীড়ন ও অনাক্রমতার তন্ত্র ● জীবন শৈলী ৪. পীড়নের সাথে মোকাবিলা <ul style="list-style-type: none"> ● পীড়নের ব্যবস্থাপনার কৌশলসমূহ ৫. ইতিবাচক স্বাস্থ্য এবং উন্নতি করা। <ul style="list-style-type: none"> ● জীবনযাপনের দক্ষতা।
Chap-4	<p>Psychological Disorders (24 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Concepts of Abnormality and Psychological Disorder <ul style="list-style-type: none"> ● Historical Background 3. Classification of Psychological Disorders 4. Factors Underlying Abnormal Behaviour 5. Major Psychological Disorders <ul style="list-style-type: none"> ● Anxiety Disorders ● Obsessive-Compulsive Related Disorders ● Trauma and Stressor-Related Disorders ● Somatic Symptom and Related Disorders ● Dissociative Disorders ● Depressive Disorders 	একক-৪	<p>মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি (24 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. অস্বাভাবিকতার ধারণা এবং মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি। <ul style="list-style-type: none"> ● ঐতিহাসিক প্রেক্ষাপট ৩. মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতির শ্রেণিবিভাগ ৪. অস্বাভাবিক আচরণের ভিত্তিমূলক উপাদানসমূহ। ৫. প্রধান মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতিসমূহ <ul style="list-style-type: none"> ● উদ্বেগমূলক ব্যত্যয় ● Obsessive-Compulsive এবং এই সম্পর্কিত ব্যত্যয় ● আঘাতজনিত এবং পীড়ক সম্পর্কিত ব্যত্যয় ● দেহগত লক্ষণ এবং সম্পর্কিত ব্যত্যয়সমূহ ● Dissociative ব্যত্যয়সমূহ ● বিষণ্ণতামূলক ব্যত্যয় ● Bipolar এবং এ সম্পর্কিত ব্যত্যয়

	<ul style="list-style-type: none"> ● Bipolar and Related Disorders ● Schizophrenia Spectrum and Other Psychotic Disorders ● Neuro Development Disorders ● Disruptive, Impulse Control and Conduct Disorders ● Feeding and Eating Disorders ● Substance Related and Addictive Disorders 		<ul style="list-style-type: none"> ● সিজোফ্রেনিয়ার বিভিন্ন রূপ এবং অন্যান্য Psychotic ব্যত্যয়সমূহ ● স্নায়বিক বিকাশমূলক ব্যত্যয়সমূহ ● Disruptive, Impulse Control এবং Conduct ব্যত্যয়। ● দ্রব্য ব্যবহারজনিত এবং আসক্তিমূলক ব্যত্যয়
Chap-5	Therapeutic Approaches (20 periods) <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Nature and Process of Psychotherapy. <ul style="list-style-type: none"> ● Therapeutic Relationship 3. Types of Therapies <ul style="list-style-type: none"> ● Psychodynamic Therapy ● Behaviour Therapy ● Cognitive Therapy ● Humanistic Existential Therapy ● Biomedical Therapy ● Alternative Therapies 4. Rehabilitation of Mentally ill. 	একক-৫	থেরাপিসম্বন্ধীয় দৃষ্টিভঙ্গি (20 periods) <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. মনোবৈজ্ঞানিক থেরাপির প্রকৃতি এবং প্রক্রিয়া <ul style="list-style-type: none"> ● থেরাপি সম্বন্ধীয় সম্পর্কস্থাপন ৩. থেরাপির প্রকারভেদ <ul style="list-style-type: none"> ● মনোজাগতিক থেরাপি ● আচরণগত থেরাপি ● জ্ঞানমূলক থেরাপি ● মানবতাবাদী অস্তিত্বমূলক থেরাপি ● Biomedical থেরাপি ● বিকল্প থেরাপিসমূহ ● বিকল্প থেরাপিসমূহ ৪. মানসিক বিকারগ্রন্থদের পুনর্বাসন
Chap-6	Attitude and Social Cognition (20 periods) <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Explaining Social Behaviour. 3. Nature and Components of Attitude. 4. Attitude Formation and change– <ul style="list-style-type: none"> ● Attitude Formation ● Attitude Change ● Attitude Behaviour Relationship 5. Prejudice and Discrimination 6. Strategies for Handling Prejudice 7. Social Cognition 8. Schemas and Stereotypes 9. Impression Formation and Explaining 10. Behaviour of others through Attribution 	অধ্যায়-৬	মনোভাব এবং সামাজিক জ্ঞান (20 periods) <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. সামাজিক আচরণের ব্যাখ্যা ৩. মনোভাবের প্রকৃতি এবং উপাদান ৪. মনোভাব গঠন এবং পরিবর্তন <ul style="list-style-type: none"> ● মনোভাব গঠন ● মনোভাব পরিবর্তন ● মনোভাব আচরণের সম্পর্ক ৫. পক্ষপাত এবং বৈষম্য ৬. পক্ষপাত মোকাবিলা করার কৌশল ৭. সামাজিক জ্ঞান ৮. স্কিমা এবং Stereotypes ৯. ধারণা গঠন ১০. আরোপনের মাধ্যমে অন্যদের আচরণ ব্যাখ্যা করা। <ul style="list-style-type: none"> ● ধারণা গঠন ● কার্যকারণ সম্পর্কীয় আরোপণ

