

Live MCQ™

৪৯তম স্পেশাল বিসিএস (শিক্ষা) বিষয়ভিত্তিক প্রস্তুতি

বিষয়: মনোবিজ্ঞান (১৭১)

Compendium PDF

(সিলেবাস অনুসারে সর্বাধিক গুরুত্বপূর্ণ টপিক ও এমসিকিউ-এর সমন্বয়ে রচিত)

Mentor:

দীপংকর চন্দ্র রায়

প্রভাষক (মনোবিজ্ঞান)

ন্যাশনাল একাডেমি ফর অর্টিজম এন্ড নিউরো-ডেভেলপমেন্টাল ডিজএ্যাবিলিটিজ-NAAND।

৩৫তম বিসিএস (সাধারণ শিক্ষা ক্যাডার)

মেধাক্রম ১ম।

প্রিয় পরিক্ষার্থীবৃন্দ, আশা করি সবাই ভালো আছেন। ইতোমধ্যে, ৪৯তম স্পেশাল বিসিএস (সাধারণ শিক্ষা)-এর বিষয়ভিত্তিক প্রস্তুতিতে মনোবিজ্ঞান অংশের PSC নির্ধারিত সিলেবাসের অন্তর্ভুক্ত সকল ক্লাশ সম্পন্ন হয়েছে। আগামী ১০ অক্টোবর অনুষ্ঠিতব্য চূড়ান্ত পরীক্ষাকে সামনে রেখে Live MCQ একাডেমিক টিম আপনাদের প্রস্তুতিকে শাণিত করতে বিশেষ কমপেনডিয়াম PDF প্রদান করছে। এই PDF এ যা যা থাকছে

□ সূচি

- PSC নির্ধারিত সিলেবাস ও মানবন্টন
- টপিক ভিত্তিক সাজেশন
- শেষ মুহূর্তের নির্দেশনা
- পড়ার টেকনিক ও গুরুত্বপূর্ণ কৌশল
- সর্বাধিক গুরুত্বপূর্ণ ২০০ MCQ প্রশ্নোত্তর

PSC নির্ধারিত সিলেবাস ও মানবন্টন

Psychology

Part-I

Main Topic	Sub-Topic	Marks
A. General Psychology	1. Definition and subject matter of Psychology; Fields of Psychology; Research Methods: Observation, Survey, Experimental Method, Case Study. 2. Psychological basis of Behavior: Structure and functions of Central and Peripheral nervous system; Endocrine glands and their effects on behavior. 3. Sensation and Perception: Definition of Sensation and Perception; Visual and Auditory sense; Threshold and their measurement; Perceptual Organization; Depth perception; Illusions and Hallucinations. 4. Motivation and Emotion: Definition of Motivation and Emotion; Physiological and social motives; Theories of Motivation; Developments of Emotions; Bodily changes in Emotion; Theories of Emotion 5. Learning and Memory: Definition of Learning; Factors of Learning; Classical Conditioning and Operant Conditioning; Perceptual Learning; The process of memory; Sensory Memory; Short-term Memory and Long-term Memory; Forgetting and its Causes. 6. Cognition and Intelligence: Definition of thinking; Concept Formation; Problem solving; Creative Thinking; Cognitive Development; Definition of Intelligence; Measurement of Intelligence; Stanford-Binet and Wechsler's Intelligence Scales. 7. Personality: Definition of Personality; Development of Personality; Psychoanalytic and Behavioral approach; Assessment of Personality.	25

B. Developmental Psychology	1. Developmental Psychology: Definition of Developmental Psychology; Division of the life cycle; Principles of Development; Methods used in studying Development. 2. Beginning of Life: Conception; Prenatal Development; Stages of and Factors affecting prenatal development. 3. The Birth: Birth Process; Types of birth and its effect on Development. 4. The Neonate: Physiological functioning; Reflex action. 5. Infancy: Physical; Language; Social and Emotional Development. 6. Childhood: Physical; Language; Social and Emotional Development. 7. Adolescent: Physical Changes; Causes and Physiological effects of Physical Changes; Problems of adolescence; Juvenile delinquency; Drug addiction, Suicide.	25
------------------------------------	--	----

PSC নির্ধারিত সিলেবাস ও মানবন্টন

Psychology

Part-II

Main Topic	Sub-Topic	Marks
A. Social Psychology	1. Social Psychology: Definition and subject matter of Social Psychology and its relation to other Social Sciences; Methods used in studying social behavior. 2. Socialization: Its processes and products; Agents of socialization; Family; Schools and Neighbors; Cultural influences on behavior. 3. Attitudes: Definition of Attitude; Components of Attitude; Opinions and values; Formation of attitudes; Attitude change; Cognitive Theories. 4. Groups: Types of Groups; Group Cohesiveness 5. Leadership: Definition of leadership; Approaches to the study of leadership: Trait Approach, Type Approach, Situational Approach; Functions of leader; Characteristics of Leader; Effective Leadership 6. Mass Communication and Collective Behavior: Public Opinion; Formation and Assessment of public opinion; Propaganda, Techniques and Principles of Propaganda; Rumor and Prejudice.	25
B. Abnormal Psychology	1. Abnormal Psychology: The concept of normality and abnormality in behavior; Relation of Abnormal Psychology with Clinical Psychology, Psychiatry and Mental Health. 2. Causes of Abnormal Behavior: Biological, Psychological and Socio-cultural causal factors of abnormal behaviors. 3. Anxiety-based disorder: Generalized anxiety disorder, Phobias, Obsessive-Compulsive disorder.	25

	4. Somatoform and Dissociative Disorder: Conversion disorder, Hypochondriasis 5. Schizophrenia: Types and causal factors of Schizophrenia 6. Treatment of Behavior Disorder: Psychoanalytic Therapy, Client-Centered Therapy and Behavior Therapy.	
--	---	--

References

Psychology, Andrew B. Crider & Others

Understanding Psychology, Robert S. Feldman

মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর যোগেন্দ্র কুমার মন্ডল

মনোবিজ্ঞান ও জীবন, অধ্যাপক নীহাররঞ্জন সরকার

মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. সৈয়দ আজিজুল ইসলাম ও অন্যান্য

Class-01

Class Overview

General Psychology

- মনোবিজ্ঞানের সংজ্ঞা ও বিষয়বস্তু
- মনোবিজ্ঞানের শাখাসমূহ ও গবেষণার পদ্ধতিসমূহ
- কেন্দ্রীয় ও প্রান্তীয় গঠন ও কার্যাবলি
- অন্তঃক্ষরা বা নালিহীন গ্রন্থিসমূহ এবং আচরণের উপর এসব গ্রন্থিসমূহের প্রভাব
- সংবেদন ও প্রত্যক্ষণের সংজ্ঞা, দর্শন ও শ্রবণ ইন্দ্রিয়, সংবেদনসীমা এবং তাদের পরিমাপকসমূহ
- প্রত্যক্ষণীয় সংগঠন বা সুবিন্যস্তকরণ, সুগভীর প্রত্যক্ষণ, অধ্যাস ও অলীক প্রত্যক্ষণ।
- Definition & Subject Matter of Psychology
- মনোবিজ্ঞানের ইংরেজি প্রতিশব্দ Psychology. Greek word Psyche & Logos. Psyche শব্দের অর্থ আত্মা বা মন। Logos শব্দের অর্থ জ্ঞান বা বিজ্ঞান। মনোবিজ্ঞানের জনক বলা হয় Wilhelm Wundt কে তবে অনেক ক্ষেত্রে উইলহেম উন্ড উইলিয়াম জেমস দুজনকেই মনোবিজ্ঞানের জনক হিসেবে ধরা হয়েছে। ১৮৭৫ সালে উইলহেম উন্ড জার্মানির লিপজিগ বিশ্ববিদ্যালয়ে এবং উইলিয়াম জেমস আমেরিকার হার্ভার্ড বিশ্ববিদ্যালয়ে মনোবিজ্ঞানের পরীক্ষাগার স্থাপন করেন। তবে ১৮৭৯ সালে জার্মানির লিপজিগ বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষণাগারটি মনোবিজ্ঞানের প্রথম গবেষণাগার হিসেবে স্বীকৃতি পায়। ১৮৭৯ সালকে মনোবিজ্ঞানের জন্মসাল ও বলা হয়। Wilhelm Wundt কে পরীক্ষণ মনোবিজ্ঞানের জনক ও বলা হয়।
- Definition & Subject Matter of Psychology
- ‘Psychology can be defined as the scientific study of behavior and mental processes’ (Crider A.B. and et. al.)

‘Psychology may be defined as the systematic study of behavior and mental life’ - (Roediger H. L. and et. al.)

- মনোবিজ্ঞানের সংজ্ঞাগুলো বিশ্লেষণ করলে ৪ টি বিষয় ফুটে উঠে। এগুলো হলে:
ক। আচরণ (Behavior) খ। মানসিক প্রক্রিয়া (Mental Process) গ। মানুষ ও প্রাণী (Human Beings and Animal) ঘ। বিজ্ঞান (Science)
- Definition & Subject Matter of Psychology
- According to Crider, Scientific refers to the fact that the study of psychology is based on information collected through a set of systematic procedures known as the scientific method. The information collected is referred to as data, specifically defined as records of the observations or measurements in a study. Behavior is any activity that can be observed, recorded, and measured. This includes first, what living beings do-that is, their actual movements in time and space.
- Definition & Subject Matter of Psychology
- Mental processes include thoughts, memories, emotions, motivations, dreams, perceptions, and beliefs. The study of these processes presents a special problem because they cannot be directly observed, recorded, or measured. The main goals of Psychology are to Describe, to Explain, to predict, to modify behavior and experience, and to apply knowledge to promote human welfare. Psychology has its roots in both Philosophy and Psychology. G. Stanley Hall is the founder of the American Psychological Association (APA).

□ মনোবিজ্ঞানের আলোচ্য বিষয়াবলীর মধ্যে অন্যতম হলো:

১। শিক্ষণ ২। ব্যক্তিত্ব ৩। বুদ্ধি ৪। স্মৃতি-বিস্মৃতি ৫। অন্তঃক্ষরা গ্রন্থি ৬। স্নায়ুতন্ত্র ৭। প্রত্যক্ষণ ৮। আচরণের অস্বাভাবিকতা ৯। সামাজিক পরিবেশ ১০। শিল্পক্ষেত্রে আচরণ ১১। শিশু আচরণ ১২। উপদেশনা ও নির্দেশনা ১৩। প্রাণীর আচরণ ১৪। মানসিক প্রক্রিয়া ১৫। ইত্যাদি

❑ Definition & Subject Matter of Psychology

1. General Psychology 2. Experimental Psychology 3. Clinical Psychology 4. Educational Psychology 5. Industrial and Organizational Psychology 6. Counseling Psychology 7. Developmental Psychology 8. Child Psychology 9. Social Psychology 10. Physiological Psychology 11. Guidance Psychology 12. Engineering Psychology 13. Abnormal Psychology 14. Forensic Psychology 15. Cognitive Psychology 16. Environmental Psychology 17. Sports Psychology 18. Clinical Neuro-Psychology 19. Evolutionary Psychology 20. Personality Psychology 21. Psychology of Women 22. Health Psychology 23. Behavioral Psychology 24. Biopsychology 25. Comparative Psychology 26. Cross-cultural Psychology

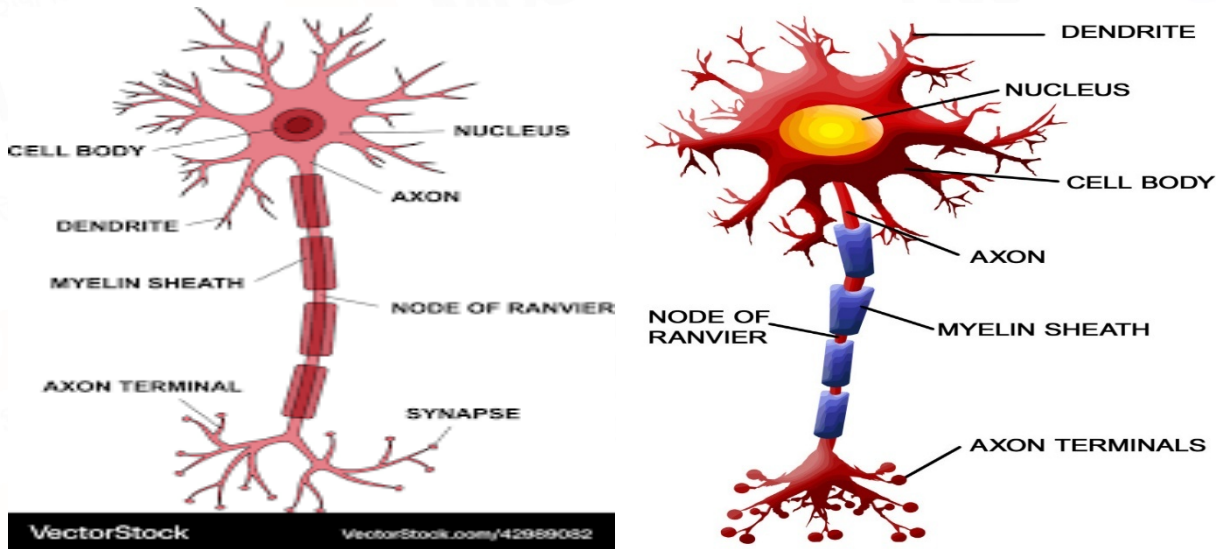
❑ Research Methods in Psychology

- Some common research methods used in Psychology are:

1. Naturalistic Observation Method 2. Case Study Method 3. Survey Method 4. Correlational Studies Method 5. Experimental Method 6. Multimethod approach 7. Statistical Method 8. Clinical Method 9. Introspective Method 10. Archival Research

❑ Psychological Basis of Behavior

- The Psychological basis of behavior encompasses the biological, cognitive, and social factors that influence how humans think, feel, and act. Like our Brain, Nervous system, Gene, Perception, Memory, Decision-making, Various social context, Environmental Factors, Learning Theories, Emotions, Personality, Motivation, Psychological Disorders.
- Central Nervous System (CNS) is the part of the nervous system that includes the Brain and the Spinal Cord (Brain has 3 parts- Fore Brain, Mid Brain, & Hind Brain)
- Peripheral Nervous System (PNS) is the part of the nervous system that includes the automatic and somatic subdivisions; made up of neurons with long axons and dendrites, it branches out from the spinal cord and brain and reaches the extremities of the body.
- Nerve cells, or neurons, are the information carriers of the nervous system (Morgan and others)
- Neurons are the cells that are the basic units of the nervous system (Crider & others)
- Brain has 100 to 200 billion Neurons (Crider & et. al)
- Can connect around 1000 neurons at a time.
- Structure of Neurons parts



1. Cell Body (কোষ দেহ) 2. Nucleus (কোষ কেন্দ্র) 3. Cell membrane (কোষ আবরণ) 4. Dendrites (স্নায়ুকেশ) 5. Axon (স্নায়ু শাখা)

- According to structure Neurons are 3 types. These are
 1. Unipolar (একমেরু বিশিষ্ট) 2. Bipolar (দ্বিমেরু বিশিষ্ট) 3. Multipolar (বহুমেরু বিশিষ্ট)
- According to Activities Neurons are 3 types. These are
 1. Sensory or Afferent Neuron (সংবেদী বা অন্তর্মুখী স্নায়ুকোষ) 2. Motor or Efferent Neuron (গতিবাহী বা বহির্মুখী স্নায়ুকোষ) 3. Association Neuron (সংযোজক স্নায়ুকোষ)

❑ Classification of Nervous System

Mainly two types: 1. Central Nervous System (CNS) 2. Peripheral Nervous System (PNS)

Two Parts of CNS area. Spinal Cord and b. Brain

- Spinal Cord has 33 Vertebra. Approximately 18 inches in average long for males and 17 inches in average long for females.
- Classification of Nervous System
- Spinal cord has 5 regions. The vertebrae are divided into 5 regions. These are
 1. Cervical (গ্রীবাদেশীয়)-5
 2. Thoracic (বক্ষদেশীয়)-12
 3. Lumbar (কটিদেহীয়)-5
 4. Sacral (নিম্নদেশীয়)-5
 5. Coccygeal (পুচ্ছদেশীয়)-4

