किशोरावस्था एवं प्रौढ़ावस्था
Adolescence and Adulthood

बी.एस.सी. गृहविज्ञान
तृतीय वर्ष

तरुणावस्था की कसौटियाँ (Criteria of Puberty)

प्रस्तुतकर्ता
डॉ. रुचि सोनी

- तरुणावस्था की कसौटियाँ
- महत्वपूर्ण प्रश्न
- सन्दर्भ

तरुणावस्था की कसौटियाँ
(Criteria of Puberty)

- तरुणावस्था की आयु के निर्धारण,
- तरुणावस्था में हस्तानांतरण की प्रक्रिया कब प्रारम्भ होती है ? व कब पूर्णता को प्राप्त करती हैं?,
- कब बालक-बालिकाएं लैंगिक परिपक्वता को प्राप्त करते हैं ?

उपरोक्त तथ्यों का पता लगाने के लिए कसौटियों का प्रयोग किया जाता हैं

- बालिकाओं में मासिकधर्म की शुरुआत,
- बालकों में प्रथम स्वप्नदोष (Nocturnal Emission)
- बालको के मूत्र में वीर्य की मात्रा (रासायनिक विश्लेषण द्वारा एंड्रोजन की मात्रा ज्ञात करना)
- बालिकाओं के मूत्र का रासायनिक विश्लेषण द्वारा एस्ट्रोजन
- की मात्रा ज्ञात करना
- बालक-बालिकाओं का अस्थि विकास (एक्स-रे द्वारा)

महत्वपूर्ण प्रश्न

- तरुणावस्था की कसौटियों को समझाइये।

सन्दर्भ

- श्रीमती गायत्री बर्मन एवं डॉ.शशिप्रभा जैन: किशोरावस्था, शिवा प्रकाशन इंदौर, चतुर्थ संस्करण 2014
- उषा भार्गव : किशोर मनोविज्ञान, हिंदी ग्रन्थ अकादमी, जयपुर
- https://bookskancha.blogspot.com/2019/10/stages-of-development.html?utm_source=feedburner&utm_medium=feed&utm_campaign=Feed:+BooksOfKancha+(Books,+of+kancha+)&m=1

(Job Oriented Course)

Guidance and counseling

मार्गदर्शन एवं परामर्श

बी.एस.सी. गृहविज्ञान

तृतीय वर्ष

मार्गदर्शन (Guidance) काअर्थ, परिभाषा एवं सिद्धांत

प्रस्तुतकर्ता

डॉ. रुचि सोनी

- पाठ्यक्रम
- मार्गदर्शन (Guidance) का अर्थ
- मार्गदर्शन की परिभाषा
- मार्गदर्शन के सिद्धांत
- संभावित प्रश्न
- सन्दर्भ

पाठ्यक्रम

Department of Higher Education, Govt. of M.P.

Under Graduate Year wise Syllabus

As recommended by Central Board of Studies and approved by the Governor of M.P.

उच्च शिक्षा विभाग, म.प्र. शासन

स्नातक कक्षाओं के लिये वार्षिक पद्धति अनुसार पाठ्यक्रम

केंद्रीय अध्ययन मण्डल द्वारा अनुशंसित तथा म.प्र. के राज्यपाल द्वारा अनुमोदित

Session 2019-2020

Class/ कक्षा	:	B.Sc. (Home Science) III Year तृतीय वर्ष
Subject/ विषय	:	Home Science/ गृह विज्ञान
Title of Paper	:	**Job Oriented Course option (C) Guidance and Counseling**
प्रश्न पत्र का शीर्षक	:	**मार्गदर्शन एवं परामर्श**
Paper No./ प्रश्न पत्र	:	III (द्वितीय प्रश्न पत्र (C))
Max. Marks/ अधिकतम अंक	:	Theory 42.5+7.5 (आंतरिक मूल्यांकन)

Unit-1	Principles, objectives, types and characteristics of guidance and counselling. Techniques/methods of guidance. Techniques/methods of counselling. Meaning and differences between advice, counselling and guidance. Need for counseling. Goals of counselling.
इकाई–1	मार्गदर्शन एवं परामर्श के सिद्धान्त, उददेश्य, प्रकार एवं विशेषतायें मार्गदर्शन की विधियां परामर्श की विधियां परामर्श एवं मार्गदशर्न का अर्थ। परामर्श एवं मार्गदर्शन एवं सलाह में अंतर। परामर्श की आवश्यकता। परामर्श के लक्ष्य।

Unit-2	Qualities and role of a counselor. Role of parents in guidance programmes-(a)childhood period 6-12 years Role of teachers in guidance and counselling- (a) Role of teacher in school adjustment and academic achievement
इकाई–2	परामर्शदाता के गुण एवं भूमिका मार्गदर्शन कार्यक्रम में अभिभावक की भूमिका – (अ)बाल्यावस्था (6–12 वर्ष) में परामर्श एवं मार्गदर्शन में शिक्षक की भूमिका –(अ) शालेय समायोजन और शैक्षणिक उपलब्धि में शिक्षक की भूमिका
Unit-3	Counselling during adolescence. Vocational counselling. Counselling during old age. Guidance and counseling for parenthood. Pre-marital and post-marital counselling.
इकाई–3	किशोरावस्था में परामर्श व्यावसायिक मार्गदर्शन वृद्धावस्था में मार्गदर्शन अभिभावकत्व के लिये मार्गदर्शन एवं परामर्श पूर्व – वैवाहिक एवं विवाहेत्तर परामर्श