<ul style="list-style-type: none"> ● Impression Formation. ● Attribution of Causality <p>11. Behaviour in the Presence of others</p> <p>12. Pro-Social Behaviour</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Factors Affecting Pro-Social Behaviour. 		<p>১১. অন্যের উপস্থিতিতে আরোপন</p> <p>১২. সমাজ অনুকূল আচরণ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● সমাজ অনুকূল আচরণের প্রভাব বিস্তারকারী উপাদানসমূহ
<p>Chap-7 Social Influence and Group Processes (22 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Nature and Formation of Group 3. Type of Groups 4. Influence of Group on Individual Behaviours <ul style="list-style-type: none"> ● Social Loafing ● Group Polarisation 5. Conformity, Compliance and Obediance. 6. Cooperation and Competition <ul style="list-style-type: none"> ● Determinant of Cooperation and Competition 7. Social Identity 8. Intergroup Conflict : Nature and Causes. 9. Conflict Resolution Strategies. 	<p>অধ্যায়-৭</p>	<p>সামাজিক প্রভাব বিস্তার এবং গোষ্ঠী প্রক্রিয়া (22 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. গোষ্ঠীর প্রকৃতি এবং গঠন ৩. গোষ্ঠীর প্রকারভেদ ৪. ব্যক্তির আচরণে গোষ্ঠীর প্রভাব <ul style="list-style-type: none"> ● সামাজিক কালক্ষয় ● গোষ্ঠীগত সমবর্তন ৫. প্রধানসারি আচরণ, অনুরোধ বা আদেশ অনুসারে আচরণ এবং আনুগত্য ৬. সহযোগিতা এবং প্রতিযোগিতা <ul style="list-style-type: none"> ● সহযোগিতা এবং প্রতিযোগিতার নির্ধারক ৭. প্রক্ষোভমূলক বৃদ্ধি ৮. আন্তঃ গোষ্ঠীর দ্বন্দ্ব : প্রকৃতি ও কারণ ৯. দ্বন্দ্ব সমাধানের কৌশল
<p>Chap-8 Psychology and Life (13 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Human Environment Relationship <ul style="list-style-type: none"> ● Different views of the Human-Environmental Relationship. 3. Environmental Effect on Human Behaviour <ul style="list-style-type: none"> ● Human influence on the Environment ● Noise ● Pollution ● Crowding ● Natural Disasters 4. Promoting Pro-environmental. 5. Psychology and Social Concerns. <ul style="list-style-type: none"> ● Poverty and Discrimination ● Aggressions, Violence and Peace. 	<p>অধ্যায়-৮</p>	<p>মনোবিদ্যা এবং জীবন (13 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. মানুষ এবং পরিবেশের মধ্যকার সম্পর্ক <ul style="list-style-type: none"> ● মানুষ-পরিবেশ সম্পর্কে দৃষ্টিভঙ্গি ৩. মানব আচরণের উপর পরিবেশের প্রভাব <ul style="list-style-type: none"> ● পরিবেশের উপর মানুষের প্রভাব ● কোলাহল ● দূষণ ● ভিডভাড ● প্রাকৃতিক দুর্যোগ ৪. পরিবেশ সহায়ক আচরণকে উন্নত করা। ৫. মনোবিজ্ঞান এবং বৈষম্য <ul style="list-style-type: none"> ● দারিদ্র এবং বৈষম্য ● আক্রমণাত্মকতা, হিংসা এবং শান্তি ● অহিংসার পথে মহাত্মা গান্ধি ● স্বাস্থ্য