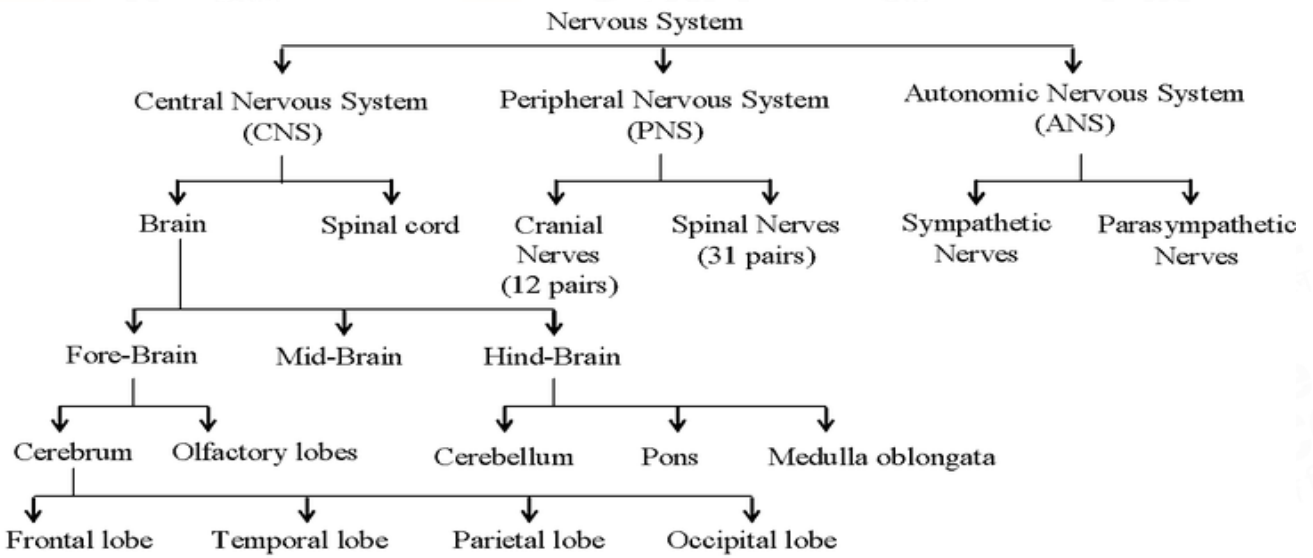
Two main functions of Spinal Cord: 1. Transportation 2. Reflex Action

- 3 types of Brain: 1. Fore Brain (সন্মুখ মস্তিষ্ক) 2. Mid Brain (মধ্য মস্তিষ্ক) 3. Hind Brain (পশ্চাৎ মস্তিষ্ক)
- Main parts of Fore Brain are- Cerebrum (গুরুমস্তিষ্ক), Cerebral Nucleoli, Thalamus (relay station),

Hypothalamus (আহার কেন্দ্র ও পান কেন্দ্র), The limbic system, Hippocampus, Amygdala

❑ Classification of Nervous System

- মস্তিষ্কের উদ্বাংশের নাম গুরুমস্তিষ্ক। গুরুমস্তিষ্কের বহিরাবরণকে বলে মস্তিষ্ক আবরণ (Cerebral Cortex)। মস্তিষ্ক আবরণ ধূসর পদার্থ (Gray Matter) দ্বারা তৈরি। গুরুমস্তিষ্কের ভিতরের অংশ শ্বেত পদার্থ (White matter) দ্বারা তৈরি।
- গুরুমস্তিষ্ক দুটি গোলার্ধে বিভক্ত। যথা: বাম গোলার্ধ (Left Cerebral Hemisphere) ও ডান গোলার্ধ (Right Cerebral Hemisphere)। গোলার্ধ দুটি করপাস ক্যালোসাম (Corpus Callosum) নামক তন্তুর ঘন ব্যান্ড দ্বারা সংযুক্ত।
- মস্তিষ্ক আবরণ হলো গুরুমস্তিষ্কের ভাঁজকৃত বাইরের স্তর। ভাঁজকৃত আবরণের বড় খাঁজকে বলা হয় ফিসার (Fissures) এবং ক্ষুদ্র খাঁজকে বলা হয় সালসাই (Sulci)।



❑ Four types of Cerebrums

1. Frontal Lobe (সন্মুখভাগ বা ললাট অঞ্চল)
 2. Parietal Lobe (মধ্যভাগ বা শিরকুম্ভ অঞ্চল)
 3. Temporal Lobe (নিম্নভাগ বা শিরনিম্ন অঞ্চল)
 4. Occipital Lobe (পশ্চাৎভাগ বা পশ্চাৎ অঞ্চল)
- Mid Brain:** লঘু মস্তিষ্কের উপরিভাগে এবং সন্মুখ দিকে এর অবস্থান। এটা সন্মুখ ও পশ্চাৎ মস্তিষ্কের একটি সেতু বিশেষ। মধ্য মস্তিষ্ককে ২টি ভাগে ভাগ করা যায়। এগুলো হলো:

- ১। ছাদ (Tectum)
- ২। মেবো (Tegmentum)

❑ Classification of Nervous System

Hind Brain: পশ্চাৎ মস্তিষ্কের ৩ টি অংশ।

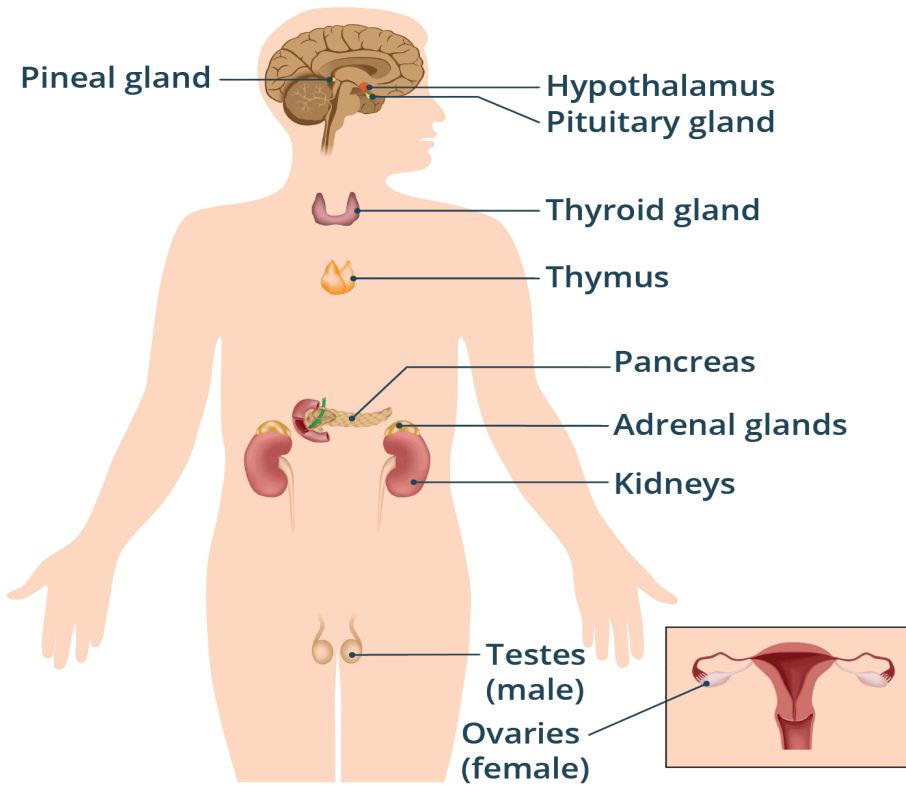
যথা: 1. Medulla Oblongata (অধঃ মস্তিষ্ক) 2. Pons (সেতুমস্তিষ্ক) 3. Cerebellum (লঘুমস্তিষ্ক)

Peripheral Nervous System: মাথার খুলি ও মেরুদণ্ডের বাইরে স্নায়ুতন্ত্রের যে অংশ অবস্থিত তাকেই প্রান্তীয় স্নায়ুতন্ত্র বলে। প্রান্তীয় স্নায়ুতন্ত্র প্রধানত স্নায়ুতন্তু বা Axons দ্বারা গঠিত। প্রান্তীয় স্নায়ুতন্ত্রের ২টি বিভাগ রয়েছে। যথা: ১। ঐচ্ছিক স্নায়ুতন্ত্র (Somatic) ২। স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতন্ত্র (Automatic) ঐচ্ছিক

স্নায়ুতন্ত্র কে ২ টি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। যথা: ১। করোটীয় স্নায়ু ২। মেরু স্নায়ু স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতন্ত্রকে ২ টি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। যথা: ১। সমবেদী স্নায়ুতন্ত্র ২। পরাসমবেদী স্নায়ু

❑ Endocrine Glands

- The endocrine system is a chemical communication network that sends messages throughout the body via the bloodstream. Its job is to secrete hormones, chemicals that circulate through the blood and regulate the functioning or growth of the body.
- মানবদেহের রস স্রাবকারী গ্রন্থিগুলোকে ২ ভাগে ভাগ করা হয়েছে। এগুলো হলো: ১। সনালী বা নালীযুক্ত (Duct gland) এবং ২। অনালী বা নালীহীন (Ductless gland) সনালী গ্রন্থি বহিঃস্রাবী গ্রন্থি (Exocrine gland) এবং অনালী গ্রন্থি অন্তঃস্রাবী গ্রন্থি (Endocrine Gland) নামে পরিচিত। যে সব গ্রন্থির স্রাব কোন নালীর ভিতর দিয়ে না গিয়ে সরাসরি রক্তস্রোতে মিশে আমাদের আচরণকে নিয়ন্ত্রণ করে, সে সব গ্রন্থিকে অন্তঃস্রাবী বা নালীহীন গ্রন্থি বলে। অন্তঃস্রাবী গ্রন্থি নিঃসৃত রসকে হরমোন (Hormone) বলে।
- Greek Word Hormone. Hormone means Activator (কর্মোউদ্দীপক)
- Eight types of Endocrine Glands: 1. Pituitary Gland 2. Thyroid Gland 3. Parathyroid Gland 4. Adrenal Gland 5. Pancreatic Gland 6. Gonads 7. Pineal Gland 8. Thymus gland



- ❑ Pituitary Gland is called the Master gland. Pituitary gland is divided into 3 parts:

1. Anterior Lobe
2. Intermediate Lobe
3. Posterior Lobe

- Six types of hormones secrete from the Anterior Lobe of Pituitary Gland. These are:

1. Somatotrophic Hormone (Growth Hormone)- Pituitary Giant and Pituitary Midget 2. Thyrotrophic Hormone 3. Adrenocorticotrophic Hormone 4. Follicle Stimulating Hormone 5. Luteinizing Hormone 6. Prolactin or Lactogenic Hormone

❑ Two types of Hormones secrete from Intermediate Lobe of Pituitary Gland. These are:

1 | Melanocyte Stimulating Hormone 2 | Pigmentation

❑ Two types of hormones secrete from Posterior Lobe of Pituitary Gland. These are:

1. Antidiuretic Hormone 2. Oxytocin Hormone (Endocrinological Switch Board)

❑ Thyroid Gland: Secretes two types of hormones

1. Thyroxin (Cretinism, Myxedema)
2. Tri-iodo-thionine

❑ Adrenal Gland: Two Adrenal Glands in our body. Each has two parts

1. Adrenal cortex (Cortin, Cortisol, Cortisone)- Epinephrine
2. Adrenal Medulla (Adrenaline or Adrenin, Noradrenaline)- Norepinephrine

❑ Gonads: Male- Androgen and Testosterone Female- Estrogen.

❑ Parathyroid: 4 parathyroid glands in our body. It secretes Parahormone.

❑ Pancreatic Glands Secretes Insulin & Glucogen

❑ Pineal Gland: Melatonin.

❑ Thymus Gland: Two thymuses in our body. No hormone secretion.

❑ Sensation and Perception

❑ Sensation is the process by which the sense organs such as the eyes and ears, gather information about the environment (Crider and others)

❑ Sensation refers to the reception of stimulation from the environment (Roediger & others)

❑ Perception refers to the way the world looks, sounds, feels, tastes or smells. In the other words, perception can be defined as whatever is experienced by a person (Morgan and others)

❑ Perception is the closely related process by which the brain selects, organizes, and interprets these sensations (Crider and others)

❑ Characteristics of Sensation: Stimulus, Intensity, Duration, Extensity, Absolute and Terminal Threshold, Sensory Adaptation (Dark Adaptation, Light Adaptation, Sound Adaptation, Smell Adaptation, Warmth and Cold Adaptation), Signal, Local Process, Peripheral Process, Differential Threshold

❑ Characteristics of Perception: Organization, Selectivity, Flexibility, Holistic Property

- ❑ কোন বস্তু বা ঘটনা সম্পর্কে প্রাথমিক চেতনা বা বোধ হলো সংবেদন। সংবেদনকে যখন ব্যাখ্যা করা হয় তখনই তা প্রত্যক্ষণ বা প্রত্যক্ষণ হলো সংবেদনের অর্থবোধ বা ব্যাখ্যা।
- ❑ Thresholds and their measurement: Threshold refers to the minimum intensity of stimulus needed to for it to be detected by an individual. This can be either the Absolute threshold, the lowest level at which a stimulus can be detected, or the Difference threshold, the smallest change in stimulus intensity that can be detected.
- ❑ Absolute Threshold: The absolute threshold is the minimum amount of stimulation necessary to produce a sensation. The absolute threshold is not a constant value but changes from person to person and from situation to situation.
- ❑ Approximate Absolute Thresholds for the five senses:

Examples of Absolute Thresholds	
Sense	Threshold
Vision	A candle flame 30 miles away
Hearing	A watch ticking 20 feet away
Smell	A drop of perfume in a six-room house
Taste	A teaspoon of sugar in a gallon of water
Touch	A wing of a fly on your cheek, dropped 1 cm

- Sensation and Perception
 - The Difference Threshold: The difference threshold is the minimum amount of stimulus change needed for two stimuli to be perceived as difference (Crider & others)
 - Difference Threshold is also called Just Noticeable Difference (J.N.D.)
- Weber first notice the relationship between the size of the reference stimulus and the size of the J.N.D., but it was his brother-in-law, Gustav Fechner, who formulated it into a general law. Fechner called this relationship is Weber's Law. According to Weber's Law, the ratio of the difference threshold or J.N.D. to the reference stimulus is a constant value. This value is called Weber's Constant.
- Psychologist have now identified several factors that help to explain why threshold may vary at different times. Factors are: Number of the sensations competing for our attention, subject's motivation
- Some psychologists have denied the existence of Sensory Threshold. They have proposed Signal Detection Theory.

▪ Visual and Auditory Sense

- The physical stimulus that the eye responds to is a form of electromagnetic energy that we call light. Light travels in wave and the light wave would describe it in three basic characteristics: Wavelength, Amplitude, and Purity.
- The Human eye has two basic functions. 1st one is, performed by the cornea, pupil, and lens, is to focus light on the retina. 2nd one is, then performed by the retina when it transduces the light into neural impulses that can be relayed to the brain. The cornea is the transparent outer covering of the Lense and iris that allows light to enter the eye. From the cornea light passes through the pupil.
- The pupil is the opening in the iris that has the capacity to change size in order to control the amount of light that enters the eye. The Lens, a transparent structure that bends the entering light so that it falls directly to the retina. The lens is a flexible substance that can change shape to allow both near and far objects to come into focus.
- The retina is a thin piece of tissue in the back of the eye. It is lined with more than 115 million specialized nerve cells called rods and cones. The rods and cones are the cells responsible for transducing light onto the neural impulses sent on to the brain.
- The rods and cones also differ in their location on the retina. The Fovea only contains cones-about 50000.
- The blind spot is a small area of the retina containing neither rods nor cones.
- The rods are sensitive to small amount of light and are useful at night and in other situations when illumination is low.
- The cones have better acuity than the rods and can detect color but require lighter to function.
- দর্শনেন্দ্রিয় বলতে শুধু চক্ষুকেই বুঝায় না। চক্ষুগোলক এবং দৃষ্টিবাহী স্নায়ুপথ মিলেই দর্শনেন্দ্রিয় বলে। কর্ণিয়ার বাইরে একটি স্বচ্ছ ও পাতলা আবরণী থাকে যাকে বলা হয় কনজাংটিভা (Conjunctiva) যা চক্ষুকে মসৃণ ও সিক্ত রাখে।
- রড বা দন্ডকোষের দুটি আলোক সংবেদী কণার নাম হলো যথাক্রমে রডপসিন (Rhodopsin)-Retinene & Opsin এবং পোরফাইরপসিন (Porphyrropsin)-কোন বা শংকুদন্ডের দুটি পদার্থের নাম হলো যথাক্রমে আইওডপসিন (Iodopsin) এবং সাইয়ানপসিন (Cyanopsin)। আলোক তরঙ্গ দৈর্ঘ্য যখন ৪৭৭ মিলিমাইক্রন হয় তখন নীল রঙের অনুভূতি হয়। যখন ৫৪০ মিলিমাইক্রন তখন সবুজ ও যখন ৫৭৭ মিলিমাইক্রন হয় তখন হলুদ রঙের অনুভূতি জাগায়। আলোক তরঙ্গ ৬৪০ এর বেশি হলে লাল রঙ সৃষ্টি করে।
- The sounds enter our ears through sound wave. Sound waves, like waves of light has three important characteristics- Frequency, Amplitude, and Complexity.
- The frequency of a sound is determined by the number of cycles that occur in one second. The frequency of sound waves is usually expressed in hertz, after the German physicist Heinrich Hertz. One Hertz equals one cycle per second.
- Humans have the ability to hear frequencies between 20 and 20,000 Hz.