80

Unit-4	1. Behavioural problem during early childhood- relatited to physical social emotional and interrelated developmental area. 2- Guidance programme for parents of nursery school children- with child adjustment, Academic achievement.
इकाई–4	1. पूर्व बाल्यावस्था में व्यवहार संबंधी समस्यायें – शारिरिक, सामाजिक, संवेगात्मक विकास से अंर्तसंबंधित। 2. पूर्व शालेय बालकों के अभिभावकों का मार्गदर्शन – बालक के समायोजन एवं शैक्षणिक उपलब्धि में शिक्षक की भूमिका।
Unit-5	Counselling gifted children and their parents-recognise child capacities achievements, accepting childs potentials for counseling. Mental retardation – definetion, classiffication of mentally retarded children and their parents.
इकाई–5	विशिष्ट बच्चों एवं उनके अभिभावकों को परामर्श – बालक की क्षमताओं को पहचानना। परामर्श हेतु बालक की योग्यताओं को स्वीकार करना। मानसिक मंदता परिभाषा एवं वर्गीकरण मानसिक रूप से अविकसित बच्चों एवं उनके अभिभावक को परामर्श।

Practical Work/ प्रायोगिक कार्य

Max. Marks : 50
Min. Marks : 17
Viva : 5
Sessional: 10
Practical : 35 (7x5)

Unit-I

(a) Prepare chart of counseling methods.
(b) Prepare chart of Guidence methods

इकाई–I

(अ) परामर्श विधियों द्वारा चार्ट का निर्माण।
(ब) निर्देशन विधियों द्वारा चार्ट का निर्माण।

Unit-II.

(a) Planning of counseling programmes for childhood period
(b) Planning of counseling programmes for parents of pre-school

इकाई–II

(अ) बाल्यावस्था के लिये निर्देशन कार्यक्रम की योजना बनाना।
(ब) पूर्व शालेय बालकों के अभिभावकों हेतु परामर्श कार्यक्रम की योजना बनाना।

Unit-III.

(a) Marital adjustmeut test
(b) Pre marital counseling by questionnaire method.

इकाई–III

(अ) वैवाहिक समायोजन परीक्षण।
(ब) पूर्व विवाहोत्तर परामर्श हेतु प्रश्नावली का निर्माण करना।

Unit-IV.

(a) Planning counseling programmes for gifted Children
(b) Personality test for gifted children

इकाई–IV

(अ) प्रतिभाशाली बालकों के लिये परामर्श कार्यक्रम योजना का निर्माण।
(ब) प्रतिभाशाली बालकों हेतु व्यक्तित्व परीक्षण।

Unit-V.

(a) Visit centers for child welfare.
(b) To collect information of working agencies in child welfare

इकाई–V

(अ) बाल कल्याण केन्द्रों का भ्रमण।
(ब) शहर में कार्यरत बाल कल्याण एजेन्सी से सूचनाएँ एकत्रित करना।

मार्गदर्शन (Guidance) का अर्थ

- **मार्गदर्शन को निर्देशन भी कहते है**
- निर्देशन एक क्रिया है जिसमे एक वयक्ति को सहायता प्रदान की जाती हैं जिससे वह अपने निर्णय स्वयं ले सके, निष्कर्ष निकाल सके तथा अपने उद्देश्यों को प्राप्त कर सके
- निर्देशन किसी भी समस्या का समाधान स्वयं नहीं करता वरन व्यक्ति को ही समस्या का समाधान करने योग्य बना देता हैं।
- निर्देशन का केंद्र बिन्दु व्यक्ति होता हैं उसकी समस्या नहीं।
- निर्देशन में समस्याओ का अध्ययन बाद में किया जाता हैं पहले व्यक्ति की क्षमताओं, शक्तियों का अध्ययन किया जाता हैं

मार्गदर्शन की परिभाषा

- **यूनाइटेड ऑफिस ऑफ़ एजुकेशन के अनुसार** "निर्देशन एक ऐसी प्रक्रिया हैं जो वयक्ति का परिचय विभिन्न उपायों से, जिनमे विशेष प्रशिक्षण भी सम्मिलित हैं, तथा जिनके माध्यम से व्यक्ति प्राकृतिक शक्तियों का बोध भी हो, कराती हैं जिससे वह अधिकतम व्यक्तिगत व सामाजिक हित कर सके।"
- **टेक्सलर के अनुसार** " प्रत्येक छात्र को इस प्रकार सहायता देना कि वह अपनी क्षमता तथा शक्तियों का ज्ञान प्राप्त कर सके तथा इन क्षमताओं और शक्तियों का विकास करते हुए अपना पथ प्रदर्शन स्वयं कर सके । "

मार्गदर्शन के सिद्धांत

मार्गदर्शन कुछ मनोवैज्ञानिक और समाजशास्त्रीय सिद्धांतों को निम्नानुसार सूचीबद्ध किया गया है:

1. इसमें व्यक्तिगत अंतर के सिद्धांत शामिल हैं, प्रत्येक व्यक्ति की अपनी क्षमता, और आवश्यकताएं हैं।
2. यह व्यक्ति का संपूर्ण रूप से अध्ययन करता है, जैसे शारीरिक, भावनात्मक, सामाजिक और मानसिक संरचना।
3. यह लोकतांत्रिक सिद्धांतों पर आधारित है। मार्गदर्शन सभी के लिए है, कुछ व्यक्तियों के लिए नहीं है।
4. मार्गदर्शन में जागरूकता दी जाती है और निर्णय व्यक्ति द्वारा लिया जाता है।
5. यह सभी के लिए एक सतत या जीवन भर चलने वाली प्रक्रिया है।