	<ul style="list-style-type: none"> ● Mahatma Gandhi on Non-Violence ● Health ● Impact of Television on 		<ul style="list-style-type: none"> ● আচরণের উপর টেলিভিশনের প্রভাব
Chap-9	Developing Psychological (13 periods) <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Developing as an effective psychologist. 3. General Skills 4. Observational Skills 5. Specific Skills <ul style="list-style-type: none"> ● Communication Skill ● Psychological Test 6. Interviewing Skills. 7. Counselling Skills. 	অধ্যায়-৯	মনোবৈজ্ঞানিক দক্ষতার উন্নতিসাধন (13 periods) <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. সার্থক মনোবিদ হিসেবে উন্নতিসাধন ৩. সাধারণ দক্ষতা ৪. পর্যবেক্ষণমূলক দক্ষতা ৫. বিশেষ দক্ষতা <ul style="list-style-type: none"> ● যোগাযোগের দক্ষতা ● মনোবৈজ্ঞানিক অভীক্ষার দক্ষতা ৬. সাক্ষাৎকার গ্রহণের দক্ষতা ৭. পরামর্শদানের দক্ষতা

PRE-BOARD / BOARD EXAMINATION
CLASS-XII

(Unit) একক	(Topics) বিষয়সূচি	Unitwise Marks	Marks Distribution
i	Variation in Psychological Attributes (মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির বৈচিত্র্য)	09	17×1=17 2×4= 08 3×3=09 4×6=24 6×2=12 <hr/> Total-70
ii	Self and Personality (স্বীয় এবং ব্যক্তিত্ব)	10	
iii	Meeting life challenges (জীবনের বাধাসমূহের সম্মুখীন হওয়া)	07	
iv	Psychological Disorders (মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি)	10	
v	Therapeutic Approach (থেরাপি সমন্বিত দৃষ্টিভঙ্গি)	07	
vi	Attitude and Social Cognition (মনোভাব এবং সামাজিক জ্ঞান)	08	
vii	Social influence and Group Processes (সামাজিক প্রভাব বিস্তার এবং গোষ্ঠী প্রক্রিয়া)	07	
viii	Psychology and Life (মনোবিজ্ঞান এবং জীবন)	06	
ix	Developing Psychological Skill (মনোবৈজ্ঞানিক দক্ষতার উন্নতিসাধন)	06	
	মোট	70	

CLASS-XII (2020-21)**Subject : Phchology****Chapterwise Mark Distribution for Pre-Board/Board Examination**

Unit	Topic	Gr.-A 1 mark	Gr.-B 2 marks	Gr.-B 3 marks	Gr.-B 4marks	Gr.-B 6 marks	Unitwise Total marks
Chap.-1	Variations in Psychological Attributes	2 nos	–	1 no	1 no.	–	09
Chap.-2	Self and Personality	2 nos	–	–	2 no.	–	10
Chap.-3	Meeting Life Challenges	2 nos	1 no	1 no	–	–	07
Chap.-4	Psychological Disorder	2 nos	1 no	–	–	1 no.	10
Chap.-5	Therapeutic Approaches	1 no.	–	–	1 no	–	07
Chap.-6	Attitude and Social Cognition	2 nos	–	–	–	1 no	08
Chap.-7	Social influences and Group Processes	2 nos	–	1 no	–	–	07
Chap.-8	Psychology and Life	2 nos	–	–	1 no.	–	06
Chap.-9	Developing Psychological Skill	2 nos	–	–	1 no.	–	06
	Total–	17 nos	4 nos	3 nos	6 nos	2 nos	70 marks

QUESTIONWISE BREAK UP (প্রশ্নানুযায়ী নম্বর বিভাজন)