- Our greatest sensitivity is in between 1000 and 4000 Hz, and most of the sounds we encounter in our everyday fall within this range.
- Dogs can hear frequencies ranging from 15 to 50,000 Hz.
- Amplitude refers to the height of each sound wave and is a measure of how much air is expanding and compressing. The higher the amplitude the louder the sound.
- To express the amplitude or loudness of different sounds, scientists at Bell Laboratories created a unit of measurement called a Bel or Decibels (Named after Alexander Graham Bell).
- Zero decibels are the human threshold for hearing a 1000 Hz Tone.
- Twenty decibels represent a very soft sound. A conversation between two people occurs at 80 decibels level.
- Sound of a subway train is 100 decibels
- Complexity is the term used to describe the combination of sound waves that make up a sound.
- The Human Ear: The human ear is made up of three basic components- the outer or external ear, middle, and the inner ear. The outer ear has two parts- Pinna (কানের পাতা) and the Auditory Canal (কর্ণনালী)
- The middle ear has two important parts- Ear drum (কর্ণপটহ) and the Ossicles. Ossicles have three small bones named- the Malleus, the Incus, and the Stapes
- The cochlea is a small, snail shaped tube less than an inch long that contains the receptors for hearing.
 - The Basilar membrane is a long thin membrane that runs through the cochlea.
 - The auditory nerve, which contains the axons of neurons in the cochlea, then conducts these neural impulses to the auditory portions of the brain.
 - শব্দ তরঙ্গের সংখ্যা যেখানে দ্রুত বৃদ্ধি পায়, সেখানে শব্দের উচ্চতা অর্থাৎ আমাদের শব্দের প্রত্যক্ষণ ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পায়।
 - Perceptual Organization
- The Structuring of elementary sensations such as points, lines, edges into the objects we perceive is called perceptual organization (Roediger H.L & et. al. 1984)
- Perceptual Organization is the process whereby stimuli are organized into meaningful shapes and Patterns (Crider et. al,1993) এলোমেলো উদ্দীপনাকে সংঘবদ্ধরূপে বা সুসৃজলভাবে প্রত্যক্ষণ করাকে প্রত্যক্ষণীয় সংগঠন বা প্রত্যক্ষণের সুবিন্যস্তকরণ বলে।
- Gestalt Psychologist রা (Kurt Kafka, Max Wertheimer and Wolfgang Kohler) প্রথম প্রত্যক্ষণ সংগঠনের উপর বিজ্ঞানভিত্তিক গবেষণা করেন।
- Perceptual Organization elements broadly categorized into two types: A. Stimulus Factors or Objective Conditions (উদ্দীপক উপাদান বা বস্তুনিষ্ঠ শর্ত): উদ্দীপকের যে সকল বৈশিষ্ট্য প্রত্যক্ষণের সংগঠনকে প্রভাবিত করে তাদেরকে প্রত্যক্ষণের সংগঠনের উদ্দীপক উপাদান বলে।

- প্রত্যক্ষণের সংগঠনের যে সকল উদ্দীপক উপাদান প্রবণতা লক্ষ্য করা যায় সেগুলো হলো-
 1. Grouping (দলবদ্ধকরণ) 2. Closure (পূর্ণকরণ) 3. Contour Line (অবয়ব রেখা)
 4. Figure ground perception (প্রতীক পটভূমি প্রত্যক্ষণ)
- 1. Grouping (দলবদ্ধকরণ): The Law of Pragnanz অনুসারে কতগুলো নীতি রয়েছে। সেগুলো হলো :
 - a. Proximity b. Similarity c. Symmetry d. Good Continuation e. Common f. Fate/Feature
- 2. Closure
- 3. Contour Line
- 4.

Figure	Ground	Perception
--------	--------	------------

(The figure is the thing being looked at and the ground is the background against which it stands. – Weiten W. 1989)
- Three types of Figure Ground Perception
 1. অপরিবর্তনশীল প্রতীক-পটভূমি (Figure Ground Non-Reversal)
 2. পরিবর্তনশীল প্রতীক-পটভূমি (Figure Ground Reversal)
 3. দ্ব্যর্থবোধক প্রতীক-পটভূমি (Ambiguous Figure Ground)
- B. Organismic Factors or Subjective Conditions (জৈবিক উপাদান বা ব্যক্তিগত শর্ত): প্রত্যক্ষণের সংগঠনের যে সকল উপাদান ব্যক্তির অভ্যন্তরীণ বৈশিষ্ট্য দ্বারা সৃষ্টি হয় বা ব্যক্তির ব্যক্তিগত বৈশিষ্ট্য খেলে উদ্ভূত হয় তাদের জৈবিক বা ব্যক্তিগত উপাদান বলে। জৈবিক উপাদানসমূহ হলো:

a. Need or Motivation	b. Emotion	c. Set or Expectation	d. Learning	e. Values
f. Attitudes	g. Interests	h. Fatigue		
- Important Characteristics of perception is Depth Perception. Our retinal is two dimensional but we perceive the world in three dimensions. No only do objects have width and height, they also have depth. Depth perception is automatic.
- যেসব বাস্তব সংকেত ব্যবহার করে আমরা বস্তুর ঘনত্ব ও দূরত্ব প্রত্যক্ষণ করে সেগুলোকে ২ ভাগে ভাগ করা হয়। যথা:
 - ১। একনেত্রীয় সংকেত (Monocular Cues)-ঘনত্বের যে সব সংকেত একটি মাত্র চক্ষু কাজ থেকে উৎপন্ন হয়।
 - ২। দ্বিনেত্রীয় সংকেত (Binocular Cues)- ঘনত্ব প্রত্যক্ষণের কতগুলো সংকেত দুটি চোখের কাজ থেকে তৈরি হয়।
- Depth Perception
 - ১। একনেত্রীয় সংকেত: একনেত্রীয় সংকেতগুলো হলো- a. Linear Perspective (রৈখিক দৃষ্টিকোণ) b. Clarity (স্পষ্টতা) c. Interposition (উপস্থাপন) e. Shadows (ছায়া) f. Gradient of Texture (মসৃণতার পার্থক্য) g. Movement (গতি) h. Accommodation (উপয়োজন) i. Comparative Size (তুলনামূলক আকৃতি)
 - ২। দ্বিনেত্রীয় সংকেত: দ্বিনেত্রীয় সংকেতগুলো হলো-

a. Retinal Disparity (অক্ষিপটের প্রতিবিম্বের পার্থক্য)	b. Convergence (অভিসার)
c. Others Signal (অন্যান্য সংকেত)	

- Perceptual Constancies: Refers to our ability to perceive objects as relatively stable in terms of size, shape and color despite changes in the sensory information that reaches our eyes.
- Size and Shape constancy Color Constancy

❑ Illusions

- An illusion occurs when our perception of an object does not agree with the true physical characteristics of the object. (Crider & Others)
- কোন বাস্তব উদ্দীপককে ভ্রান্তভাবে প্রত্যক্ষণই হলো অধ্যাস
- Illusions Fall into two basic categories:
 1. Due to physical distortion of stimuli
 2. Due to our misperception of stimuli

❑ Different Types of Illusions:

- Geometrical Illusion (Muller Lyer Illusion), Movement Illusion (Phi-phenomenon) Moon Illusion, Physical Illusion, Physiological Illusion (light, movement, shapes, colors, taste)

❑ Hallucinations

- Hallucination is a perceptual experience occurring in the absence of external stimuli (Crider & Others)
- অবাস্তব উদ্দীপকের প্রত্যক্ষণই অলীক প্রত্যক্ষণ। (অলীক বীক্ষণ ও বলে) অলীক প্রত্যক্ষণ অস্বাভাবিক আচরণ ও মানসিক সমস্যাজনিত কারণে হয়। যেমন: সিজোফ্রেনিয়া ও মাদকাসক্ত ব্যক্তিদের হয়ে থাকে। অলীক প্রত্যক্ষণ দর্শন, শ্রবণ, ঘ্রাণ, স্বাদ ইত্যাদি ইন্দ্রিয়ের দ্বারা হতে পারে। অলীক প্রত্যক্ষণে মানসিক রোগের চিকিৎসা দ্বারা দূর করা যায়। বিভিন্ন ধরনের অলীক প্রত্যক্ষণ হয়। যেমন: Auditory, Visual, Tactile (sensory), Olfactory (smell), Gustatory Hallucinations (Experiencing Taste) বিজ্ঞানসম্মত না।

Class-02

Class Overview

General Psychology

প্রেষণা ও আবেগ এবং প্রেষণা আবেগের সংজ্ঞা জৈবিক বা শারীরবৃত্তীয় প্রেষণা ও সামাজিক প্রেষণা, প্রেষণার তত্ত্বসমূহ আবেগীয় বিকাশ, আবেগকালীন শারীরিক প্রকাশ, আবেগের তত্ত্বসমূহ শিক্ষণ ও স্মৃতি, শিক্ষণের সংজ্ঞা, শিক্ষণের উপাদান বা শর্তসমূহ চিরায়ত শিক্ষণ, সহায়ক শিক্ষণ, ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য শিক্ষণ স্মৃতির প্রক্রিয়া, সংবেদী স্মৃতি, স্বল্পস্থায়ী স্মৃতি, দীর্ঘস্থায়ী স্মৃতি, বিস্মৃতি এবং এর কারণসমূহ

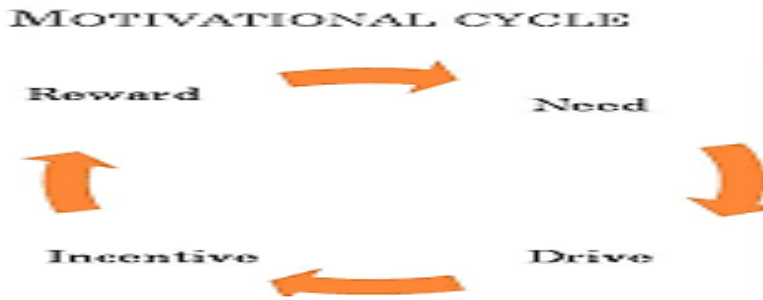
❑ Motivation and Emotion

- উদ্দেশ্য বা Motive শব্দটি থেকে প্রেষণা বা Motivation কথাটি এসেছে। উদ্দেশ্যের দ্বারা প্রণোদিত হলে যে সক্রিয় বা গতিয় অবস্থার সৃষ্টি হয় তাকে প্রেষণা বলে।
- “Motivation can be derived as the desires, needs and interests that arouse or activate an organism and direct it toward a specific goal.” (Crider et. al)
- “Motivation refers to the processes that initiate, sustain, and direct our behavior.”- Jhon L. Bogle

- প্রেষণার প্রতিশব্দ হিসেবে অনেকে কাম্যতা, কামনা, উদ্দেশ্য, লক্ষ্য, ইচ্ছা, অভিলাষ, প্রয়োজন ইত্যাদি শব্দ ব্যবহার করে থাকেন। মনোবিজ্ঞানে প্রেষণা ব্যবহৃত হয়।
- Motivation, the factors that direct and energize the behavior of humans and other organisms Motivation can be arisen from either internal or external sources. The desire for food and water arises from internal, physiological needs.
- The desire for approval and recognition results from external, social circumstances.
- Sometimes motivation results from the interaction of both internal and external factors.

❑ Motivation Cycle:

প্রেষণা প্রাণীর একটি গতিশীল ও সক্রিয় অবস্থা (Dynamic state) এবং একটি চলমান প্রক্রিয়া, যে অবস্থা কোনো অভাববোধ, প্রয়োজনবোধ বা উদ্দেশ্য দ্বারা তৈরি হয়। প্রাণীর জীবনে এই প্রেষণা প্রক্রিয়াটি চক্রের আকারে আবর্তিত হয়। একেই প্রেষণা চক্র বলে।



- প্রেষণা চক্রের ৪ টি ধাপ বা স্তর রয়েছে। এগুলো হলো: ১। অভাববোধ (Need) ২। তাড়না (Drive) ৩। করণ আচরণ (Instrumental Behavior) ৪। উদ্দেশ্য সাধন (Goal)
- Classification of Motives: প্রেষণার শ্রেণিবিভাগ নিয়ে মতভেদ রয়েছে। তবে H.A. Murray 1938 সালে প্রেষণাকে দুইভাগে ভাগ করেছেন এবং বেশিরভাগ মনোবিজ্ঞানী প্রেষণাকে নিম্নলিখিত ২ ভাগে ভাগ করার পক্ষপাতী। এগুলো হলো:
 - ১। জৈবিক বা শারীরবৃত্তীয় প্রেষণা (Physiological Motives) বা মুখ্য প্রেষণা (Primary Motives)
 - ২। সামাজিক প্রেষণা (Social Motives) বা গৌণ প্রেষণা (Secondary Motives) বা অর্জিত (Social Learned) বা শিক্ষালব্ধ প্রেষণা
- Motivation has biological, cognitive, and the social aspects. Homeostasis: The Body's tendency to maintain a steady internal state.
- প্রাণীর জৈবিক অস্তিত্ব থেকে যেসব প্রেষণার সৃষ্টি হয় তাকে শারীরবৃত্তীয় প্রেষণা বা জৈবিক প্রেষণা বলে। এ ধরনের প্রেষণাকে আবার সহজাত প্রেষণাও বলে।
- জৈবিক প্রেষণাগুলো হলো: ১। ক্ষুধা (Hunger) ২. তৃষ্ণা (Thirst) ৩। যৌন কামনা (Sex Drive) ৪। মাতৃত্ব (Maternity) ৫। নিদ্রা (Sleep) ৬। অভ্যন্তরীণ ভারসাম্য (Homeostatis) ইত্যাদি।
- সামাজিক প্রেষণাগুলো হচ্ছে: ক। আক্রমণ (Aggression) খ। হতাশা ও আক্রমণ (Frustration and Aggression) গ। যুথচারিতা (Gregariousness) ঘ। সঞ্চয় কামনা (Acquisitiveness) ঙ। নিরাপত্তার চাহিদা (Security) চ। কৃতি প্রেষণা

(Achievement Motive) ছ। স্বীকৃতির চাহিদা (Need for Recognition) জ। খ্যাতি (Fame) ঝ। ক্ষমতার চাহিদা বা ক্ষমতার লিপ্সা (Need for Power) ঞ। পদমর্যাদার চাহিদা (Need for Prestige) ইত্যাদি।

- General Motives (সাধারণ প্রেরণা): কিছু কিছু প্রেরণা আছে তা জীবন ধারণের জন্য তেমন গুরুত্বপূর্ণ নয়। আবার এগুলি শিক্ষালব্ধ বা অর্জিতও নয়। এগুলো সব প্রাণীর মধ্যেই দেখা যায়। যেমন- ঔৎসুক্য, কর্মস্পৃহা, জানার ইচ্ছা ইত্যাদি।
- মনোবিজ্ঞানী থমাস (Thommas,1923) এর মতে সব ধরনের সামাজিক প্রেরণাকে ৪টি মৌলিক শ্রেণিতে ভাগ করা যায়। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। নিরাপত্তা (Security) ২। স্বীকৃতি (Recognition) ৩। প্রতিক্রিয়া (Expression) ৪। নতুন অভিজ্ঞতা লাভের ইচ্ছা (Desire for new experiences)
- মনোবিজ্ঞানী মারে (Murry,1938) এর মতে, ২০ টি সামাজিক প্রেরণাই মানুষের জীবনের সব কাজ কর্মের মৌলিক উৎস। তিনি সঞ্চয় বা লাভ, শৃঙ্খলা, সাফল্য, স্বাধীনতা, আক্রমণ, দলভুক্তি ইত্যাদি প্রেরণার নাম উল্লেখ করেছেন।
- Many Psychologists who discuss human motivation use the term need to refer to both human biological drives and social motives.
- Maslow discussed the need for belongingness. Unlike biological drives, social motives are not directly based on physiological conditions.
- Motivated Behavior is often accompanied by strong emotions. Theories of Motivation: There are five major theories of Motivation. These are-
 1. Instinct Theory 2. Drive Theory 3. Arousal Theory 4. Opponent-process Theory 5. Incentive Theory.
- There are some other Theories of Motivation Also.
- **Instinct Theory:** An instinct is an innate or genetically predetermined/preprogrammed disposition to behave in a particular way/ or survival when confronted with certain stimuli. The idea that instincts control certain behaviors is one of the oldest notions in Psychology.
- In instinct theory, Psychologists do not agree on what or even how many, primary instincts exist.
- Freud's work suggests that instinctual drives of sex and aggression motivate behavior (Katz, 2001)
- One early psychologist, William McDougall (1908), Suggested that there are 18 instincts.
- Instincts inborn patterns of behavior that are biologically determined rather than learned.
- Instinct theory was revised in the 1930s by a group of scientists known as Ethologists.
- Ethology is the study of how animals behave in their natural habitats. A modified notion of instinct became a central part of Ethology.
- **Drive Theory:** Drive theory holds that organisms are motivated to eliminate states of tension or arousal, such as hunger or thirst, and to return to a state of balance known as Homeostasis.
- Freud theorized that human behavior was motivated largely by sexual and aggressive drives.
- Learning Theorist, Clark Hull, who undertook the first systematic study of the concepts of drive and drive reduction (Hull,1943). In Hullian terms, organisms in a high state of arousal are motivated to engage in the process of Drive Reduction, a set of behaviors designed to reduce or eliminate bodily

tension.