6. मार्गदर्शन शैक्षिक कार्यक्रम का एक अभिन्न अंग है। शिक्षण में मार्गदर्शन शामिल है।
7. यह मानव विकास के लिए एक व्यक्तिगत दृष्टिकोण है।
8. निर्देशन आत्म-बोध व आत्म-विकास को विकसित करता हैं।
9. निर्देशन छात्र, अभिभावक, अध्यापक, प्रशासक, परामर्शदाता का सहकारी कार्य होना चाहिए
10. निर्देशन कार्यक्रम में अधिकांश वयक्तियों को सामान्य व्यक्ति मानना चाहिए।
11. वैयक्तिक भिन्नताओं का ध्यान।
12. आवश्यक गोपनीयता बनाये रखना।

संभावित प्रश्न

1. मार्गदर्शन से आप क्या समझते हैं इसका अर्थ एवं परिभाषा स्पष्ट कीजिये
2. मार्गदर्शन के सिद्धांतो को विस्तार से समझाइये

सन्दर्भ

- डॉ रामपाल सिंह वर्मा एवं राधावल्लभ उपाध्याय, शैक्षिक एवं व्यवसायिक निर्देशन, विनोद पुस्तक मंदिर आगरा, नवीन संस्करण, 1992
- डॉ.सीताराम जायसवाल, शिक्षा में निर्देशन एवं परामर्श, अग्रवाल पब्लिकेशन आगरा, नवां संस्करण 2011
- https://www.psychologydiscussion.net/hi/term-paper/guidance/guidance-definitions-types-and-characteristics-term-paper-psychology/13544

किशोरावस्था एवं प्रौढ़ावस्था
Adolescence and Adulthood

बी.एस.सी. गृहविज्ञान
तृतीय वर्ष

तरुणावस्था का अर्थ, परिभाषा व विशेषतायें

प्रस्तुतकर्ता
डॉ. रुचि सोनी

- पाठ्यक्रम
- तरुणावस्था का अर्थ
- तरुणावस्था की परिभाषा
- तरुणावस्था की विशेषतायें
- महत्वपूर्ण प्रश्न
- सन्दर्भ

पाठ्यक्रम

Department of Higher Education, Govt. of M.P.

Under Graduate Year wise Syllabus

As recommended by Central Board of Studies and approved by the Governor of M.P.

उच्च शिक्षा विभाग, म.प्र. शासन

स्नातक कक्षाओं के लिये वार्षिक पद्धति अनुसार पाठ्यक्रम

केंद्रीय अध्ययन मण्डल द्वारा अनुशंसित तथा म.प्र. के राज्यपाल द्वारा अनुमोदित

Session 2019-2020

Class/ कक्षा	:	B.Sc. (Home Science) III Year तृतीय वर्ष
Subject/ विषय	:	Home Science/ गृह विज्ञान
Title of Paper	:	**Adolescence and Adulthood**
प्रश्न पत्र का शीर्षक	:	**किशोरावस्था एवं प्रौढ़ावस्था**
Paper No./ प्रश्न पत्र	:	II (प्रथम प्रश्न पत्र)
Max. Marks/ अधिकतम अंक	:	Theory 42.5+7.5 (आंतरिक मूल्यांकन)

Unit-1	**Puberty –** 1. Meaning, definition Characterstics. 2. Criteria of Puberty, Physical changes in Puberty, Effects of Pubertal Changes. 3. Common Concerns of Puberty.
इकाई–1	**तरूणावस्था –** 1. अर्थ, परिभाषा, विशेषताऐं 2. तरूणावस्था की कसौटिया, तरूणावस्था मे शारीरिक परिवर्तन, तरूणावस्था के परिवर्तनों का प्रभाव 3. तरूणावस्था की सामान्य आकुलताऐं

Unit-2	**Adolescence-** 1. Concept, definition, Characterstics. 2. Developmental tasks of adolescence. 3. Physical changes, Effect of Physical changes 4. Problem of Adolescence. 5. Emotionality during abolescence.
इकाई–2	**किशोरावस्था –** 1. अवधारणा, परिभाषा, विशेषताएँ 2. किशोरावस्था के विकासात्मक कार्य 3. शारीरिक परिवर्तन एवं शारीरिक परिवर्तन का प्रभाव 4. किशोरावस्था की समस्याएँ 5. किशोरावस्था में संवेगात्मकता
Unit-3	1. Stanly Halls Views elaboration strom and stress during adolescence. 2. Social development during adolescence and family relationship. 3. Adjustment during adolescence adjustment to parenthood and vocational adjustment, Problem in family. 4. Javenile delinguency.