Type of Question	Mark per Question	Total No of Question	Total Marks
Objective Type (নৈর্ব্যক্তিক উত্তর)	1	17	17
Very Short Answer (VSA) (অতি সংক্ষিপ্ত উত্তর)	2	04	08
Short Answer (SA-I) (সংক্ষিপ্ত উত্তর-১)	3	03	09
Short Answer (SA-II) (সংক্ষিপ্ত উত্তর-২)	4	06	24
Long Answer (LA) (বিস্তৃত উত্তর)	6	02	12
Total		32	70

Word Limits (শব্দ সংখ্যা)

Marks	Word Limit
১	একটি শব্দে বা একটি বাক্যে
২	৩০ টি শব্দের মধ্যে
৩	৬০ টি শব্দের মধ্যে
৪	১০০ টি শব্দের মধ্যে
৫	২০০ টি শব্দের মধ্যে

SYLLABUS OF PSYCHOLOGY PRACTICAL
CLASS-XII (2020-21)

Full Marks-30

60 Period

A. Student shall be required to conduct a project on one of the following topics.

1. Development of case profile

OR

2. Measurement of Sociometric level of six
people with the help of a sociogram.

B. Guidelines for Project :

1. One case Profile : Student shall study one case using interview method. Case may be selected from his/her school.

Case History Format :

a. Personal Information

- | | |
|-----------------------|-----------|
| 1. Age. | 2. Gender |
| 3. Name of the school | 4. Class |

b. Socio Economic status

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Mother's Education | 2. Father's Education |
| 3. Occupation of parents | 4. Family Income |
| 5. House type | 6. Number of members in the family |
| 7. Siblings according to their
birth order | 8. Adjustment pattern in the family. |

c. Health

1. Height
2. Weight
3. Disability (Nature of disability if any) Yes / No.
4. Any Illness (in past or present)
5. Any professional help taken (in past or present)
6. Recording Signs (Facial expression, mannerism, symptoms like, fear, worry, tension, sleeplessness etc)

d. Concluding comments :

2. On Sociometry : Form for conducting project on Sociometry.

- a. Title of project
- b. Introduction
- c. Objective
- d. Method
 - i) Detail of samples
 - ii) Material required

- iii) Description of sciometric method.
- iv) Procedure.
- e. Data and Result
- f. Discussion and conclusion
- g. Reference.

C. Student shall be required to conduct four experienments. List of the experimenct given below :-

1. Measurment of concrete Intelligence using Alexgander Pass Test.
2. Measurment of Adjustment pattern using Bell's Adjustment Inventory.
3. Assess he personality of subject using NEO-PI by Mc Crac and Costa.
4. Messurement of Neuro ticism using KNPI.

Bengali Version

ক) শিক্ষার্থীদের নিম্নোক্ত যে-কোনো একটি প্রকল্প করতে হবে :

১. কেস প্রোফাইল তৈরি করা।

অথবা

২. সোসিওগ্রামের সাহায্যে ছয়জন ব্যক্তির সমাজমিতিমূলক স্তর পরিমাপ করা।

খ) প্রকল্প তৈরির নির্দেশাবলি :

১. কেস প্রোফাইলের জন্য : শিক্ষার্থীদের একটি কেস নিয়ে সাক্ষাৎকার পদ্ধতির সাহায্যে পর্যালোচনা করতে হবে। কেসটিকে সে তার বিদ্যালয় থেকে নিতে পারে।

কেসহিস্ট্রির ফরমেট :-

ক) ব্যক্তিগত তথ্য

- | | |
|--------------------|-----------|
| ১. বয়স | ২. লিঙ্গ |
| ৩. বিদ্যালয়ের নাম | ৪. শ্রেণি |

খ) আর্থ সামাজিক স্তর

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| ১. মাতার শিক্ষা | ২. পিতার শিক্ষা |
| ৩. মাতা-পিতার পেশা | ৪. পারিবারিক আয় |
| ৫. গৃহের ধরণ | ৬. পরিবারের সদস্য সংখ্যা |
| ৭. ছোট ভাইবোনদের সংখ্যা বয়সক্রমে | ৮. পরিবারে অভিযোজনের ধরণ |