- The concept of drive is closely related to an organism's internal state of arousal or tension. That's why it is closely related with Homeostasis.
- **Arousal Theory:** Arousal theory suggests that there is a preferred or optimal level of arousal that is neither too high nor too low. If arousal is too low, organisms will seek to increase tension: if arousal is too high, they will seek to decrease tension. We may have a preference for an optimal level of arousal that is neither too high nor too low. (Berlyne, 1960)
- **Opponent-Process Theory:** Opponent Process theory holds that acquired motives, such as thrill seeking or drug addiction are maintained and strengthen when a primary emotion triggers an opposite emotional response, which lasts longer than the primary emotions.
- The essential claim of opponent-process theory is that every emotional experience leads to an opposite emotional experience that persists long after the primary emotion has passed. Behavior is influenced by what happens in the long run rather than the short term. (Richard Solomon, 1980)
- **Incentive Theory:** Incentive theory proposes that motivation is determined by stimuli in the environment that 'Pull' the organism in certain directions.
- Incentive theory focuses not on the internal state of the organism, but rather on the external conditions that induce certain responses.
- James's theory of Motivation- Principles of Psychology (1890)
- Freud's Theory-Instincts and Their Vicissitudes (1915)
- Kurt Lewin's Field Theory-Mathematical Constructs
- Hull's S-R Theory
- James McClelland-Theory of Achievement Motivation
- Murry's Need Theory
- Maslow's Hierarchy Theory

❑ Cognitive Approaches of Motivation

❑ 1. Intrinsic Motivation 2. Extrinsic Motivation

- Emotion শব্দটি ল্যাটিন শব্দটি ল্যাটিন শব্দ Emovere শব্দ থেকে এসেছে যার অর্থ বাইরে পরিচালিত করা (to move out).
- কোন উদ্দীপকের প্রতি প্রতিক্রিয়া করতে গিয়ে প্রাণীর মধ্যে যে আলোড়িত বা উত্তেজিত অবস্থার সৃষ্টি হয় যার গতিবেগ স্বাভাবিক আচরণের গতিবেগ অপেক্ষা কম বা বেশি তীব্র হয়, তাই হলো আবেগ।
- 'The word emotion literally means a stirred up or excited state. Psychologist usually distinguish three components of any action: 1. a characteristic feeling or subjective experience, 2. a pattern of

physiological arousal, and 3. a pattern of overt expression. (Crider and others)

- 'An emotion is an effective experience, one that both causes body arousal and has meaning or value to the experiencer.' (Jhon C. Rush) Development of Emotion: Emotional development, a core aspect of human development, encompasses the emergence, expression, understanding, and regulation of emotions from infancy through adulthood.
- Characteristics of Emotion: 1. Physiological Changes 2. Behavioral Expression 3. Varying Intensity and Duration 4. Individual Difference 5. Transition Between Emotions 6. Cognitive Appraisal
- Emotional Patterns: বয়স ভেদে আবেগের রূপ পরিবর্তিত হয়। তবে আবেগীয় বিকাশ সময়কালকে ৩ ভাগে/পর্যায়ে ভাগ করা হয়েছে।
 1. Early Development (Infancy and Toddlerhood)-প্রাক-শৈশব কাল: Birth to 2 years (Anger, Fear, Curiosity, Love, excitement)
 2. Later Development (Childhood and Adolescent)-শৈশব কাল: Early Childhood: 2 years to 6 years (Anger, Fear, Curiosity, Affection, Excitement, Sad, Envy, Jealousy, Disgusting, etc.)
Late Childhood: 6 years to 11/12 years
 3. Puberty (বয়োঃসন্ধিকাল): শৈশবকাল শেষ হবার পর যৌবনকালে পদার্পনের জন্য যে সময়ে দৈহিক, মানসিক, ও সামাজিক প্রস্তুতি চলে তাকে বয়োঃসন্ধিকাল বলে। সাধারণত ১১/১২ থেকে ১৩/১৪ বছর বয়স পর্যন্ত সময়কে এর সময়কাল ধরা হয়।
- (Intense mood swings, increased sensitivity, self & Social awareness)

❑ Physiological Changes in Emotion:

1. Blood Pressure 2. Electrodermal Response (EDR) 3. Heart Beat 4. Pupillary Response 5. Changes in Respiration 6. Salivation 7. Stiffness of muscles and Jerking 8. Pilomotor Response 9. Stomach Response 10. Changes in the elements of blood 11. Sweat Secretion 12. Response of intestine 13. Gestures of face 14. Changes in Voice 15. Facial Expression

❑ Theories of Emotion:

- James Lange Theory-Proposed by William James and Carl Lange in 1885.
- Canon Bird Theory-Proposed by Walter Cannon and Philip Bard in 1927.
- Schachter-Singer Theory (Cognitive labeling theory/Two factor theory of emotions)- Proposed by Stanley Schachter and Jerome Singer
- a. Physiological arousal and 2. Interpretation of the experience based on the environmental cues.
- 4. Cognitive Appraisal Theory-Proposed by Richard Lazarus in 1970. 5. Activation Theory: Coined by Donald B Lindsley in 1951.
 - Topics need to be study:
 - Characteristics of Motivated Behavior
 - Characteristics of Physiological Motives

Characteristics of Social Motives

Difference Between Physiological and Social Motives

General Motives

- Learning and Memory

- Learning: Learning can be defined as a relatively permanent change in immediate or potential behavior that results from experiences. (Crider and others, 1993)
- Learning is a relatively durable change in behavior or knowledge that is due to experience. (Wayne Weiten & Others, 1989)
- Learning can be defined as a relatively permanent change in behavior based on experience. (William Buskist & others, 1990)
- শিক্ষণ হলো অনুশীলনের ফলে আচরণের পরিবর্তন। অভ্যাস বা অনুশীলনের ফলে আচরণের তুলনামূলক দীর্ঘস্থায়ী পরিবর্তনকে শিক্ষণ বলে।
- Elements of Factors of Learning: Factors of Learning are- 1. Problem 2. Association (a. Stimulus-Stimulus Association and b. Stimulus-Response Association) 3. Motivation 4. Reinforcement (a. Positive Reinforcement and b. Negative Reinforcement) 5. Trials 6. Contiguity 7. Attention 8. Maturation
- Association learning can be broken down into two types-Classical Conditioning and Operant Conditioning.
- Classification of Learning: Mainly four types. These are- 1. Cognitive Learning (বুদ্ধিবৃত্তিক বা জ্ঞানগত শিক্ষণ) 2. Trial and Error Learning (প্রচেষ্টা ও ভুল সংশোধনের মাধ্যমে শিক্ষণ) 3. Classical Conditioning (চিরায়ত শিক্ষণ) 4. Operant/Conditioning Learning (সহায়ক শিক্ষণ)
- Classical Conditioning: এটি নিয়ে সর্বপ্রথম কাজ করেন প্রখ্যাত রাশিয়ান শারীরবিদ আইভান পেট্রোভিচ প্যাভলভ (Ivan Petrovich Pavlov)। তিনি ১৮৯০ সাল থেকে সাপেক্ষণ এর ধারণাটি প্রচলন করেন এবং এই শিক্ষণের মূলনীতি আবিষ্কার করেন।
- A Reflex is a specific and involuntary response to a stimulus that does not require any learning.
- He was awarded the Nobel Prize in Physiology or Medicine in 1904. He conducted research on the physiology of Digestion Classical Conditioning is a type of learning in which a neutral stimulus acquires the ability to evoke a response that was originally evoked by another stimulus. (Crider and Others, 1989)
- Researchers have suggested that the conditioning process may help explain drug addiction, changes in the body's cardiovascular system, learning of certain sexual behaviors, and even allergic reactions (Turkkhan, 1990).
- পূর্বে যে প্রতিক্রিয়াটি একটি স্বাভাবিক উদ্দীপক দ্বারা সৃষ্টি হতো, স্বাভাবিক উদ্দীপকের সাথে অন্য একটি নিরপেক্ষ উদ্দীপক জুড়ে দেয়ার ফলে নিরপেক্ষ উদ্দীপকটিও সেই প্রতিক্রিয়াটি তৈরি করতে সক্ষম।

- যে উদ্দীপক প্রাণিদেহে স্বাভাবিকভাবেই কোন প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করে তাকে বলে স্বাভাবিক উদ্দীপক বা অসাপেক্ষ উদ্দীপক (Unconditioned stimulus)/US)
- স্বাভাবিক উদ্দীপকটি যে প্রতিক্রিয়ার সৃষ্টি করে তাকে বলে স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া (Unconditioned response/UR)
- যে সকল উদ্দীপক সাধারণ অবস্থায় নির্দিষ্ট কোন প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করে না তাদের বলা হয় সাপেক্ষ উদ্দীপক (Conditioned Stimulus/CS)।
- সাপেক্ষ উদ্দীপক দ্বারা যে প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হয় তাকে বলে সাপেক্ষ প্রতিক্রিয়া (Conditioned Response/CR)
- Characteristics of Classical Conditioning:
 - 1. Acquisition (অর্জন) 2. Extinction (অবলুপ্তি) 3. Spontaneous Recovery (স্বতঃস্ফূর্ত পুনরাগমন) 4. Generalization (সাধারণীকরণ) 5. Discrimination (পৃথকীকরণ) 6. Proximity (নৈকট্য)- প্যাভলভের মতে ১ম পাঁচটি বৈশিষ্ট্য।
- Operant Conditioning: Operant conditioning, an organism learns to associate its behavior with consequence of the behavior. (Crider and Others, 1983)
- Operant conditioning is a form of learning in which voluntary responses come to be controlled by their consequences. (Wayne Weiten & others, 1989)
- B.F. Skinner প্রথম Operant শব্দটি ব্যবহার করেন ১৯৩৮ সালে।
- Operant Conditioning কে Instrumental Conditioning নামেও পরিচিত।
- যে সকল প্রতিক্রিয়া বা আচরণ প্রাণীর জীবনে কোন প্রয়োজন সাধন করে বা প্রেষণা নিবৃত্ত করতে সাহায্য করে সে সকল আচরণ শিক্ষণের প্রক্রিয়াকেই বলা হয় সহায়ক শিক্ষণ (Operant Conditioning).
- Skinner Box, Thorndike's Puzzle Box
 - Pavlov was conducted his classical conditioning experiments on Hungry Dog and E.L. Thorndike was on hungry Cats.
- Thorndike proposed the Law of effect theory, which states that acts followed by a satisfying state of affairs are more likely to recure than acts followed by an annoying state of affairs.
- Thorndike had paved the way of Operant Conditioning.
- Skinner noted that when a particular behavior is performed, it may have one or two general consequences: Reinforcement (a positive outcome) or Punishment (a negative outcome).

❑ Processes of Operant Conditioning:

- 1. Shaping 2. Extinction and Spontaneous Recovery 3. Generalization and Discrimination
 - ✓ The Nature of Reinforcement
 - ✓ Schedules of Reinforcement
 - ✓ Continuous Reinforcement Schedule
 - ✓ Partial Reinforcement Schedule
 - 1. Ratio Schedule

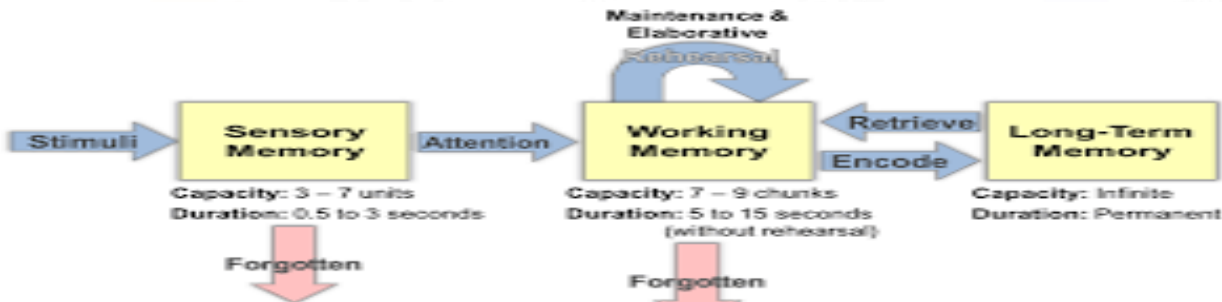
2. Interval Schedule

❑ The Use of Punishment

- **Observational Learning:** Observational Learning, or modeling learning is a cognitive view of learning.
- It is a learning that results from watching the behaviors of others and observing their consequences.
- The research on Observational Learning or modeling has shown that both humans and animals can learn by watching others.

❑ Learning and Memory

- In its very simplest form, memory is the ability to store information so that it can be used at a later time. (Crider & others)
- Memory consists in remembering what has previously been learned. It would be better, however, to say that memory consists in learning, retaining and remembering what has previously been learned. (Woodworth and Marquis, 1964)
- অতীত অভিজ্ঞতার যথাসম্ভব অবিকল পুনরুৎপাদন করার ক্ষমতাকে স্মৃতি বলে।
- স্মৃতি=শিক্ষণ-বিস্মৃতি
- The process of Memory: তথ্যের প্রক্রিয়াজাতকরণ মতবাদ অনুসারে, স্মৃতি প্রক্রিয়া মূলত তিনটি মৌলিক প্রক্রিয়া দ্বারা গঠিত (Atkinson and Shiffrin, 1968)। এই মৌলিক প্রক্রিয়াগুলো হলো:
- ১। সংকেত গ্রহণ (Encoding) ২। সংরক্ষণ (Storage) ৩। পুনরুদ্ধার (Retrieval)
- চিত্র: স্মৃতির তথ্য প্রক্রিয়াজাতকরণ প্রক্রিয়া



❑ Elements of Memory:

1. Learning (শিক্ষণ) 2. Retention (সংরক্ষণ) 3. Recall (পুনরুদ্ধার) 4. Recognition (প্রত্যাবিজ্ঞা বা পুনর্জ্ঞান) 5. Localization (স্থান-কাল নির্দেশ)
- **Types of Memory or The Structure of Memory:** Richard Atkinson & Richard Shiffrin, 1968, 1971; স্মৃতি কাঠামো নিয়ে একটি মডেল প্রদান করেন। এই মডেলকে ত্রি-উপাদান মডেল (Three Component Model) বলে অভিহিত করা হয়। এ মডেল অনুসারে স্মৃতিকে ৩টি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। যথা:
 - ১। সংবেদী স্মৃতি (Sensory Memory)- ১ থেকে ৪ সেকেন্ড পর তথ্য হারিয়ে যায়
 - Maintenance rehearsal is the keeping information in short-term memory by repeating it.