इकाई–3	1. किशोरावस्था में स्टेनले हॉल का स्ट्रॉम एवं स्ट्रेस का दृष्टिकोण। 2. किशोरावस्था में सामाजिक विकास एवं पारिवारिक संबंध। 3. किशोरावस्था में समायोजन अभिभावकत्व से समायोजन, व्यवसायिक समायोजन एवं पारिवारिक समस्याएँ 4. किशोर अपराध।

Unit-4	**Development of sex role –** 1. Development of Sex role. 2. Theories of Sexrole development. (a) Psychonanalytic Theory. (b) Social Learning Theory. 3. Sex Education 4. Interest and Hazards of adolescence.
इकाई–4	**यौन भूमिका का विकास –** 1. यौन भूमिका का विकास 2. यौन भूमिका विकास के सिद्धांत (अ) मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत (ब) सामाजिक सीखने का सिद्धांत 3. यौन शिक्षा 4.किशोरावस्था की रूचिया ं एव ं बाधाए।
Unit-5	**Adulthood –** 1. Concept, Meaning, Characterstics of adulthood and middle. Adulthood. 2. Developmental task of pre and middle adulthood. 3. Vocational and mental adjustment and adjustment to parenthood. 4. Characterstics of late adulthood and problem , Retirements.
इकाई–5	**प्रौढ़ावस्था –** 1. अवधारणा अर्थ, पूर्व एवं मध्य प्रौढावस्था की विशेषताऍं 2. पूर्व एवं मध्य प्रौढ़ावस्था में विकासात्मक कार्य 3. व्यवसायिक एवं मानसिक समायोजन एवं अभिभावकत्व समायोजन 4. उत्तर प्रौढ़ावस्था (वृद्धावस्था) की विशेषताऍं समस्याऍं, सेवा निवृत्ति।

A. Pande 28/4/17

G Saraf 28-4-2017

28/4/17

28.4.17

28/4/17

Practical Work/ प्रायोगिक कार्य

Max. Marks : 50

Min. Marks : 17

Viva : 5

Sessional: 10

Practical : 35 (7x5)

Unit-I

(a) Paper presentation on puberty and adolescence.
(b) Prepare resourse file on & adolescence.

इकाई–I

(अ) तरूणावस्था एवं किशोरावस्था के पेपर प्रस्तुतिकरण।
(ब) किशोरावस्था पर रिसोर्स फाईल तैयार करना।

Unit-II.

(a). Case study of adolescence from disturbed family or from a broken family.
(b). Study of emotinally unstable adolescence – By psuchological testing method

इकाई–II

अ) भग्न परिवार ब टूटे परिवार के किशोर/किशोरियों की केस स्टडी करना।
(ब) संवेगात्मक रूप से अस्थिर किशोर/किशोरियों का अध्ययन – मनोवैज्ञानिक परीक्षण विधि द्वारा।

Unit-III.

(a) Socially well adjust adolescence girl and boy - By saciomatrix.
(b) Vocational interest test.

इकाई–III

(अ) सामाजिक रूप से श्रेष्ठ समायोजन वाले किशोर/किशोरियों का अध्ययन – समाजमिति विधि द्वारा
(ब) व्यवसायिक रूचि परीक्षण

Unit-IV.

(a) Plan for imparting sex education to adolescence.

(b) Personality test (Adolescence)

इकाई–IV

(अ) किशोरवय में यौन शिक्षा देने हेतु योजना बनाना।

(ब) किशोर/किशोरियों का व्यक्तित्व परीक्षण।

Unit-V.

(a) Visit to old home and counseling of old person (Man/Women)

(b) Use of old man adjustment scale (OAS test)

इकाई–V

(अ) वृद्धावस्था का भ्रमण एवं वृद्ध/वृद्धा को परामर्श देना।

(ब) वृद्ध व्यक्ति समायोजन स्केल का उपयोग (OAS परीक्षण)

तरुणावस्था का अर्थ

- तरुणावस्था को इंग्लिश में **प्युबरटि (puberty)** कहा जाता हैं।
- प्युबरटि (puberty) शब्द की उत्पत्ति लेटिन शब्द **प्युबरटॉस (pubertas)** से हुई है
- प्युबरटॉस (pubertas) का अर्थ है **"पुरुषत्व की आयु" (Age of Manhood)**
- अर्थात विकास की वह अवस्था जब **प्रजनन अंग परिपक़्वता को प्राप्त कर कार्य करने योग्य हो जाते हैं**
- **हरलॉक के अनुसार तरुणावस्था की अवधि - 10 या 12 वर्ष से 13 या 14 वर्ष**
- तरुणावस्था के कुछ लक्षण अंतिम बाल्यावस्था में देखे जाते है व कुछ प्रारंभिक किशोरावस्था में देखे जाते है, इसलिए इसे **Overlapping या अतिव्यापी काल** मन जाता हैं
- क्यों की अलग अलग व्यक्तियों में लैंगिक परिपक्वता का समय अलग-अलग होता है

तरुणावस्था की परिभाषा

- **मेकेंडलेस के अनुसार:-** "**तरुणावस्था** वह अवस्था है जिसमें बालक के शारीरिक व मानसिक परिवर्तन तीव्रता के साथ होते हैं।"

- **हरलॉक के अनुसार,** "यह किसी बालक-बालिका के जीवन की वह अवस्था है, जिसमें उनका शरीर अलैंगिक से लैंगिक बनता है, जिसकी अवधि काफी कम होती है। इस अवस्था में होने वाले लैंगिक परिवर्तनों के साथ शारीरिक परिवर्तन, व्यवहार में परिवर्तन, दृष्टिकोण व रूचि में परिवर्तन होते हैं "

- **आंसुबेल के अनुसार** "तरुणावस्था वह अवस्था हैं जिसमें बालक के बालोचित शरीर, मासूमियत, बचकानी बातें, दृष्टिकोण तथा व्यवहार छूट जाते हैं व उनकी जगह विकसित परिपक्व शरीर, परिवर्तित दृष्टिकोण और नये-नये व्यवहार स्थान ले लेते है।"

उपरोक्त परिभाषाओ से स्पष्ट होता है कि तरुण अवस्था तीव्रतम विकास की अवस्था है जहां नए-नए शारीरिक एवं मानसिक लक्षणों का प्रादुर्भाव होता है।