গ) স্বাস্থ্য

- | | |
|--|-------------------------------------|
| ১. উচ্চতা | ২. ওজন |
| ৩. অক্ষমতা (অক্ষমতার প্রকৃতি) হ্যাঁ / না | ৪. কোন অসুস্থতা (অতীতে বা বর্তমানে) |
| ৫. কোন চিকিৎসকের সাহায্য নেওয়া হয়েছে কিনা। (অতীতে বা বর্তমানে) | |
| ৬. লক্ষণগুলো লিপিবদ্ধ করা (মুখমণ্ডলের অভিব্যক্তি, ধরণ, লক্ষণ যথা, ভয়, উৎকর্ষা, দুশ্চিন্তা, নিদ্রাহীনতা ইত্যাদি) | |

২. সমাজমিতিতে : সমাজমিতির প্রকল্প পরিচালনার ফরমেট :

ক) প্রকল্পের শিরোনাম

- খ) ভূমিকা
 গ) উদ্দেশ্য
 ঘ) পদ্ধতি
 i) নমুনাদলের বিবরণ
 ii) প্রয়োজনীয় উপকরণ
 iii) সমাজমিতিমূলক পদ্ধতিটির বর্ণনা
 iv) পদ্ধতি
 ঙ) উপাত্ত এবং ফলাফল
 চ) আলোচনা এবং সিদ্ধান্তগ্রহণ
 ছ) সহায়ক পাঠ্য
- খ) শিক্ষার্থীদের চারটি পরীক্ষণ করতে হবে। পরিক্ষণের বিষয়বস্তুর তালিকা নিচে দেওয়া হল :
১. আলেকজান্ডার পাস অ্যালং এর সাহায্যে বিমূর্ত বুদ্ধি পরিমাপ করা।
 ২. বেল অ্যাডজাস্টম্যান্ট ইনেভেন্টরি ব্যবহার করে অভিযোজনের ধরণ পরিমাপ করা।
 ৩. Mc Crac এবং Costa প্রদত্ত NEO-PI ব্যবহার করে পরীক্ষণ পাত্রের ব্যক্তিত্ব নিরূপণ করা।
 ৪. KNPI-এর সাহায্যে নিউরিটিসিজম পরিমাপ করা।

MARKS DISTRIBUTION PRACTICAL AND PROJECT

The student shall be required to conduct one Psychological test in practical examination.
 Pratical Reporting Marks
 Full Marks - 30

Marks Distribution for

I. Reporting of Psychological test : 10 marks	
1. Problem	01 mark
2. Basic concept	02 marks
3. Preliminaries	
4. Material Required	
5. Instruction to the subject	01 mark
6. Precaution	
7. Procedure	01 marks
8. Data and Result	03 marks
9. Discussion and conclusion	02 marks
Total—	10 marks
II. Project –	06 marks
III. Viva—	04 marks
IV. Lab note and Attendance = 5 +5 =	10 marks
Total—	30 marks

How to make Sociometric Chart and Sociogram :-

How to make sociometric chart and sociogram can be clearly understood with the help of an example. Let us assume that there is a group of six members, namely A,B,C,D,E and F. Each members will be asked to give their choices for these two questions :

1. Whom do you trust amongst the members of your group?
2. Who would you like to spend your leisure time with?

In each and every question a person will choose the other five members of the group (except himself). In that case, he/her trust, i.e, +, M, and -. The sociometric chart, star, mutual and isolates will differ for each question.

‘+’ indicates high trust.

‘M’ indicate Moderate trust.

‘-’ indicate Distrust.

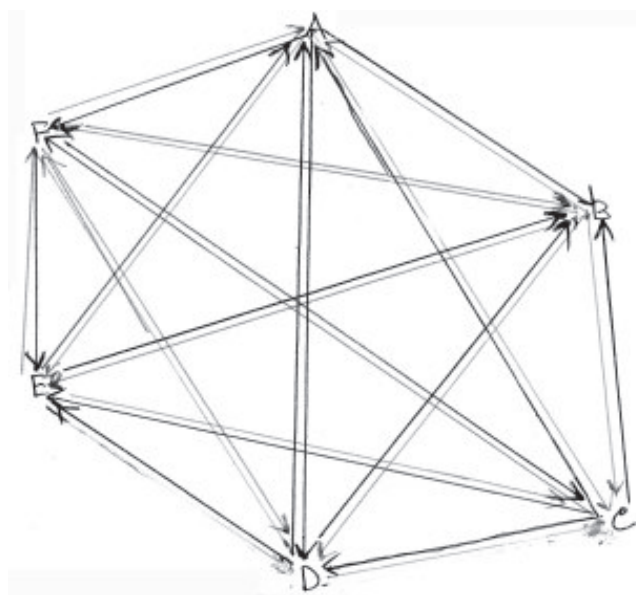
Example of Sociometric chart and Sociogram.