- Without maintenance rehearsal, information remains in short-term memory for only 20 seconds.
- ২। স্বল্পস্থায়ী স্মৃতি (Short-Term Memory)-১৮ সেকেন্ড পর তথ্য হারিয়ে যায়। ২০ সেকেন্ড এর নিচে। Working Memory ও বলা হয়।
- ৩। দীর্ঘস্থায়ী স্মৃতি (Long-Term Memory)-দীর্ঘ সময় পরে ধীরে ধীরে হারিয়ে যায়।
- Procedural memory, sometimes called skill memory, is our knowledge of how to do things.
- Declarative memory, sometimes called fact memory, is memory for specific information.
- Episodic Memory: Episodic memory is an autobiographical memory system responsible for storing a record of the events of our lives.
- Semantic memory: Semantic memory stores more general information about the world, such as rules, concepts, and facts.
- Constructive Memory: Is the process by which we add to information stored in memory.
- Distortion: Distortion do not add information rather, they produce inaccuracies or changes in the material remembered.
- Forgetting: Forgetting refers to the inability to recall a particular piece of information accurately. (Crider & others, 1993)
- Psychologist generally used the term forgetting to refer to the apparent loss of information already encoded and stored in long-term memory. (Morgan and others, 1993)
- Forgetting is a failure to recall materials previously learned. (Kimble G.A & et.al,1984)
- শিক্ষণকৃত বিষয়সমূহ পরবর্তীতে প্রয়োজনে সঠিকভাবে পুনরুৎপাদন করার অক্ষমতাকেই বিস্মৃতি বলে।
- বিস্মৃতি=শিক্ষণ-স্মৃতি

❑ Causes of Forgetting:

- There are lot of reasons of forgetting. They are: 1. Passive decay through disuse (অব্যবহারজনিত স্মৃতির অবক্ষয়) 2. Retroactive inhibition (অনুশিক্ষণ প্রতিবন্ধকতা) 3. Proactive inhibition (পূর্ব শিক্ষণ প্রতিবন্ধকতা) 4. Qualitative change theory (প্রকারগত পরিবর্তন মতবাদ) 5. Emotional Theory (আবেগজনিত মতবাদ) 6. Motivated Forgetting theory (ইচ্ছাগত বা প্রেক্ষিত বিস্মৃতি মতবাদ) বা Repression Theory (অবদমন মতবাদ) 7. Theory of Retrieval Failure (পুনরুদ্ধারের ব্যর্থতা মতবাদ) 8. Neurological Trace Theory (স্নায়ুবিদ্যক ছাপ মতবাদ) 9. Emotional Blocking (আবেগজনিত প্রতিরোধ) 10. Environmental Changes (পরিবেশগত পরিবেশ) 11. Shock Amnesia (আঘাতজনিত বিস্মৃতি) 12. Lack of Reinforcement (বলবর্ধকের অভাব) 13. Lack of Attention (মনোযোগের অভাব) 14. Illness (অসুস্থতা/আঘাত) 15. Lack of Verbal Association (বাচনিক অনুশঙ্গের অভাব) 16. Lack of Proper Association (যথাযথ অনুশঙ্গের অভাব) ।
- There are some other theories of Forgetting:
 - ✓ The Decay Theory
 - ✓ Interference Theory
 - ✓ Encoding Failure Theory
 - ✓ Retrieval Failure Theory

Class-03

Class Overview

General Psychology

- ✓ Definition of thinking, Concept Formation
- ✓ Problem Solving, Creative Thinking
- ✓ Definition of Intelligence, Measurement of Intelligence
- ✓ Stanford-Binet and Wechsler's Intelligence
- ✓ Definition and development of Personality
- ✓ Psychoanalytic and Behavioral theory of Personality
- ✓ Assessment of Personality

❑ Definition of Thinking

Psychologist define Thinking as brain activity in which people mentally manipulate information, including words, visual images, sounds, or other data. (Feldman, Understanding Psychology)

Thinking involves many different cognitive functions: organizing what we know, creating categories or concepts, formulating logical deductions, solving problems, and making clear decisions. (Crider and others, Psychology).

- Thinking

Thinking also involves Problem Solving. Two other aspects of Thinking are Problem Solving and Decisions Making.

Example: You are in the market. You need to buy book for your upcoming exam and you also like a shirt. You pause and imagine the priority first, think about which will satisfy more and finally decide on Book. That process of comparing, imagining, and deciding is Thinking.

❑ Concept

- A concept is a way of categorizing or classifying the people, objects, and events in the environment (Anglin, 1977). Crider
- Concepts are mental groupings of similar objects, events, or people. Ultimately, Concepts influence behavior. Feldman
- For example, the concept of Dog- characteristics, features, distinguish from other animal, different types
- Natural Concept and Artificial Concept
- Prototypes: Prototypes are typical, highly representative examples of a concept.
- A highly typical prototype of the concept furniture is a chair. whereas a stove is not a good prototype.
- Concept Formation: Concept formation is the mental process through which we learn to group objects, ideas,

or events into categories based on shared characteristics, rules, or relationships

- Learning the concepts of Birds, learning the concepts of Shapes.
- It helps us to organize information, make predictions, and understand the world.

❑ Steps in Concept Formation:

1. Observation 2. Comparison 3. Abstraction 4. Generalization

- One way that we integrate concepts is to form Hierarchies.
- Concept Vehicle's good example is Car and bad example is wheelchair.
- Memory is the mental process of encoding, storing, and retrieving information

❑ Problem Solving

- Problem solving is the process of identifying an existing problem, determining the root cause or causes of the problem, deciding the best course of action in order to solve the problem, and then finally implementing it to solve the problem.
- Problem solving can also involve finding solutions to highly complicated social and political problems.
- Problem solving is one of the most inescapable aspects of our life.
- What are the mental processes involved in problem solving:
 - Firstly, People try to divide the problem into smaller, manageable segments.
 - Secondly, they look for a rule or hypothesis that will solve the particular segment they are considering.
 - Finally, they evaluate their hypothesis.

(Alan Newell and Herbert Simon, 1972)

❑ Kinds of Problems:

- Arrangements (Sudoku, rearrange the letters)
- Inducing Structure (Number series, Analogy)
- Transformation –That consist of an initial state, a goal state, and a method for changing the initial state into the goal state.
- Obstacles in Problem solving: 1. Mental Set 2. Functional Fixedness 3. Confirmation Bias

❑ Strategies for problem Solving:

- Algorithms: A systematic procedure in which the problem solver considers all possible solutions to a problem.
- Subgoals Analysis: Subgoals analysis is a problem-solving strategy commonly found both in the verbal descriptions of human problem solvers and in the operations of a computer program.
- Heuristics: Heuristic is a strategy with high probability of producing a correct solution.
- সমস্যা সমাধানের সীমাবদ্ধতার কারণ কী কী?

১। সামাজিক সম্পর্ক ২। শারীরিক শক্তি ৩। সৃজনশীলতার অভাব

৪। পক্ষপাত ও মানসিক সেট সমস্যা সমাধানের প্রথম ধাপ কী

১। সমাধান প্রয়োগ ২। ফলাফল মূল্যায়ন ৩। শারীরিক ক্রিয়াকলাপ ৪। বাঁধা অতিক্রম করে লক্ষ্যে পৌঁছানো।

➤ Heuristic technique is a problem-solving method

❑ Creative Thinking

- Creative thinking is the ability to generate new and innovative ideas, solutions, or approaches to problem.
- According to Simpson, Creative thinking involves new forms of thinking away from the traditional norms.
- According to Mednik, Creativity means forming new combinations of associative elements.

❑ Main Characteristics of Creativity:

1. Flexibility
2. Fluency
3. Originality
4. Divergent Thinking
4. Sensitivity
5. Curiosity
6. Persistence and Concentration
7. Commitment
8. Sense of humor

❑ Definition of Intelligence

- থার্সটনের মতে, বুদ্ধি হলো একটি সাধারণ ক্ষমতা ও কতগুলো বিশেষ ক্ষমতার সমষ্টি, যেগুলো ব্যক্তিকে তাঁর পরিবেশের বিভিন্ন সমস্যার সমাধান করতে সহায়তা করে।
- Intelligence is the capacity to act purposefully, to think rationally and to deal effectively with the environment. (David Wechsler)
- Intelligence is the capacity to acquire knowledge and to use that knowledge to solve problems. (Buskist & Gerbing)
- বুদ্ধি হলো ব্যক্তির সেই ক্ষমতা যা দ্বারা সে বাস্তব জগত সমন্ধে অবগত হতে পারে, বিভিন্ন ঘটনার সমন্বয় সাধন করতে পারে এবং সমস্যাভাজনিত পরিস্থিতিতে সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহণে সক্ষম হয়।
- বুদ্ধিবৃত্তিক যোগ্যতা (Intellectual Ability) বংশগত কিনা তা প্রথম অনুসন্ধান করেন স্যার ফ্রানসিস গ্যালটন। ১৮৬৯ সালে তিনি Hereditary Genius বই প্রকাশ করেন। তাঁর মতে, বুদ্ধি হলো বংশগত সূত্রে প্রাপ্ত এবং এমনকি নির্দিষ্ট ধরনের বৃত্তিমূলক দক্ষতা।
- বুদ্ধির বিকাশে বংশগতি ও পরিবেশ মানব জীবনের ওপর এক অসামান্য প্রভাব বিস্তার করে। বুদ্ধির বিকাশে বংশগতি ও পরিবেশ পরস্পর সম্পর্কযুক্ত।

❑ Differences in Intelligence test scores:

1. Economic Status (অর্থনৈতিক অবস্থা)
2. Profession of parents (পিতামাতার পেশা)
3. Gender difference (লিঙ্গ পার্থক্য)
4. Residence (আবাসন)
5. Genetic factors (বংশগতি)

❑ Measurement of Intelligence

- Sir Francis Galton, cousin of the evolutionary theorist Charles Darwin, first explored the measurement of intelligence in 1884.
- Galton Held two strong convictions:

1. That intelligence was largely a matter of superior perceptual and physical attributes
2. That intelligence was inherited, with some families showing clear biological superiority over others.

- Sir Francis Galton's IQ was 200.
- ১৮৮৪ সালে লন্ডনের এক আন্তর্জাতিক মেলায় গ্যালটন একটি অভীক্ষা গবেষণাগার (Testing Laboratory) স্থাপন করেন। এক্ষেত্রে তিনি তাঁর আমেরিকান সহযোগী গবেষক জেমস ক্যাটেল এর সাহায্য নেন। সেখানে তিনি প্রায় ৯০০০ লোকের উপর পরীক্ষা চালান।
- মনোবিজ্ঞানী থার্সটোন (L.L. Thurstone, 1938) ৭টি প্রাথমিক মানসিক ক্ষমতার কথা বলেছেন।
- ১৮৬৯ সালে স্যার ফ্রানসিস গ্যালটন Hereditary Genius বই প্রকাশ করেন।

□ থার্সটোনের ৭টি প্রাথমিক মানসিক ক্ষমতা নিম্নে উল্লেখ করা হলো:

- ১। বাচনিক বোধ ক্ষমতা (Verbal Comprehension)
 - ২। শব্দ ব্যবহার (Word Fluency)
 - ৩। সংখ্যা (Number)
 - ৪। কাল (Space)
 - ৫। স্মৃতি (Memory)
 - ৬। প্রত্যক্ষণ ক্ষমতা (Perceptual Speed)
 - ৭। বিচারশক্তি (Reasoning)
- R.B Cattel, 1971; দুধরণের বুদ্ধির কথা বলেছেন, তরল বুদ্ধি (Fluid Intelligence)-নতুন পরিবেশকে মূল্যায়ন করা এবং তার প্রতি প্রতিক্রিয়া করাই হল তরল বুদ্ধি।
 - দানাবাঁধা বুদ্ধি (Crystallized Intelligence)- নতুন জ্ঞানের জন্য পুরনো জ্ঞানের মূল্যায়ন হলো দানাবাঁধা বুদ্ধি।
 - R.B. Cattel, সর্বপ্রথম বুদ্ধি অভীক্ষা বা Mental Test কথাটি ব্যবহার করেন।
 - তবে বিজ্ঞানসম্মত বুদ্ধি অভীক্ষার উদ্ভাবক হিসেবে ফরাসি মনোবিজ্ঞানী আলফ্রেড (Alfred Binet) বিনের নাম বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য।
 - কে প্রথম বুদ্ধিমত্তা পরীক্ষা তৈরির চেষ্টা করেছিলেন?
ক। আলফ্রেড বিনে খ। চার্লস স্পেয়ারম্যান গ। হাওয়ার্ড গার্ডনার ঘ। লুই টারম্যান
 - বুদ্ধি পরিমাপের অভীক্ষাগুলোকে ২ ভাগে ভাগ করা হয়। যথা:
ক। ব্যক্তিভিত্তিক বুদ্ধি অভীক্ষা (Individual Intelligence Tests) ও
খ। দলগত বুদ্ধি অভীক্ষা (Group Intelligence Tests)
 - ব্যক্তিভিত্তিক বুদ্ধি অভীক্ষা: যে সকল বুদ্ধি অভীক্ষার সাহায্যে এক সাথে কেবল মাত্র একজন ব্যক্তির বুদ্ধি পরিমাপ করা যায়, সে সকল অভীক্ষাকে ব্যক্তিভিত্তিক বুদ্ধি অভীক্ষা বলে। ব্যক্তিভিত্তিক বুদ্ধি অভীক্ষার জন্য একজন প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত এবং অভিজ্ঞতাসম্পন্ন ব্যক্তির প্রয়োজন।

□ Binet-Simon Intelligence Test:

- Modern tests of intelligence emphasize the measurement of mental abilities, such as reasoning, remembering, and imagining.
- These abilities were first identified in the pioneering work of Alfred Binet, A French Psychologist.
- In 1904, the Ministry of Education in Paris called on Binet to develop an objective assessment procedure.
- In 1904, Binet and his collaborator, Theophile Simon, responded with a 30-question test that became the forerunner of all modern tests of Intelligence.
- The original Binet-Simon test presented questions in order of increasing difficulty.
- At first, Binet and Simon did not classify questions in terms of their difficulty for children of different ages.

- As Binet and Simon revised their test, they began to learn about the average performance of children of different ages.
- ১৯০৮ সালে বিনে-সিমো অভীক্ষার দ্বিতীয় সংস্করণ প্রকাশিত হয় যেখানে বিষয়গুলো বয়স অনুপাতে সাজানো হয়। এখানে সকল প্রশ্নকে ৩-১৩ বছর পর্যন্ত স্তরে ভাগ করা হয়। এই অভীক্ষাতেই প্রথম মানসিক বয়সের (Mental Age) ধারণা ব্যবহার করা হয়।
- ব্যক্তিগত অভীক্ষা দলগত অভীক্ষার তুলনায় বেশি গ্রহণযোগ্য।
- কারো বয়স যাই হোক না কেন, সে যে বয়সের উপযোগী প্রশ্নের উত্তর দিতে সক্ষম তাই হলো তার মানসিক বয়স (Mental Age) বা MA।
- জন্মের পর থেকে যে বয়স গণনা করা হয় তাকে প্রকৃত বয়স বা সময়ানুক্রমিক বয়স (Chronological Age) CA বলা হয়।
- বিনে-সিমো অভীক্ষার তৃতীয় সংস্করণ প্রকাশিত হয় বিনের মৃত্যুর পূর্বে ১৯১১ সালে। এই অভীক্ষায় প্রাপ্ত বয়স্কদের জন্য প্রশ্ন রাখা হয়। এখানে বয়সের পরিধি করা হয় ৩ থেকে ১৩ এবং পদের সংখ্যা হয় ৫৪টি।
- Stanford-Binet Intelligence Test: Lewis M. Terman, a psychologist at Stanford University, was the principal author of the first major revision in 1916. This test became known as the Stanford-Binet Intelligence Test.
- He usually revised this test to measure the IQ of American Child.
- There were 90 questions in this test.
- Stanford-Binet বুদ্ধি অভীক্ষার প্রথম সংস্করণ প্রকাশ করেন ১৯৩৭ সালে।
- প্রথম সংস্করণের বয়সসীমা ছিলো ২ থেকে উন্নত বয়স্ক-৩ পর্যন্ত। এ সংস্করণে প্রশ্নসংখ্যা বেড়ে হয় ১২৯ টি।
- Stanford-Binet বুদ্ধি অভীক্ষার ২য় সংস্করণ হয় ১৯৬০ সালে, ৩য় সংস্করণ হয় ১৯৭২ সালে এবং সর্বশেষ সংস্করণ হয় ১৯৮৬ সালে। ১৫টি উপ-অভীক্ষা রয়েছে।
- সর্বশেষ সংস্করণটি শৈশবকাল থেকে পূর্ণবয়স্ক সকলের ক্ষেত্রে ব্যবহার করা হয়।
- এই অভীক্ষায় সর্বপ্রথম বুদ্ধ্যংক (Intelligence Quotient বা IQ) ব্যবহার করা হয়।
- বুদ্ধ্যংক (Intelligence Quotient) হলো হলো ব্যক্তির মানসিক বয়সের সাথে তার প্রকৃত বয়সের অনুপাত।
- IQ সূচকটি প্রকৃতপক্ষে প্রথম ব্যবহার করেন জার্মান মনোবিজ্ঞানী উইলিয়াম স্টার্ন (William Stern), ১৯১৪ সালে।
- Terman's Formula for Calculating IQ is, $IQ = MA/CA \times 100$
- Here, IQ= Intelligence Quotient, MA=Mental Age, CA=Chronological Age
- Measurement of Intelligence
- Wechsler Intelligence Test: নিউইয়র্কের বেলেভিউ হাসপাতালের প্রখ্যাত মনোবিজ্ঞানী ডেভিড ওয়েকসলার (David Wechsler) বয়স্কদের বুদ্ধি পরিমাপের জন্য ১৯৩৯ সালে Wechsler Bellevue Intelligence Scale প্রণয়ন করেন।
- পরবর্তীতে ১৯৫৫ সালে এ অভীক্ষাটির একটি সংশোধিত সংস্করণ প্রকাশ পায় যার নাম Wechsler Adult Intelligence Scale বা WAIS নামে পরিচিত।
- WAIS এ ১১টি উপ-অভীক্ষা বা Sub-Test রয়েছে যা ভাষাগত ও কর্মসম্পাদন নামে বিভক্ত। বয়সসীমা: ১৬-৯০ বছর (WAIS-IV)
- Wechsler শিশুদের বুদ্ধি পরিমাপের জন্যও দুটি অভীক্ষা প্রণয়ন করেন। যথা:
১। Wechsler Intelligence Scale for Children (WISC) Age: 6-16 (wisc-v)