तरुणावस्था की विशेषतायें

1) शारीरिक विकास की तीव्रता अत्यधिक रहती है साथ ही शरीर-क्रियात्मक वैकासिक परिवर्तन तेज गति से होते हैं।

2) वैकासिक परिवर्तन की तीव्रता सांवेगिक,सामाजिक नैतिक व बौद्धिक परिवर्तन में उथल-पुथल का असंतुलन उत्पन्न करते हैं।

3) शरीर वृद्धि मुख्य रूप से सांवेगिक, सामाजिक बौद्धिक परिपक्वता के लिए आधार बनाती है। क्योंकि शारीरिक वृद्धि न होने से पर परिपक्वता का प्रभाव बुद्धि, मांसपेशियों के कार्य कौशल पर देखा जाता है।

4) शारीरिक वृद्धि तरुण के प्रौढ़ावस्था की जिम्मेदारियां व जीवन की दशा जैसे विवाह व्यवसाय सामाजिक प्रतिष्ठा आदि में सफलता प्रदान करता है।

5) तरुणावस्था में होने वाले परिवर्तन जीवनव्यापी होते हैं एक तरुण इन परिवर्तनों का अर्थ किस रूप में स्वीकार करता है, यह उसकी अवस्था व अनुभव पर आधारित होते हैं, जो अभिवृत्तियों के निर्माण में सहायक होते हैं।

6) तीव्र गति से होने वाला परिवर्तन तरुण में असुरक्षा उलझन विरोधीभाव को उत्पन्न करता है जिससे समायोजन संबंधित कठिनाई देखी जाती है।

7) लैगिक परिपक्वता काम-उत्तेजना को बल प्रदान करती है, फलस्वरुप तरुण बालक-बालिकाओं का यह समय नाजुक एवं संवेदनशील हो जाता है जिसकी देखभाल आवश्यक है।

8) तरुणावस्था परस्परव्यापी काल को मनोवैज्ञानिक दृष्टि तथा शारीरिक परिवर्तन की दृष्टि से विभाजित करना अत्यंत कठिन है क्योंकि यह अवस्था बाल्यावस्था की समाप्ति एवं किशोरावस्था के शुरुआत की अवधि के मध्य की अवस्था मानी जाती है अतः इसे परस्परेव्यापी (Overlapping या अतिव्यापी) काल भी कहते हैं।

9) तरुणावस्था को अल्पावधि काल भी कहा गया है

10) तरुणावस्था को शारीरिक व मानसिक लक्षणों का तीव्रतम परिवर्तन काल (Rapid Change) माना गया है।

11) तरुणावस्था को नकारात्मक काल कहा कहा जाता हैं

12) तरुणावस्था भिन्नतायुक्त आयु कहा गया हैं

महत्वपूर्ण प्रश्न

1. तरुणावस्था का अर्थ बताते हुए तरुणावस्था की कोई तीन परिभाषाएं लिखिये।
2. तरुणावस्था की अवधि कितनी है?
3. तरुणावस्था की विशेषताओं को समझाइये।

सन्दर्भ

- श्रीमती गायत्री बर्मन एवं डॉ.शशिप्रभा जैन: किशोरावस्था, शिवा प्रकाशन इंदौर, चतुर्थ संस्करण 2014
- उषा भार्गव : किशोर मनोविज्ञान, हिंदी ग्रन्थ अकादमी, जयपुर
- https://bookskancha.blogspot.com/2019/10/stages-of-development.html?utm_source=feedburner&utm_medium=feed&utm_campaign=Feed:+BooksOfKancha+(Books,+of+kancha+)&m=1

मानव विकास का परिचय
Introduction to Human Development

बी.एस.सी. गृहविज्ञान
प्रथम वर्ष

मानव विकास का अर्थ एवं परिभाषा

प्रस्तुतकर्ता

डॉ. रुचि सोनी

- मानव विकास का अर्थ
- परिभाषा
- महत्वपूर्ण प्रश्न
- सन्दर्भ

मानव विकास का अर्थ

- मनोवैज्ञानिक दृष्टि से मानव का अध्ययन मानव- विकास कहलाता हैं।
- मनोवैज्ञानिक दृष्टि से मानव का अध्ययन मानव- विकास कहलाता हैं।
- मानव- विकास के अंतर्गत मानव जीवन की संपूर्ण जीवन अवधि की विभिन्न का अध्ययन किया जाता हैं।
- इसमें मानव का अध्ययन गर्भावस्था से मृत्यु तक किया जाता हैं।
- सम्पूर्ण जीवन अवधि की विभिन्न अवस्थाओं में वृद्धि विकास एवं क्षय होने की समस्त प्रक्रियाओं का अध्ययन मानव-विकास ही हैं।
- मानव तथा वातावरण के मध्य होने वाली संपूर्ण अन्तःक्रिया का अध्ययन मानव- विकास विषय के अंतर्गत किया जाता हैं।

परिभाषा

- **डायना इ.पेपलिया तथा सैली वेन्डकोस ओल्ड्स के अनुसार** “मानव-विकास व्यक्ति (लोग) कैसे परिवर्तित होते हैं तथा लम्बे समय तक वे इसी प्रकार कैसे बने रहते हैं का मनोवैज्ञानिक अध्ययन हैं”

- “मानव-विकास व्यक्ति (लोग) कैसे परिवर्तित होते हैं तथा लम्बे समय तक वे इसी प्रकार कैसे बने रहते हैं का मनोवैज्ञानिक अध्ययन हैं”