	A	B	C	D	E	F
A	X	M	+	M	+	M
B	+	X	+	+	+	+
C	-	M	X	-	-	-
D	M	M	+	X	M	+
E	M	M	+	+	X	+
F	+	+	M	+	M	X

High Trust : (Green)

Moderate trust : (Blue)

Distrust : (Black)



Sociogram

একটি সোসিওগ্রাম ও সমাজমিতির চার্ট কীভাবে বানানো যায় :

একটি উদাহরণের সাহায্যে বুঝে নেওয়া যাক যে কীভাবে সোসিওমেট্রিক চার্ট এবং সোসিওগ্রাম বানানো যায়। ধরা যাক, একটি দলে ছয়জন ব্যক্তি রয়েছেন যথা A,B,C,D,E এবং F। প্রত্যেক সদস্যকেই নিম্নোক্ত দুটি প্রশ্নে তাদের পছন্দ অনুসারে উত্তর দিতে বলা হবে।

১. নিজের দলের সদস্যদের মধ্যে কাঁদের এবং কতটুকু বিশ্বাস কর?
২. তুমি কার সাথে অবসর সময় কাটাতে পছন্দ কর?

প্রতিটি প্রশ্নের ক্ষেত্রেই একজন ব্যক্তি নিজেকে ছাড়া বাকি পাঁচজন সদস্য সম্পর্কেই তার মতামত প্রদান করবে। সে ক্ষেত্রে তার বিশ্বাসের পরিমাণ অনুসারে +, M, এবং – চিহ্নের সহায়তা সহন করে উত্তরদান করবে। দুটো প্রশ্নের ক্ষেত্রে সোসিওমেট্রিক চার্ট star, mutual এবং isolates আলাদা হবে।

‘+’ হল উচ্চমানের বিশ্বাস

‘M’ হল মধ্যম মানের বিশ্বাস

‘–’ হল অবিশ্বাস

সোসিওমেট্রিক চার্ট এবং সোসিওগ্রামের একটি উদাহরণ English version-এ দেওয়া আছে।

SPLIT UP SYLLABUS FOR CLASS-XII

(Session 2020-21)

NAME OF THE SUBJECT : PSYCHOLOGY (মনোবিজ্ঞান)

HALF YEARLY EXAMINATION (ষান্মাসিক পরীক্ষা)

(Unit) একক	(Topics) বিষয়সূচি	Unitwise Marks	Marks Distribution
i	Variation in Psychological Attributes (মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির বৈচিত্র্য)	15	17×1=17 2×4= 08 3×3=09 4×6=24 6×2=12 70
ii	Self and Personality (স্বীয় এবং ব্যক্তিত্ব)	16	
iii	Meeting life challenges (জীবনের বাধাসমূহের সম্মুখীন হওয়া)	12	
iv	Psychological Disorders (মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি)	16	
v	Therapeutic Approach (থেরাপি সমন্বিত দৃষ্টিভঙ্গি)	11	
মোট		70	

COURSE STRUCTURE ALONGWITH SPLIT UP

SYLLABUS FOR CLASS-XII

(Session 2020-21)

NAME OF THE SUBJECT : PSYCHOLOGY (মনোবিজ্ঞান)