২। Wechsler Preschool and Primary Scale of Intelligence (WPPSI)

- Age: 2.5-7.5 years (WPPSI-IV)
- WAIS এ ভাষাগত মানকে (Verbal) মোট ৬ টি উপ-অভীক্ষা রয়েছে। এগুলো হলো:
 - ১। সাধারণ তথ্য-২৫ ২। সাধারণ বোধশক্তি-১০ ৩। গাণিতিক যুক্তি-২০ ৪। সাদৃশ্য-১২ ৫। শব্দার্থ-৪২ ৬। সংখ্যা পরিসর-৩ থেকে ৯ পর্যন্ত সংখ্যা।
- কর্মসম্পাদন মানক (Performance Scale) এ ৫টি উপ-অভীক্ষা রয়েছে। যথা:
 - ১। ছবি পূরণ ২। ছবি সাজানো ৩। ব্লক ডিজাইন ৪। বস্তু গঠন ৫। সংখ্যা প্রতীক
- Wechsler ১৭০০ লোকের উপর এ অভীক্ষাটি প্রয়োগ করে আদর্শায়ন (Standardization) এর মাধ্যমে আদর্শমান (Norm) নির্ণয় করেছেন।
- দলগত বুদ্ধি অভীক্ষা: যে অভীক্ষার মাধ্যমে অল্প সময়ে একসাথে বহু সংখ্যক মানুষের বুদ্ধি পরিমাপ করা যায় তাকে দলগত বুদ্ধি অভীক্ষা বলে।
- ১ম মহাযুদ্ধের সময় আমেরিকার সামরিক বাহিনীতে নতুন লোক নিয়োগের জন্য দলগতভাবে বুদ্ধি অভীক্ষার প্রয়োজন হয়।
- মনোবিজ্ঞানী আর্থার ওটিস (Arthur Otis) এ সময় দুটি দলগত বুদ্ধি অভীক্ষা তৈরি করেন। এগুলো হলো: ১। আর্মি আলফা টেস্ট (Army Alpha Test)- যারা লিখতে ও পড়তে জানে তাঁদের জন্য এই অভীক্ষা।
 - ২। আর্মি বিটা টেস্ট (Army Beta Test)- উদ্বাস্ত বা বহিরাগত লোক যারা ইংরেজি লিখতে বা পড়তে পারে না বা যাদের মাতৃভাষা ইংরেজি নয় তাঁদের জন্য।
- ২য় বিশ্বযুদ্ধে আর্মি জেনারেল ক্লাসিফিকেশন টেস্ট (Army General Classification Test) বা সংক্ষেপে AGCT অভীক্ষার উদ্ভব হয়।
- Scholastic Aptitude Test (SAT) ও School and College Ability Test (SCAT) এগুলো দলগত টেস্ট।
- Otis Lenon Mental Ability Test হচ্ছে OTIS Test এর সর্বশেষ সংস্করণ।

❑ Personality

- ব্যক্তিত্ব কথাটির ইংরেজি প্রতিশব্দ Personality ল্যাটিন শব্দ Persona থেকে এসেছে। প্রাচীন রোমে অভিনেতাগণ যে মুখোশ পড়ে অভিনয় করতেন তাকে persona বলা হতো।
- Personality can be defined as the unique patterning of behavioral and mental processes that characterized an individual and the individual's interaction with the environment. (Crider & Others)
- ব্যক্তিত্ব হলো ব্যক্তির সকল বৈশিষ্ট্যের সামগ্রিক রূপ যার মাধ্যমে প্রকাশ পায় তার স্বাতন্ত্র্য ভাব।
- Personality psychology is the study of individuals, with special emphasis on understanding what makes a person unique. (Crider)
- Henry Murray once stated that every person is in some ways like other people, in other ways like some other people, and in still other ways like on other person.

❑ Major perspective of personality:

1. The Psychodynamics 2. The Trait Perspective 3. Behavioral Perspective 4. Humanistic Perspective
- The Psychodynamic perspective emphasizes inner drives

- The Trait perspective emphasizes on internal traits,
 - The Behavioral perspective emphasizes how external factors shape behavior and ultimately, through learning, a person's characteristics.
 - Humanistic perspective strongly determined the behavior, whether by, internal or external stimuli.
 - Which Perspective strongly emphasize biologically rooted drives?
1. Psychodynamic 2. Trait 3. Behavioral 4. Humanistic
- The Structure of Personality: Freud developed a configuration of personality as three different mental structures. He called these the id, the ego, and the super ego.
- The Development of Personality
- According to Sigmund Freud, Psychodynamic theory of Personality তে ব্যক্তিত্বের বিকাশের ৫টি পর্যায়ের কথা বলেছেন। এগুলো হচ্ছে: 1. The Oral Stage (মুখ পর্যায়) ০-১৮ মাস 2. The Anal Stage (পায়ু পর্যায়) ১৮ মাস হতে ৩/৪ বছর 3. The Phallic Stage (লৈঙ্গিক পর্যায়) ৩/৪ বছর হতে ৫/৬ বছর 4. The Latency Stage (প্রসুপ্তিকাল) ৫/৬ বছর হতে বয়ঃসন্ধিকাল পর্যন্ত 5. The Genital Stage (যৌন পর্যায়) ১১/১২ বছর বয়স হতে বৃদ্ধ বয়স পর্যন্ত।
- Trait Theory (সংলক্ষণ তত্ত্ব); The primary assumption of any trait theory is that personality can be described in terms of how much of various traits individual possess.
- Cattell's Trait Theory (ক্যাটেলের সংলক্ষণ মতবাদ): ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণ (Trait) বলতে বোঝায় ব্যক্তির এমন কতগুলি গুণ বা বৈশিষ্ট্য যার সাহায্যে আমরা এক ব্যক্তিকে অন্য ব্যক্তি থেকে পৃথক করি।
 - ক্যাটেল বিভিন্ন উপাত্ত থেকে সংগৃহীত বহু সংখ্যক সংলক্ষণ থেকে উপাদান বিশ্লেষণ পদ্ধতির মাধ্যমে ১৬টি মৌলিক সংলক্ষণ নির্বাচন করেন যা 16 PF (Personality Factor) নামে পরিচিত।
 - ক্যাটেল সংলক্ষণগুলিকে ২ ভাগে ভাগ করেছেন। এগুলো হলো:
 - ১। বাহ্যিক সংলক্ষণ (Surface Trait)
 - ২। উৎস সংলক্ষণ (Source Trait)
 - ক। পরিবেশগত সংলক্ষণ (Environmental Traits) খ। গঠনগত সংলক্ষণ (Constitutional Traits)
- ❑ **Allport's Trait Theory** (আলপোর্টের সংলক্ষণ মতবাদ):
- তিনি ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণগুলোকে ৩ ভাগে ভাগ করেছেন। যথা:
 - ১। মৌলিক সংলক্ষণ (Cardinal Traits) ২। কেন্দ্রীয় সংলক্ষণ (Central Traits) ৩। গৌণ সংলক্ষণ (Secondary Traits)
- Eysenck's Traits of Personality:
- দুটি দিক (Dimensions) এর কথা বলেছেন। যথা:
 - ১। অন্তর্মুখিতা (Introversion) ও বহির্মুখিতা (Extraversion)
 - ২। দৃঢ়তা (Stability) ও দৃঢ়তার অভাব (Instability)
- Behavioral Perspective:
- B. F. Skinner's Radical Behaviorism: Skinner এর মতে আমাদের আচরণ সম্পূর্ণভাবে পরিবেশের উদ্দীপক দ্বারা নির্ধারিত হয়। স্কিনার বিভিন্ন উদ্দীপক পরিস্থিতির সাথে প্রতিক্রিয়া প্রবণতার সংগ্রহকে (a collection of response tendencies) ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব

বলে মনে করেন।

- তার মতে আমাদের আচরণ কতগুলো চিরায়ত সাপেক্ষের ফল। তবে তিনি বিশ্বাস করেন, আমাদের বেশিরভাগ প্রতিক্রিয়াই তার সহায়ক শিক্ষণ দ্বারা নির্ধারিত

➤ Some other theories of the development of Personality

1. Bandura and Social Learning Theory:
2. Walter Mischel's Cognitive Social Learning Theory
3. Carl Roger's Person-Centered Theory
4. Maslow's Theory of Self-Actualization

□ Assessment of Personality

- আধুনিককালে ব্যক্তিত্ব পরিমাপের অনেক পদ্ধতি রয়েছে। এদের মধ্যে অন্যতম হল:

১। প্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষা (Projective Test)

২. অপ্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষা (Non-Projective Test)

- প্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষার সাধারণ নিয়ম হলো ব্যক্তিকে একটি অনির্দিষ্ট অস্পষ্ট ও অসংগঠিত উদ্দীপকের সম্মুখীন করা। এই অভীক্ষার দুটি বৈশিষ্ট্য পরিলক্ষিত হয়।

১। ব্যক্তিকে একটি অস্পষ্ট ও দুর্বোধ্য পরিস্থিতিতে সম্মুখীন করে তার প্রতিক্রিয়া লিপিবদ্ধ করা।

২। ব্যক্তিকে আত্মপ্রকাশের জন্য প্রণোদিত করা। এ ধরনের অভীক্ষায় ব্যক্তি অস্পষ্ট ও অসংগঠিত বস্তু বা ঘটনাকে সংগঠিত করতে গিয়ে তার নিজের চিন্তাধারা, বুদ্ধি, আশা-আকাংখা ও মূল্যবোধের প্রতিফলন ঘটে।

বিভিন্ন ধরনের প্রক্ষেপণমূলক (Projective) অভীক্ষা রয়েছে। এর মধ্যে অন্যতম হলো-

ক। রোশাক কালির ছাপ অভীক্ষা (Rorschach Inkblot Test)

খ। কাহিনী সংপ্রত্যক্ষণ অভীক্ষা (Thematic Apperception Test)

□ ক। রোশাক কালির ছাপ (Rorschach Inkblot Test):

- সুইজারল্যান্ডের মনঃচিকিৎসক হারম্যান রোশাক (Herman Rorschach) ১৯২১ সালে এই অভীক্ষা উদ্ভাবন করেন। অভীক্ষায় বিভিন্ন আকৃতি ও বর্ণের ১০টি কালির ছাপ ব্যবহার করা হয়।
- রোশাক এর মধ্যে ৫টি কালির ছাপ কালো ও ধূসর বর্ণের, ২টি কালো ও লাল বর্ণের এবং বাকি ৩টি অন্যান্য বর্ণের। কার্ডগুলোর কালির ছাপ প্রকৃতপক্ষে অর্থহীন।
- কার্ডগুলো এমন প্রকৃতির যে সেগুলোকে যেমন খুশি তেমন করে প্রত্যক্ষণ করা যায়।
- রোশাক অভীক্ষায় ব্যক্তির প্রতিক্রিয়ার সাথে তার ব্যক্তিত্বের সম্পর্ক:
- কালির ছাপ সামগ্রিকভাবে প্রত্যক্ষণ করলে তা বিমূর্ত চিন্তা ও তাত্ত্বিক জ্ঞানের প্রতি নির্দেশ করে। আর অংশবিশেষ প্রত্যক্ষণ করলে খুঁটিনাটি বা সামান্য বিষয় নিয়ে ব্যস্ত থাকার আশঙ্কাকে নির্দেশ করে।
- রঙের উপর প্রতিক্রিয়া অসংযত আবেগ এবং রঙ ও আকৃতি উভয়ের প্রতি প্রতিক্রিয়া সংযত ও সাবলীল আবেগ নির্দেশ করে।
- মানুষের ছবি বা গতিশীল মানুষের ছবি অধিক বুদ্ধিমত্তার পরিচায়ক। কালির ছাপের মধ্যে জন্তু প্রত্যক্ষণ করলে তা চিন্তাশক্তির সীমাবদ্ধতাকে নির্দেশ করে।

□ খ। কাহিনি সংপ্রত্যক্ষণ অভীক্ষা (Thematic Apperception Test):

- 1935 সালে আমেরিকার ক্রিস্টিয়ানা মর্গান এবং এইচ. এ. মারে (Christiana Morgan & Henry A. Murray) সর্বপ্রথম কাহিনী সংপ্রত্যক্ষণ অভীক্ষা প্রণয়ন করেন।
- এ অভীক্ষা ২০টি কার্ড নিয়ে গঠিত যার মধ্যে ১৯টি কার্ড অস্পষ্ট ও দ্ব্যর্থবোধক এবং একটি কার্ড ফাঁকা বা সাদা।
- পরীক্ষণ পাত্রকে একটি ছবিযুক্ত কার্ড দিয়ে সেটি অবলম্বন করে একটি গল্প রচনা করতে বলা হয়।
- পরীক্ষণপাত্র প্রত্যেকটি ছবি থেকে একটি করে গল্প লেখার পর তাকে সাদা কার্ডটি দেয়া হয়। পরীক্ষণপাত্রকে সাদা কার্ডে একটি ছবি বা চিত্র কল্পনা করে নিয়ে সে সম্পর্কে একটি গল্প লিখতে বলা হয়।
- পরীক্ষণপাত্র ছবিগুলো দেখে যে সকল কাহিনী রচনা করে তার মাধ্যমে পরীক্ষক পরীক্ষণপাত্রের ইচ্ছা, আশা-আকাংখা, মনোভাব, প্রেষণা, আবেগ, কল্পনাশক্তি, দূরদৃষ্টি প্রভৃতি জেনে তার সাহায্যে ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব নিরূপণ করেন।

□ অপ্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষা (Non-Projective Test):

- অপ্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষাতে মূলত ব্যক্তিকে বিভিন্ন পরিস্থিতিতে পর্যবেক্ষণ করা হয়। এ ধরনের কয়েকটি প্রধান অভীক্ষা হলো:

ক। সাক্ষাৎকার (Interview)

খ। ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা (Personality Inventory)

গ। পরিস্থিতিমূলক অভীক্ষা (Situational Test)

ক। সাক্ষাৎকার (Interview): এ পদ্ধতির মাধ্যমে ব্যক্তির ইচ্ছা, অনিচ্ছা, আশা, আকাঙ্ক্ষা, আগ্রহ, অনুভূতি, মনোভাব ইত্যাদি সম্পর্কে একটি ভালো ধারণা গঠিত হয়।

□ বিভিন্নভাবে সাক্ষাৎকার নেয়া যায়। এগুলো হলো:

১। পূর্ব নির্ধারিত সাক্ষাৎকার ২। অনির্ধারিত সাক্ষাৎকার ৩। চাপমূলক সাক্ষাৎকার ৪। ক্লাস্তিমূলক সাক্ষাৎকার

খ। ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা (Personality Inventory): ব্যক্তিত্বের মূল্যায়নে সবচেয়ে বেশি ব্যবহৃত হলো ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা।

- ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালার সাহায্যে কোনো ব্যক্তির বাহ্যিক ও অভ্যন্তরীণ গুণাবলীর মূল্যায়ন করা হয়। ব্যক্তির আত্মবিশ্বাস অনুভূতি, উদ্বেগ, মানসিক স্বাস্থ্য ও উপযোগ, মূল্যবোধ, সামাজিকতা প্রভৃতি গুণাবলী এ অভীক্ষার সাহায্যে পরিমাপ করা হয়।

- কয়েক ধরনের ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা রয়েছে। এগুলো হলো:

১। মিনেসোটা বহুমুখী ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা (Minnesota Multiphasic Personality Inventory-MMPI)

- গুরুতর মানসিক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিদের শনাক্ত করার জন্য এই অভীক্ষা ব্যবহার করা হয়।

- বর্তমানে স্বাভাবিক ও অস্বাভাবিক সকলের ব্যক্তিত্ব নিরূপণে এটি ব্যবহৃত হয়।

- এতে মোট ৫৫০ টি বাক্য বা Items রয়েছে। এগুলো সত্য, মিথ্যা ও বলতে পারি না-এই তিন শ্রেণিতে বিভক্ত। প্রশ্নমালায় ব্যবহৃত বাক্যসমূহ দু'ধরনের মানকের সাহায্যে বিশ্লেষণ করা হয়। যথা: ক। যথার্থতা মানক (Validity Scale)- ৪টি খ। চিকিৎসা মানক (Clinical Scale)- ১০টি

২। ক্যালিফোর্নিয়া মনস্তাত্ত্বিক প্রশ্নমালা (California Psychological Inventory-CPI)

- এতে ৪০০টি বাক্য (Items) আছে যাতে সত্য না মিথ্যা তা উল্লেখ করতে হয়।

- এ অভীক্ষার সাহায্যে ১৮টি ভিন্ন ভিন্ন বৈশিষ্ট্য পরিমাপ করা হয়। এ ১৮টি বৈশিষ্ট্যকে ৪টি দলে ভাগ করা হয়। এগুলো হলো:

ক। সামাজিক ভারসাম্য, প্রভূত্ব এবং আত্মনির্ভরশীলতার পরিমাপ।

- খ। সামাজিকীকরণ, পরিপক্বতা এবং দায়িত্ববোধের পরিমাপ
- গ। কৃতি অর্জনের প্রচ্ছন্ন ক্ষমতা এবং বুদ্ধির দক্ষতা পরিমাপ
- ঘ। চিন্তার ধরণ এবং জীবনমুখিতা।

3। আলপোর্ট-ভার্নন-লিন্ডজি মানক (Allport-Vernon-Lindzey Scale=AVL)

- ১৯৩১ সালে এটি প্রথম প্রণয়ন করা হয় এবং ১৯৫১ ও ১৯৬০ সালে যথাক্রমে এর দ্বিতীয় ও তৃতীয় সংস্করণ প্রকাশিত হয়।
- AVL এ ৬ ধরনের মূল্যবোধ পরিমাপ করা হয়। এগুলো হলো:
ক। তত্ত্বিক খ। রাজনৈতিক গ। অর্থনৈতিক ঘ। সামাজিক ঙ। ধর্মীয় চ। সৌন্দর্য
- ১ম অংশে ৩০ জোড়া বিতর্কিত উক্তি বা প্রশ্ন রয়েছে এবং ২য় অংশে ১৫ টি উক্তি বা প্রশ্ন রয়েছে।
- গ। পরিস্থিতিমূলক অভীক্ষা (Situational Test):
- পেপার-পেন্সিল অভীক্ষা (Paper-Pencil Test):

Class-08

Class Overview

Developmental Psychology

Definition of Developmental Psychology

Division of life cycle, Principles of Development

Methods used in studying Development

Beginning of life: Conception, Prenatal Development

Stages of and factors affecting prenatal development

Birth process, types of birth and its effect on Development

❑ Definition of Developmental Psychology

- Developmental Psychology is the branch of psychology that studies intraindividual changes and intraindividual changes within these intraindividual changes. (Hurlock)
- Developmental Psychology is the scientific study of the behavioral, cognitive, and personality changes that occur throughout the life cycles of organism. (Serafino)
- Human development is studied from the perspective of growth and changes.
- Developmental Psychology study the changes that occur, during all or part of the life span, in the processes of perception, learning, thinking, social activity and these aspects of human behavior.

❑ -Morgan, King, Weisz, Schopler

- বিকাশ মনোবিজ্ঞান হচ্ছে মনোবিজ্ঞানের এমন একটি শাখা, যে শাখায় জন্মপূর্ব পর্যায় থেকে মৃত্যুর পূর্ব পর্যন্ত ব্যক্তির বিকাশ সম্পর্কিত কার্যাবলির বিজ্ঞানভিত্তিক পর্যালোচনা করা হয়।
- Developmental change covering the life span from conception to death.
- The term Developmental means a progressive series of changes that occur as a result of maturation and

experience.

- The human being is never static. from conception to death, change is constantly taking place in physical and psychological capacities.
- The early investigators focused, separately on infancy, childhood, and adolescence.
- বিকাশের সাথে আরো কিছু বিষয় জরিত। এগুলো হলো:
 - ক। বর্ধন (Growth): পরিমাপযোগ্য শারীরিক পরিবর্তনকে বর্ধন বলে। বর্ধন বলতে রূপান্তর নয়, বরং সংযোজনকে বোঝায়।
 - খ। পরিপক্বতা বা পরিণমন (Maturation): পরিণমন হচ্ছে ব্যক্তির মধ্যে জন্মগতভাবে যেসব বৈশিষ্ট্য রয়েছে তার বিকাশ লাভ।
 - গ। শিক্ষণ (Learning): শিক্ষণ হচ্ছে অভিজ্ঞতা ও অনুশীলনের ফসল।
 - ঘ। বিকাশ (Development): ব্যক্তির অভিযোজন প্রক্রিয়াই হলো বিকাশ।
- The term development means a progressive series of changes that occur as a result of maturation and experience. (Hurlock)

❑ Divisions of the Life Cycles

- Although there are many possible ways to divide the human life cycle, the most are-
 1. Phases
 2. Stages
 3. Sequences
- **Phases:** Developmental phases correspond to broad chronological periods of time defined by markers or characteristics which are organized or established by the culture.
- These culture markers may include a recognition of changes in
 - a. Physical Growth (Puberty)
 - b. Social Status (parent or retiree)
 - c. Legal status (coming of legal voting age)
- In twentieth century, Western Culture, the life cycle is usually divided into six major phases. These are-
 1. Prenatal (Conception to birth)
 2. Infancy (the first eighteen months)
 3. Childhood (One and a half to thirteen years)
 4. Adolescence (Thirteen to twenty years)
 5. Adulthood (Twenty to Sixty)
 6. Old Age (Sixty to Over)-(Hurlock)
- **Developmental Task:** According to Robert Havighurst, Developmental task is a task which arises at or about a certain point in the life of the individual, successful achievement of which leads to his happiness and success with later tasks.
- জীবনচক্রের বিকাশমূলক ধাপসমূহ বিভিন্ন বইয়ে বিভিন্নভাবে দেয়া হয়েছে। ড. মোঃ আবু বক্কর ছিদ্দিক স্যারের বইয়ে ৭টি ধাপের কথা বলে হয়েছে। যথা:
 - ১। গর্ভকালীন অবস্থা (Prenatal Stage): গর্ভধারণের মূহূর্ত থেকে শুরু জন্মগ্রহণ পর্যন্ত সময়কে বুঝায়।
 - ২। নবজাতক কাল/আতুরকাল (Infancy): ভূমিষ্ঠ হওয়ার মূহূর্ত থেকে দু-সপ্তাহ পর্যন্ত
 - ৩। প্রাক-শৈশবকাল (Pre childhood): জন্মের ২য় সপ্তাহ থেকে দু-বছর পর্যন্ত সময়।

৪। শৈশবের প্রথম পর্যায় (Early Childhood): দু-থেকে ৬ বছর বয়স পর্যন্ত।

৫। শৈশবের শেষ পর্যায় (Late Childhood): ৬ থেকে ১২ বছর পর্যন্ত।

৬। কৈশোর (Adolescence): ১১ বা ১২ থেকে ১৮ বছর পর্যন্ত।

৭। যৌবন বা প্রাপ্তবয়সের প্রথম পর্যায় (Early Adulthood): ১৮ থেকে ৪০ বছর বয়স পর্যন্ত।

৮। মধ্যবয়স (Middle Age): ৪০ থেকে ৬০ বছর বয়স পর্যন্ত।

৯। বৃদ্ধ বয়স (Old Age): ৬০ বছর থেকে মৃত্যু পর্যন্ত

➤ রডিজার এবং অন্যান্য (১৯৮৪) প্রাপ্তবয়সকে ৩ টি ভাগে ভাগ করেছেন। যথা:

- প্রাপ্ত বয়সের প্রথম পর্যায় (১৮ থেকে ২৫ বছর)
- মধ্যপ্রাপ্ত বয়স (২৫ থেকে ৫০ বছর)
- প্রাপ্তবয়সের শেষ পর্যায় (৫০ থেকে ৭৫ বছর)

➤ বৃদ্ধ বয়স (৭৫ থেকে মৃত্যু পর্যন্ত)

1. **Stages:** A stage represents a period of time during which some set of processes or features becomes distinctly and qualitatively different from any set that preceded it, or any that will follow it. Like, Erikson's influential theory divides the course of personality into eight stages. Like

- Basic Trust vs Mistrust
- Intimacy vs Isolation

3. **Sequence (অনুক্রম):** A sequence is a series of related events in which each event causes or allows the development of next event

- Example, A sequence is the way crawling leads to walking and running.
- A sequence describes a smooth developmental process in which events in learning and physical growth continuously build on one another.

❑ Pattern/Principle of Development

- These patterns can be characterized by Directionality, Irreversibility, Differentiation, and Integration
- ❖ **Directionality (নির্দেশনামূলক):** Development is directional; it follows a consistent path toward maturity. Like, Babies are sat, crawl, creep, stand up, and finally begin to toddle about.
- The sequence may vary slightly, but the direction of development is universal and is predictable.
 - বিকাশের নির্দিষ্ট ধারাগুলো ২ ভাগে হয়ে থাকে। যথাঃ
- ১। মাথা থেকে পা নীতি (Cephalocaudal Law): বর্ধন মাথা থেকে পায়ের দিকে যায়। প্রথমে চক্ষুর পেশি নিয়ন্ত্রণে আসে, পরে ঘাড়, হাত, বুক, পেছনের দিক এবং শেষে পায়ের পেশি নিয়ন্ত্রণে আসে।

২। কেন্দ্র থেকে প্রান্ত নীতি (Proximodistal Law): এই পর্যায়ে বিকাশ কেন্দ্র থেকে (মধ্যবর্তী অংশ/মেরুদণ্ড) পরবর্তী অংশ (হাত, পায়ের আঙ্গুল) দিকে প্রসারিত হয়।

- ❖ **Irreversibility (অপরিবর্তনীয়তা):** The development is irreversible. At first development surges at a maximum rate, but the pace slackens and gradually slows as we get older.
 - One child may show rapid language development in the first two years but the other development may develop at the time but at different speed.
 - Regardless of this variation in rate, development does not reverse.
- ❖ **Differentiation (পৃথকীকরণ):** The third developmental Patters, differentiation, refers to progress towards greater complexity by increasing individualization.
 - Differentiation can be seen at many levels. During prenatal development cellular differentiation leads to the formation of all the body components parts.
 - Differentiation also permits the child to become increasingly skilled in displaying and distinguishing different emotions.
- ❖ **Integration (সমন্বয়):** Differentiation does not happen in a vacuum. it is assisted by the process of integration which continuously organizes differentiated components into new, larger, and more complex arrangements.
 - Such growing coordination is reflected when children trade in their tricycles for bicycles, or move from painting to hand writing.
 - আরো কিছু শিশু বিকাশের নীতিসমূহ রয়েছে। সেগুলো হলো:
 - ১। বিকাশ একটি সুশৃঙ্খল এবং ভবিষ্যৎ ধারা বা নমুনা অনুসরণ করে।
 - ২। সব শিশু একই বিকাশধারা অনুসরণ করে।
 - ৩। বিকাশ বিভিন্ন পর্যায়ের মাধ্যমে পরিণতির দিকে যায়।
 - ৪। বর্ধনের বিভিন্ন দিক বিভিন্ন সময়ে বিভিন্নভাবে অগ্রসর হয়।
 - ৫। বিকাশ নির্দিষ্ট দিক অনুসরণ করে।
 - ৬। বিকাশের বিভিন্ন স্তরে পৃথকীভবন এবং সমন্বয় সাধন ঘটে।
 - ৭। বিকাশ সাধারণ থেকে বিশেষ প্রতিক্রিয়ার দিকে অগ্রসর হয়।
 - ৮। বিকাশে ব্যক্তিস্বাতন্ত্র্য লক্ষণীয়।
 - ৯। বিকাশ পরিণমন ও শিক্ষণের যৌথ প্রভাবে ঘটে।
 - ১০। বিকাশের কোন কোন স্তর অন্যান্য স্তরের তুলনায় বেশি গুরুত্বপূর্ণ বা নির্ধারক।
 - ১১। বিকাশমূলক প্রতিটি পর্যায়ে সামাজিক প্রত্যাশা রয়েছে।

-মনোবিজ্ঞান ও জীবন (প্রফেসর নীহাররঞ্জন সরকার)

❑ Methods Used in Studying Development:

1. Experimental Method 2. Naturalistic Observation 3. Correlational research 4. Diary Method 5. Specimen Description 6. Case Study 7. Projective Method 8. Baby Biographic Method 9. Biographic Method 10. Interview Method 11. Twin Studies 12. Longitudinal Method 13. Cross-Sectional Method 14. Questionnaire Method

❑ Beginning of Life: Conception

- New life begins with the union of a male sex and a female sex.
- This sex cells are developed in the reproductive organs, the gonads.
- The male sex cells, the spermatozoa (Singular: Spermatozoon) are produce in the male gonads, the testes while, the female sex cells, the ova (Singular: Ovum), are produced in the female gonads, the ovaries.
- Male and female sex cells are similar in that they contain chromosomes. There are twenty-three chromosomes in each mature sex cell, and each chromosome contains genes, the true carriers of heredity.
- The beginning of a life consists of an astounding series of events and processes that starts at conception when an egg cell form female unites with a sperm cell from male.
- The resulting single fertilized cell, called a zygote, begins to grow very rapidly.
- By the end of the first month this life measures about 5mm (1/4 inch) and consists of millions of cells.
- The female reproductive system, consists of seven basic structures:
 - two ovaries, two fallopian tubes, the uterus, the cervix, and the vagina.
- The male reproductive system, also consists of seven basic structures: two testes, two vas deferens ducts, the seminal vesicles, the ejaculatory duct, and the urethra.
- ভ্রূণ সৃষ্টির সময় পিতার শুক্রকীট থেকে ২৩টি এবং মায়ের ডিম্বাণু থেকে ২৩টি ক্রোমোজোম মিলিত হয়ে নবজাতকের দেহে প্রতিটি কোষে ক্রোমোজোমের সংখ্যা দ্বারা ৪৬ টি। ২৩ জোড়া ক্রোমোজোমের ২২ জোড়া পুরুষ ও নারীর একই রকম থাকে। এদের বলে সমরূপী ক্রোমোজোম বা Autosome বলে।
- ২৩ তম জোড়াটি যৌন ক্রোমোজোম বা Sex Chromosome নামে পরিচিত।
- পুরুষের যৌন ক্রোমোজোম হলো XY এবং নারীর যৌন ক্রোমোজোম হলো XX.
- প্রতিটি ক্রোমোজোম অসংখ্য ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অংশ দ্বারা গঠিত যাকে Gene বলে।
- স্ত্রী জননকোষ বা ডিম্বাণু গর্ভধারণক্ষমতা অর্জনের পূর্বে তিনটি পর্যায়ে অগ্রসর হয়। এগুলো হলো:
 - ক। পরিণমন বা পরিপক্বতা (Maturation)- Meiosis process
 - খ। ডিম্বাণু স্ফুটন (Ovulation)- Menstrual Cycle 28 days, Average 11 days
 - গ। নিষিক্তকরণ বা উর্বরতা সাধন (Fertilization)- 12 to 36 Hours

❑ Prenatal Development

- ল্যাটিন শব্দ Natalis অর্থ জন্মগ্রহণ করা। সুতরাং জন্ম-পূর্ব সময়কে ইংরেজি ও ল্যাটিন ভাষায় Prenatal Period বলা হয়।
- The length of the gestation period varies considerably from one mammalian species to the next.
- In humans the average duration from the day of conception is 266 days, or 38 weeks (70% 252 to 280 Days). However, there is a great variation in the length of gestation in human.
- Prenatal Development is generally divided into three stages:
 1. **Germinal Stage/ Period of Zygote/ Period of Ovum (ডিম্বকাল):** The germinal stage, which lasts until the end

of the second week from conception is characterized by the beginning of the rapid cell division.

➤ Shortly after fertilization the zygote begins the process of mitosis, in which cell divisions multiplies the number of cells.