डायना इ.पेपलिया तथा सैली वेन्डकोस ओल्ड्स

महत्वपूर्ण प्रश्न

1. मानव विकास का अर्थ स्पष्ट कीजिये।
2. मानव-विकास को परिभाषित कीजिये।

सन्दर्भ-

- डॉ. जैन, शशिप्रभा : मानव विकास परिचय, शिवा प्रकाशन, इंदौर, नवीनतम संस्करण

पूर्वशालेय शिक्षा

Pre School Education

(Job Oriented Course)

बी.एस.सी. गृहविज्ञान

द्वितीय वर्ष

fd.MjxkVZu f’k{kk dk vFkZ o fl/nkar

प्रस्तुतकर्ता

डॉ. रुचि सोनी

- **fd.MjxkVZu f’k{kk dk vFkZ**
- **fd.MjxkVZu f’k{kk dk** fl/nkar
- **egRoiw.kZ** प्रश्न
- सन्दर्भ

fd.MjxkVZu f'k{kk dk vFkZ

- Qzkcsy us 1 ebZ 1840 esa fd.MjxkVZu dh LFkkiuk dhA

- किंडरगार्टन **Kindergarten** (जर्मन) शाब्दिक अर्थ "**बच्चों का बगीचा**")

- यह 6 साल से कम उम्र के बच्चों का पूर्व आकस्मिक शिक्षण है। इसमें बच्चों को रचनात्मक खेल और सामाजिक बातचीत के माध्यम से ज्ञान दिया जाता है और उनमें बुनियादी कुशलताओं का विकास किया जाता है, साथ ही कभी-कभी थोड़ी बहुत औपचारिक शिक्षा भी दी जाती है।

- फ्रोबेल बच्चो को एक अविकसित पौधा मानते थे जिन्हे स्कूल में अध्यापक रुपी माली द्वारा सींचकर बड़ा और काबिल किया जाता है| किंडरगार्टन बच्चो का एक छोटा सा स्कूल है जहां बच्चो को चटाई बुनने, मिटटी की मुर्तियां बनाने, सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा क्रियात्मक गाने सिखाये जाते हैं|

fd.Mj xkVZu f'k{kk dk fl/nkar

- **खेल द्वारा शिक्षा का सिद्धान्त**

फ्रोबेल पहला शिक्षाशास्त्री था, जिसने खेल द्वारा **शिक्षा** देने की बात कही। ... फ्रोबेल के अनुसार बालक की आत्म क्रिया खेल द्वारा विकसित होती है। इसलिए बालक को खेल द्वारा सिखाया जाना चाहिए, ताकि बालक के व्यक्तित्व का विकास स्वाभाविक रूप से हो सके।

- आत्मक्रिया का सिद्धान्त

फ्रोबेल बालक को व्यक्तित्व का विकास करना चाहते थे, इसलिए उन्होंने आत्म क्रिया के सिद्धान्त पर बल दिया। आत्म क्रिया से फ्रोबेल का तात्पर्य उस क्रिया से था, जिसे बालक अपने आप तथा अपनी रुचि के अनकूल स्वतन्त्र वातावरण में करके सीखता है। फ्रोबेल ने बतीया कि आत्मक्रिया द्वारा बालक परिस्थितियों पर विजय प्राप्त करता है और वातावरण को अपने अनुकूल बनाता है। इसलिए बालक की शिक्षा आत्म क्रिया द्वीरा अर्थात् उसको करके सीखने देना चाहिए।

- **स्वतन्त्रता का सिद्धान्त**

फ्रोबेल के अनुसार स्वतन्त्र रूप से कार्य करने से बालक का विकास होता है और हस्तक्षेप करने या बाधा डालने से उसका विकास अवरूद्ध हो जाता है। इसलिए उसने इस बात पर बल दिया कि शिक्षक को बालक के सीखने में किसी प्रकार का हस्तक्षेप नहीं करना चाहिए, बल्कि वह केवल एक सक्रिय निरीक्षक के रूप में कार्य करे।

- **सामाजिकता का सिद्धान्त**

व्यक्ति एक सामाजिक प्राणी है। समाज से अलग व्यक्ति का कोई अस्तित्व नहीं है। इसलिए उसे इसलिए फ्रोबेल ने सामूहिक खेलों एवं सामूहिक कार्यों पर बल दिया, जिससे बालकों में खेलते–खेलते परस्पर प्रेम, सहानुभूति, सामूहिक सहयोग आदि सामाजिक गुणों का विकास सरलता पूर्वक हो सके।

- **अनुशासन**

फ्रोबेल ने दमनात्मक अनुशासन का विरोध किया और कहा कि आत्मानुशासन या स्वानुशासन ही सबसे अच्छा अनुशासन होता है। इसलिए बालकों को आत्म क्रिया करने की पूर्ण स्वतन्त्रता मिलनी चाहिए, जिससे बालक में स्वयं ही अनुशासन में रहने की आदत पड़ जाय। फ्रोबेल के अनुसार बालक के साथ प्रेम एवं सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार करना चाहिए तथा उसे आत्मक्रिया करने का पूर्ण अवसर प्रदान करना चाहिए।