COURSE CONTENT

Unit	Content	একক	বিষয়সমূহ
Chap-1	Variation in Psychological Attributes (20 periods) 1. Introduction. 2. Explaining Social Behaviour. 3. Assessment of Psychological Attributes. 4. Intelligence 5. Psychometric Theories of Intelligence, Information Processing Theory, Theory of Multiple intelligences, Triarchic Theory of Intelligence, PASS Model of Intelligence. 6. Individual Difference in Intelligence. 7. Cultural and Intelligence 8. Emotional Intelligence	অধ্যায়-১	মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির বৈচিত্র্য (20 periods) ১. ভূমিকা ২. মানবিক কার্যকলাপে ব্যক্তিগত বৈষম্যসমূহ ৩. মনোবৈজ্ঞানিক গুণাবলির পরীক্ষণ ৪. বুদ্ধি ৫. বুদ্ধির Psychometric তত্ত্বসমূহ, তথ্য প্রক্রিয়াকরণ তত্ত্ব, বহুবিধ বুদ্ধির তত্ত্ব, বুদ্ধির ত্রৈমাসিক তত্ত্ব, বুদ্ধির PASS মডেল। ৬. বুদ্ধিতে ব্যক্তিগত বৈষম্য ৭. সংস্কৃতি এবং বুদ্ধি ৮. প্রক্ষেপভূলক বুদ্ধি ৯. বিশেষ ক্ষমতা : প্রবণতা : প্রকৃতি এবং পরিমাপ

	9. Spatial Abilities : Aptitude : Nature and Measurement. 10. Creativity.		১০. সৃজনশীলতা।
Chap-2	Self and Personality (24 periods) 1. Introduction. 2. Self and Personality 3. Concept of Self 4. Cognitive and Behavioural Aspects of Self. 5. Culture and Self 6. Concept of Personality 7. Major Approaches to the Study of Personality. ● Type Approache ● Trait Approache ● Psychodynamic Approache ● Behavioural Approache ● Cultural Approache ● Humanitarian Approache 8. Assessment of Personality. ● Self-report Measures ● Projective Techniques ● Behavioral Analysis	একক-২	স্বীয় এবং ব্যক্তিত্ব (24 periods) ১. ভূমিকা ২. স্বীয় ও ব্যক্তিত্ব ৩. স্বীয়-এর ধারণা ৪. স্বীয়-এর জ্ঞানমূলক এবং আচরণমূলক দিক ৫. সংস্কৃতি এবং স্বীয় ৬. ব্যক্তিত্বের ধারণা ৭. ব্যক্তিত্বের অধ্যয়নের প্রধান দৃষ্টিভঙ্গিসমূহ ● টাইপ তত্ত্ব ● সংলক্ষণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি ● মনোজ্যোঞ্জামিক দৃষ্টিভঙ্গি ● আচরণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি ● সাংস্কৃতিক দৃষ্টিভঙ্গি ● মানবতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গি ৮. ব্যক্তিত্বের পরিমাপন ● পরিমাপন ● প্রক্ষেপণমূলক কৌশলসমূহ ● আচরণমূলক বিশ্লেষণ
Chap-3	Meeting life challenges (14 periods) 1. Introduction. 2. Nature, Types, and Source of Stress 3. Effect of stress on Psychological and Health ● Stress and Health ● General Adaptation Syndrome ● Stress and Immune System ● Life Style. 4. Coming with Stress ● Stress Management Techniques 5. Promoting Positive Health and Well-being ● Life Skill	একক-৩	জীবনের বাধাসমূহ সম্মুখীন হওয়া (14 periods) ১. ভূমিকা ২. প্রকৃতি, প্রকারভেদ এবং পীড়নের উৎসসমূহ ৩. মনোবৈজ্ঞানিক কার্যকলাপ এবং স্বাস্থ্যের উপর পীড়নের প্রভাব। ● পীড়ন ও স্বাস্থ্য ● General Adaptation Syndrome ● পীড়ন ও অনাক্রমতার তত্ত্ব ● জীবন শৈলী ৪. পীড়নের সাথে মোকাবিলা ● পীড়নের ব্যবস্থাপনার কৌশলসমূহ ৫. ইতিবাচক স্বাস্থ্য এবং উন্নতি করা। ● জীবনযাপনের দক্ষতা।

<p>Chap-4</p>	<p>Psychological Disorders (24 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Concepts of Abnormality and Psychological Disorder <ul style="list-style-type: none"> ● Historical Background 3. Classification of Psychological Disorders 4. Factors Underlying Abnormal Behaviour 5. Major Psychological Disorders <ul style="list-style-type: none"> ● Anxiety Disorders ● Obsessive-Compulsive Related Disorders ● Trauma and Stressor-Related Disorders ● Somatic Symptom and Related Disorders ● Dissociative Disorders ● Depressive Disorders ● Bipolar and Related Disorders ● Schizophrenia Spectrum and Other Psychotic Disorders ● Neuro Development Disorders ● Disruptive, Impulse Control and Conduct Disorders ● Feeding and Eating Disorders ● Substance Related and Addictive Disorders 	<p>একক-৪</p>	<p>মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি (24 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. অস্বাভাবিকতার ধারণা এবং মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতি। <ul style="list-style-type: none"> ● ঐতিহাসিক প্রেক্ষাপট ৩. মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতির শ্রেণিবিভাগ ৪. অস্বাভাবিক আচরণের ভিত্তিমূলক উপাদানসমূহ। ৫. প্রধান মনোবৈজ্ঞানিক অসংগতিসমূহ <ul style="list-style-type: none"> ● উদ্বেগমূলক ব্যত্যয় ● Obsessive-Compulsive এবং এই সম্পর্কিত ব্যত্যয় ● আঘাতজনিত এবং পীড়ক সম্পর্কিত ব্যত্যয় ● দেহগত লক্ষণ এবং সম্পর্কিত ব্যত্যয়সমূহ ● Dissociative ব্যত্যয়সমূহ ● বিষণ্ণতামূলক ব্যত্যয় ● Bipolar এবং এ সম্পর্কিত ব্যত্যয় ● সিজোফ্রেনিয়ার বিভিন্ন রূপ এবং অন্যান্য Psychotic ব্যত্যয়সমূহ ● স্নায়বিক বিকাশমূলক ব্যত্যয়সমূহ ● Disruptive, Impulse Control এবং Conduct ব্যত্যয়। ● দ্রব্য ব্যবহারজনিত এবং আসক্তিমূলক ব্যত্যয়
<p>Chap-5</p>	<p>Therapeutic Approaches (20 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction. 2. Nature and Process of Psychotherapy. <ul style="list-style-type: none"> ● Therapeutic Relationship 3. Types of Therapies <ul style="list-style-type: none"> ● Psychodynamic Therapy ● Behaviour Therapy ● Cognitive Therapy ● Humanistic Existential Therapy ● Biomedical Therapy ● Alternative Therapies 4. Rehabilitation of Mentally ill. 	<p>একক-৫</p>	<p>থেরাপিসম্বন্ধীয় দৃষ্টিভঙ্গি (20 periods)</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. ভূমিকা ২. মনোবৈজ্ঞানিক থেরাপির প্রকৃতি এবং প্রক্রিয়া <ul style="list-style-type: none"> ● থেরাপি সম্বন্ধীয় সম্পর্কস্থাপন ৩. থেরাপির প্রকারভেদ <ul style="list-style-type: none"> ● মনোজাজামিক থেরাপি ● আচরণগত থেরাপি ● জ্ঞানমূলক থেরাপি ● মানবতাবাদী অস্তিত্বমূলক থেরাপি ● Biomedical থেরাপি ● বিকল্প থেরাপিসমূহ ● বিকল্প থেরাপিসমূহ ৪. মানসিক বিকারগ্রন্থদের পুনর্বাসন

HALF-YEARLY EXAMINATION
CLASS-XII (2020-21)
Subject : Psychology (Theory)
Chapterwise Mark Distribution
Full Marks-70

Unit	Topic	Gr.-A 1 mark	Gr.-B 2 marks	Gr.-B 3 marks	Gr.-B 4marks	Gr.-B 6 marks	Unitwise Total marks
Chap.-1	Variations in Psychological Attributes	2 nos	1 no	1 no	2 nos.	–	15
Chap.-2	Self and Personality	4 nos	1 no	–	1 no.	1 no.	16
Chap.-3	Meeting Life Challenges	3 nos	1 no	1 no	1 no.	–	12
Chap.-4	Psychological Disorder	4 nos	1 no	–	1 no.	1 no.	16
Chap.-5	Therapeutic Approaches	4 nos	–	1 no	1 no.	–	11
	Total–	17 nos	4 nos	3 nos	6 nos	2 nos	70 marks