- **शिक्षक**

फ्रोबेल के अनुसार शिक्षक को एक निर्देशक, मित्र एवं पथ प्रदर्शक होना चाहिए। उसने शिक्षक की तुलना उस माली से की है, जो उद्यान के पौधों के विकास में मदद करता है। जिस तरह शिक्षक के निर्देशन में बालक का विकास होता है। फ्रोबेल का विचार है कि शिक्षक को बालक के कार्यों में किसी प्रकार का हस्तक्षेप नहीं करना चाहिए, बल्कि उसका कार्य सिर्फ बालक के कार्यों का निरीक्षण करना है और उसके विकास हेतु उपयुक्त वातावरण प्रदान करना है।

महत्वपूर्ण प्रश्न

- किंडरगार्टन शिक्षा क्या हैं
- किंडरगार्टन पद्धति के सिद्धांतो को समझाइये

सन्दर्भ-

- डॉ. डेविड, अलका: पूर्व बाल्यावस्था शिक्षा, शिवा प्रकाशन इंदौर, प्रथम संस्करण 2009
- डॉ. शर्मा, कमलेश : पूर्व बाल्यावस्था पालन पोषण एवं शिक्षा, मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी
- डॉ. जैन, शशि: पूर्व बाल्यावस्था एवं बाल्यावस्था शिक्षा, शिवा प्रकाशन, इंदौर, नवीनतम संस्करण

पूर्व बाल्यावस्था एवं बाल्यावस्था शिक्षा

बी.एस.सी. गृहविज्ञान
द्वितीय वर्ष

पूर्व बाल्यावस्था की विशेषताएं

प्रस्तुतकर्ता

डॉ. रुचि सोनी

- पाठ्यक्रम
- बाल्यावस्था का अर्थ एवं परिभाषा
- बाल्यावस्था का वर्गीकरण
- पूर्व बाल्यवस्था
- पूर्व बाल्यावस्था की विशेषताएं
- संभावित प्रश्न
- सन्दर्भ

पाठ्यक्रम

Department of Higher Education, Govt. of M.P.

Under Graduate Year wise Syllabus

As recommended by Central Board of Studies and approved by the Governor of M.P.

उच्च शिक्षा विभाग, म.प्र. शासन

स्नातक कक्षाओं के लिये वार्षिक पद्धति अनुसार पाठ्यक्रम

केन्द्रीय अध्ययन मण्डल द्वारा अनुशंसित तथा म.प्र. के राज्यपाल द्वारा अनुमोदित

Session 2018-2019

Class/ कक्षा	:	B.Sc. (Home Science) II Year द्वितीय वर्ष
Subject/ विषय	:	Home Science/ गृह विज्ञान
Title of Paper	:	**Early Childhood and Childhood Education**
प्रश्न पत्र का शीर्षक	:	पूर्व बाल्यावस्था और बाल्यावस्था शिक्षा
Paper No./ प्रश्न पत्र	:	II (प्रथम प्रश्न पत्र)
Max. Marks/ अधिकतम अंक	:	Theory 42.5+7.5 (आंतरिक मूल्यांकन)

Unit-1	**Early and Late Childhood** Characteristics of early and late childhood. Developmental tasks of early and late childhood- importance of this stage Physical development of early childhood-to teach correct physical posture live sitting standing etc.
इकाई–1	पूर्व एवं उत्तर बाल्यावस्था– विशेषताऐं विकासात्मक कार्य महत्व शारीरिक विकास पूर्व एवं उत्तर बाल्यावस्था– महत्व, सही शारीरिक विकास के साथ पोश्चर की शिक्षा जैसे– बैठना, खड़े होना आदि।

Unit-2	Motor development of early childhood-activities to improve motor skills.Effects of delayed development, Socialization- Social Development process, Importance of play – different play for all round Social Development, Importance of play in social relationship.
इकाई–2	पूर्व बाल्यावस्था का कियात्मक विकास कियात्मक कौशलों को उन्नत करने हेतु क्रियायें, विलम्बित विकास के प्रभाव, सामाजीकरण एवं सामाजिक विकास प्रकिया सामाजिक संबंधों के विकास में खेल का महत्व, र्सवांगीण विकास हेतु विभिन्न खेल , सामाजिक संबंधों में खेल का महत्व।
Unit-3	Emotional development- Positive and Negative emotions, Importance of emotions is child life, language development, importance of langaugae in development of self vocabulary and factors affecting language development, meaning of moral development and causes of moral detoriation, suggestion for improving moral development.
इकाई–3	संवेगिक विकास–धनात्मक एवं नकारात्मक संवेग , बालक के जीवन में संवेगों का महत्व, भाषा विकास, 'स्व' उन्नत करने हेतु भाषा का महत्व शब्दकोष एवं भाषा को प्रभावित करने वाले कारक, नैतिक विकास का अर्थ, नैतिक विकास को उन्नत करने हेतु सुझाव

28/4/17 28/4/17 28-4-17

Unit-4	Personality development, Determinates of Personality Effects of parental control on child's personality, Discipline-and its type parental atitute and its effect on child personity , child rearing practices.
इकाई–4	व्यक्तित्व विकास, व्यक्तित्व के निर्धारक, बालक के व्यक्तित्व पर अभिभावक नियंत्रण का प्रभाव अनुशासन एवं उसके प्रकार, अभिभावक अभिवृत्तियों एवं बालक के व्यक्तित्व पर उनका प्रभाव बालक के लालन पालन के तरीके।
Unit-5	Significance and objectives of early childhood education, Parental attitudes, Common behavioral problems of early childhood-causes and its remedies, Parent child teacher Relationship.
इकाई–5	बाल्यावस्था शिक्षण के उद्देश्य एवं महत्व, अभिभावक अभिवृतियॉ, पूर्व बाल्यावस्था की सामान्य व्यवहारिक समस्याओं के कारण एवं उसके समाधान पालक, बालक शिक्षक संबंध।

Practical Work/ प्रायोगिक कार्य

Max. Marks : 50

Min. Marks : 17

Viva : 5

Sessional: 10

Practical : 35 (7x5)

Unit-I

a) Observation of children 2-6 age groups (any two)
b) Physical development- height, weight, proportion of a boy/girl.

इकाई–I

अ) दो से छह आयु समूह के बच्चों का अवलोकन (कोई दो)
ब) बालक / बालिका का शारीरिक विकास मापन, उँचाई, वजन, अनुपात

Unit-II.

a) Social development, group activites for all round development with sibling and peer.
b)Motor development- activities for gross and finer muscles development, singing rhythm with action rhythmic body movement according to beats and sounds.

इकाई–II

अ) सामाजिक विकास के लिये समूह कियाऐं अभिभावक सहोदर एवं साथी के साथ
ब) गत्यात्मक विकास के दृष्टिकोण से स्थूल एवं सूक्ष्म मॉसपेशियों की गतिविधियाँ – लय, किया के साथ गीतों के साथ अभिव्यक्ति

Unit-III.

a) Judging emotions by photograph

b) Moral development test

इकाई–III

अ) चित्रों द्वारा संवेगो का तर्क संगत अध्ययन करना

ब) नैतिक विकास परीक्षण

Unit-IV.

a) Study of C.R.P in deferent community

b) Preparing of flash card (Moral/discipline)

इकाई–IV

अ) विभिन्न समुदाय में बाल पालन पोषण का अध्ययन

ब) फ्लैश कार्ड का निर्माण (नैतिक/अनुशासन)

Unit-V.

a) Prepare chart/ poster for triangular relation

b) Prepare questionnaire for parental attitude.

इकाई–V

अ) त्रिकोणात्मक संबंध (पालक, बालक एवं शिक्षक) पर चार्ट/पोस्टर तैयार कीजिए।

ब) अभिभावक अभिवृत्ती पर प्रश्नावली तैयार कीजिए।

बाल्यावस्था का अर्थ एवं परिभाषा

- शैशवावस्था के बाद बाल्यावस्था का आरंभ होता है।
- अर्थात बालक के दो वर्ष पूर्ण कर लेने के बाद से प्रारंभ होकर पूर्व किशोरावस्था अथवा ग्यारह वर्ष समाप्त होने तक की अवस्था बाल्यावस्था कहलाती है
- यह अवस्था बालक के व्यक्तित्व के निर्माण में होती है।
- बालक में इस अवस्था में विभिन्न आदतों, रुचि एवं इच्छाओं के प्रतिरूपों का निर्माण होता है।

बाल्यावस्था की परिभाषा

- **ब्लेयर जॉन्स एवं सिंपसन के अनुसार** "बाल्यावस्था वह समय है,जब व्यक्ति के आधारभूत दृष्टिकोण व मूल्यों और आदर्शों का बहुत सीमा तक निर्माण होता है।"

- **कोले के अनुसार** "बाल्यावस्था जीवन का अनोखा काल है।"

- **किलपैट्रिक के अनुसार** "बाल्यावस्था जीवन का निर्माण काल है।"

बाल्यावस्था का वर्गीकरण

बाल्यावस्था की अवधि को **दो भागों** में बाँटा गया है

1. **पूर्व बाल्यवस्था (Early Childhood)-** 2 वर्ष की समाप्ति या 3 वर्ष का प्रारम्भ होने से 6 वर्ष तक

2. **उत्तर बाल्यावस्था (Late Childhood)-** 6 वर्ष की समाप्ति से 11 वर्ष तक

पूर्व बाल्यवस्था (Early Childhood)-

2 वर्ष की समाप्ति या 3 वर्ष का प्रारम्भ होने से 6 वर्ष तक

- इसे **पूर्व शालेय अवस्था, टोली पूर्व अवस्था** भी कहा है।
- इस अवस्था में बालक सामाजिक समायोजन सीखता हैं।
- इस अवस्था के प्रारम्भ में बच्चा नकारात्मक अवस्था रहता है
- कुछ दैनिक कार्यो को सीख लेता है।
- 6 वर्ष का होने तक बालक आत्मनिर्भर हो जाता हैं

पूर्व बाल्यावस्था की विशेषताएं

- शारीरिक व मानसिक स्थिरता
- मानसिक योग्यताओ वृद्धि
- जिज्ञासा की प्रबलता
- वास्तविक जगत से सम्बन्ध
- रचनात्मक कार्यों में आनंद
- सामाजिक गुणों का विकास
- संवेगात्मक विकास

संभावित प्रश्न

1. बाल्यावस्था का अर्थ एवं परिभाषा दीजिये।
2. बाल्यावस्था को कितने भागो बांटा गया हैं ? बताइये।
3. पूर्व बाल्यावस्था की प्रमुख विशेषताएं कौन-कौन सी हैं ? विस्तार से समझाइये।

सन्दर्भ

- गुप्त, रामबाबू : विकासात्मक मनोविज्ञान , रतन प्रकाश मंदिर आगरा
- शर्मा, कमलेश : पूर्व बाल्यावस्था पालन पोषण एवं शिक्षा, मध्यप्रदेश हिंदी ग्रन्थ अकादमी
- डॉ. जैन, शशि: पूर्व बाल्यावस्था एवं बाल्यावस्था शिक्षा, शिवा प्रकाशन, इंदौर, नवीनतम संस्करण