❖ In which stage the placenta is formed?

1. Embryonic 2. Fetus 3. Ovum stage 4. Neonatal stage

❖ **Embryonic stage (ঐক্যবস্থা):** The embryonic stage, during which structural differentiation of all major organs takes place, continuous from the second week of gestation through the eighth.

1. The placenta develops, and an umbilical cord is formed to carry the embryo's blood to and from the placenta to exchange nourishment and waste.

2. The cells of the embryo differentiate into three layers

1. The Ectoderm (বহিঃস্তর) 2. The Mesoderm (মধ্যবর্তী স্তর) 3. The Endoderm (অন্তঃস্তর)

1. The Ectoderm: stage form such structures as the brain, spinal cord, and teeth

2. The Mesoderm: Muscles, skeleton, and blood vessels

3. The Endoderm: Develops into the lungs, liver, and the digestive system

By the end of this stage the embryo's tiny heart begins pumping blood through minute blood vessels, the brain, liver, and kidneys are well formed.

3. Fatal Stage (পরিণত ঐক্যকাল): The fatal stage, from the start of the third month until birth, is characterized by the beginning of the organ and muscle functioning.

➤ Although the exact timing of these developmental changes is quite variable, the sequence of these events is fixed.

➤ Sexual differentiation occurs before the twelfth week.

❑ Factors affecting Prenatal Development:

১। জন্ম-পূর্ব বিকাশে বংশগতির প্রভাব: ক। ডাউন্স সিনড্রোম খ। হিমোফিলিয়া গ। ফেনিলকিটোনেউরিয়া ঘ। আর-এইচ উপাদানের অসংগতি ঙ। হরমোনাল কারণ

২। জন্ম-পূর্ব বিকাশে পরিবেশের প্রভাব: ক। খাদ্য ও পুষ্টি খ। মায়ের কর্মপরিবেশ গ। ওষুধ ঘ। ধূমপান ঙ। মদ্যপান চ। এক্স-রে এবং প্রতিক্রিয়া

৩। জন্ম-পূর্ব বিকাশে মাতৃসম্পৃক্ত শর্তের প্রভাব: ক। মায়ের স্বাস্থ্য খ। মায়ের বয়স গ। মায়ের পুষ্টি ঘ। মায়ের আবেগ ঙ। গর্ভে ঐক্যের সংখ্যা চ। প্যারিটি

❑ The Birth

➤ **Birth Process:** For nine-month genetic commands have interacted with the environment to shape a new life. Now that the fetus has a good chance of survival, the relative safety, quiet and darkness of the womb will

be broken by the act of birth.

- For the first baby, the labor will last an average of 14 hours. and for other case it will last about 6 hours less.
- Lightening is experienced when the fetus orients itself so that its head settles into the pelvic basin at the lower end of the uterus.

❑ **The process of labor is usually divided into three stages:**

1. At the start of stage 1, Uterine contractions are short spaced 10-20 minutes apart.
 - But by the end of this stage, which may last from 6-13 hours, they occur every 3-5 minutes and more intense.
 - As soon as the cervix has reached its maximum dilation of about 4 inches, stage 1 is over
 - Stage 2 is marked by the baby's gradual movement through the birth canal-a journey may take 20-90 minutes.
 - Once the head has cleared the opening, the fetus rotates, thus allowing the shoulders and rest of the body to be quickly drawn forth. The umbilical is then clamped and cut. The baby's vital life signs are assessed.
 - In the third stage, the placenta detaches from the uterus and is expelled, along with other materials, as afterbirth.

❑ **Types of Birth:**

- Natural or Spontaneous Birth (স্বাভাবিক বা স্বতঃস্ফূর্ত জন্ম)- 86%
- Breech Birth (পশ্চাৎদিক জন্ম)-3%
- Transverse Birth (আড়াআড়ি জন্ম)
- Caesarian Birth (অস্ত্রোপচারের মাধ্যমে জন্ম)
- Precipitating Birth (তাৎক্ষণিক জন্ম)

❑ **Birth effects on Development:**

- Physical Complications
 - a. Post Maturity b. Pre-maturity c. Unfavorable Prenatal Environment d. Oxygen Deficiency e. Multiple Birth f. Precipitate Labor g. Medication
- Psychological Complications/Maternal Psychological Hazards
 - a. Traditional belief about birth b. Maternal stress c. Attitudes towards an unborn child

Class-05

Class Overview

Developmental Psychology

The Neonate: Physiological Functioning, Reflex Actions

Infancy: Physical, Language, Social and Emotional Development

Childhood: Physical, Language, Social and Emotional Development

Adolescence: Physical Changes, Causes and Psychological effects of physical changes

Problems of Adolescence: Juvenile Delinquency, Drug Addiction, Suicide

❑ The Neonate (নবজাতককাল)

- শিশু ভূমিষ্ঠ হওয়ার মূহূর্ত থেকে দু'সপ্তাহ পর্যন্ত সময়কে নবজাতককাল বলে।
- In the first few days the infant tends to lose weight., usually 5 to 10 percent of its birth weight.
- By the end of 2nd week, the baby usually weighs more than it did at birth.
- The survival beyond the first two weeks marks an important milestone.
- সময়ের প্রেক্ষিতে নবজাতককালকে ২ ভাগে বিভক্ত করা হয়েছে। এগুলো হলো:
 1. Period of Pertunate (গর্ভরজ্জু অপসারণের পূর্ববর্তী পর্যায়)- ১৫-৩০ সেকেন্ড
 2. Period of Neonate (গর্ভরজ্জু অপসারণের পরবর্তী পর্যায়)- গর্ভরজ্জু কাটার সময় থেকে দু'সপ্তাহ পর্যন্ত এ পর্যায় বিস্তৃত। এ সময়ে বিকাশ সাময়িক সময়ের জন্য নিশ্চল হয়ে যায়।
- এ সময়ে শারীরিক গঠন বা অবয়ব এবং শারীরিক অবস্থা পরীক্ষা করে দেখা হয়।
- Apgar Scoring Chart ব্যবহার করা হয় পরীক্ষা করার জন্য।
- Physiological Functioning (শারীরবৃত্তীয় প্রক্রিয়া): The newborn infant must activate and maintain a complicated system of life।
- Respiration (শ্বাস-প্রশ্বাস): The baby's first breath activates a never-before used system which continues to function throughout life. Breathing by the neonate is generally shallow, irregular, and noisy.
- Newborns also breath very rapidly. The number of breaths (thirty-five) per minute for a neonate is about twice the rates of adults.
- Nutrition, Digestion, and Elimination (পুষ্টি, হজম এবং মলমূত্র নিঃসরণ):
- The mother's breasts do not secrete milk during the first day or two after birth. But they do supply a milk like liquid called colostrum which have special characteristics to meet the needs of newborn.
- Right after birth, babies possess most of the basic Enzymes for digestion as well as sucking and swallowing behaviors.
- Elimination of waste products occurs many times a day in neonates.

- Normal bowel movements occur four to seven times per day. But reduce to perhaps two after eight weeks.
- After 2nd day of life, the newborn urinates around 18 times per day.
- **Temperature (তাপমাত্রা):** During gestation, fetal temperature is held constant 98.6-degree Fahrenheit by the mother's own bodily regulation.
- At births, the newborn's temperature immediately drops as much as 5 degrees, returning to normal within eight hours or so.
- The system that regulates the body temperature do not function very effectively in the first week.
- Also, neonate have less body fat for insulation than adults have.
- **Circulation (রক্তপ্রবাহ):** Blood was already being pumped through an intricate vascular system by the fetus heart.
- The neonate's heartbeat is very rapid, averaging 140 beats per minutes, but blood pressure is low.
- **Brain Function (মস্তিষ্কের কার্যকলাপ):** Most of the neonate's cerebral cortex is very immature. As a result, most of the neonate's behavior is under subcortical control and even simple tasks are difficult to learn.
- **Sleep (শুম):** The newborn infant spends a great deal of time sleeping, generally 15 to 20 hours per day.
- The sleep patterns tend to occur as naps of perhaps 2 to 4 hours.
- Most infants sleep through the entire night by the time they are approximately 7 months old.
- **Reflexes (প্রতিবর্তী ক্রিয়া):** Two types of reflexes. These are-
 - Survival Reflexes: Several reflexes have clear utility for feeding, maintaining physiological functioning, and protecting the baby against injury. Three reflexes that are important in feeding are
 - a. Rooting b. Sucking (20 sucks per 10 to 20 sec.) and c. Swallowing
 - Several other reflexes are important for survival. Such as
 - Coughing and sneezing, Yawning, withdrawal, pupillary, Blinking
 - Nonessential reflexes: Several reflexes are present in the newborn infant which either serve little or no survival value or are most unlikely to be put on the test. Some of these reflexes are:
 - a. Swimming response b. Babinski Reflex c. Grasping Reflex d. Moro reflex e. Knee jerk reflex
- **Sensory capacities (সংবেদী ক্ষমতাসমূহ):**
 - ক। দর্শন খ। শ্রবণ গ। ঘ্রাণ ঘ। স্পর্শ ঙ। ত্বক চ। অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের সবেদনশীলতা
- **Infancy/Babyhood (প্রাক-শৈশবকাল/বাল্যকাল)**
 - Our 2nd phase of life cycle is Infancy- a period lasting until about eighteen months of age.
 - In this short time, infants show astonishing development in many areas, the most important is physical growth of infants, Language development.
 - অনেকে এর সময়কালকে দু'সপ্তাহ থেকে দুই বছর পর্যন্ত পর্যায়কে বলেছেন।
 - এই বয়সের বিকাশকে সমগ্র জীবনের ভিত্তি হিসেবে অভিহিত করা হয়েছে।

■ Characteristics of Infancy/Babyhood:

- ১। সমগ্র জীবনের ভিত্তি ২। দ্রুত বর্ধন ও পরিবর্তনের বয়স ৩। নির্ভরশীলতার ক্রমহ্রাস কাল ৪। অনন্যকাল ৫। সমাজীকরণের সূচনাপর্ব ৬। ছেলে বা মেয়ের নির্ধারিত ভূমিকা পালনের সময় ৭। মনোযোগ আকর্ষণের বয়স ৮। সৃজনশীলতার উন্মেষকাল ৯। বিপদজনক বয়স
- Physical development: জন্মের পর প্রথম ৬ মাস দৈহিক বিকাশ দ্রুত হয়, এরপর বিকাশধারা ধীর গতিতে হয় এবং দ্বিতীয় বছরে এই হার দ্রুত হ্রাস পায়।
- ওজনঃ চার মাস বয়সে ওজন দ্বিগুণ হয়ে যায়। ১ বছরে ওজন জন্ম তুলনায় তিনগুণ হয় ২ বছরে গড় ওজন হয় ২৫ থেকে ২৯ পাউন্ড।
 - উচ্চতাঃ জন্মের সময় উচ্চতা ২০ ইঞ্চি হয়ে থাকে। চার মাস বয়সে ২৩/২৪ ইঞ্চি, এক বছরে ২৮/৩০ ইঞ্চি, দুই বছরে ৩৩/৩৫ ইঞ্চি হয়ে থাকে।
 - দৈহিক অনুপাতঃ জন্মের সময় মাথার আকৃতি দৈর্ঘ্যের এক-চতুর্থাংশ হয়। পরবর্তীতে শরীরের অন্য অংশগুলোর বৃদ্ধি বেশি হয়।
 - অস্থিঃ এ সময় অস্থির সংখ্যা বৃদ্ধি পায়। দেড় বছরের মধ্যে শতকরা ৫০ ভাগ শিশুর মাথার উপরের নরম অংশ শক্ত হয়ে যায় এবং ২ বছরে মধ্যে শক্ত হয়।
 - পেশি ও চর্বিঃ জন্মকালীন সময়ে শিশুদের পেশীতন্ত্র অপরিপক্ব থাকে এবং প্রাক শৈশবকালে সেগুলো বৃদ্ধি পেলেও দুর্বলই থাকে।
 - দৈহিক গঠনঃ দুবছরের মধ্যে বিভিন্ন অঙ্গ-পতংগের গঠন ও আকৃতির পরিবর্তন হয়। এসময় সাধারণত তিন ধরনের দৈহিক গঠন দেখা যায়। এগুলো হলোঃ
 1. Endomorphy (নাদুসনুদুস) 2. Mesomorphy (বলিষ্ঠ) 3. Ectomorphy (ছিপছিপে গড়ন)
 - দাঁতঃ প্রথম ২০ টি দাঁতের মধ্যে প্রথম বছরে ৪ থেকে ৬টি দাঁত উঠে। ২ বছরের মধ্যে ১৬টি দাঁত উঠে। সাধারণত সামনের দাঁতগুলো উঠে।
 - স্নায়ুতন্ত্রের বিকাশঃ জন্মের সময় মস্তিষ্কের ওজন থাকে ৩৫০ গ্রাম যা প্রাপ্তবয়স্ক মানুষের এক চতুর্থাংশ। দুবছর বয়সে মস্তিষ্কের ওজন হয় প্রায় ১০০০ গ্রাম। প্রাপ্তবয়স্ক বয়সের মস্তিষ্কের ওজন প্রায় ১৪০০ গ্রাম।
 - ইন্দ্রিয়ের বিকাশঃ তিন মাস বয়সের শিশু সবকিছু পরিষ্কার দেখতে পায়। রডস ও কোন পরিপূর্ণতা পায় বলে শিশুরা বর্ণ প্রত্যক্ষণ করতে পারে।

□ Motor Development (অঙ্গসঞ্চালনমূলক বিকাশ):

➤ মস্তক এলাকা (Head Region)-

1. Eye control: জন্মের ১২ ঘণ্টা পর গতিশীল বস্তুর প্রতি দৃষ্টি নিষ্ফেপ করার ক্ষমতা অর্জন করে এবং ৩/৪ সপ্তাহের মধ্যে দৃষ্টির মাধ্যমে কোন কিছু অনুসরণ করতে পারে। ৩/৪ মাসের মধ্যে শিশু উপর নিচে চোখ ঘুরাতে সক্ষম হয়।
2. Smiling: জন্মের ১ সপ্তাহের মধ্যে স্পর্শ করলে হাসে। ৩/৪ মাস বয়সে শিশু অন্যজনের হাসি দেখলে হাসে।
3. Head Holding: ১ মাস বয়সের শিশুকে কোলে হেলান অবস্থায় বসালে মাথা সোজা করে বসতে পারে। ৫ মাস বয়সের শিশুকে চিত করে শুইয়ে দিলে মাথা উচু করতে পারে।

□ বক্ষ এলাকা (Trunk Region):

1. Rolling: ২ মাসের শিশুকে এক পাশে কাঁত করে শুইয়ে দিলে সে নিজে নিজে চিত হয়। ৪ মাস বয়সে চিত অবস্থা থেকে পাশে কাঁত হতে পারে এবং ৬ মাসের শিশু সম্পূর্ণভাবে আবর্তিত হয়।
 2. Sitting: ৪ মাস বয়সে শিশু শুয়ে থাকা অবস্থায় বসার ভঙ্গিতে দেহকে ওঠাতে পারে। ৫ মাস বয়সে সে অন্যের সহায়তায় বসতে পারে। ৭ মাস বয়সে অন্যের সহায়তা ছাড়া কিছুক্ষণ বসতে পারে এবং ৯ মাস বয়সে অন্যের সাহায্য ছাড়া বসে।
- হাত, বাহ ও পা এলাকা (Hand, Arm, and Leg Region):

1. Hand: ৩/৪ মাস বয়সে অন্যান্য আঙ্গুলের সাথে বুড়ো আঙ্গুলকে কাজে লাগিয়ে কোন বস্তু ধরার ক্ষমতা অর্জন করে। ১০ মাসে কোন বস্তুকে তুলতে পারে।
2. Arm: ৬/৭ মাস বয়সে কোন বস্তু বা দ্রব্যকে এগিয়ে গিয়ে ধরতে পারে এবং ১ বছর বয়সে কোন বস্তু বা দ্রব্যকে নিচের দিক থেকে উপড়ে তুলতে পারে।
3. Leg: জন্মের ২ সপ্তাহ পরে যেকোন বস্তুকে পা দিয়ে আঘাত করতে পারে। ২ মাসের সময় শিশুরা পা ছুড়ে দেহকে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে নিতে পারে। ৬ মাসের শিশু বসে অগ্রসর হয় এবং হামাগুড়ি দেয়। ১০ মাসের শিশু উঠে দাঁড়াতে পারে, ১১ মাসে কোন কিছু ধরে দাঁড়াতে পারে। ১ বছর বয়সে অন্যের সাহায্য নিয়ে হাঁটতে পারে।

■ Language Development (ভাষার বিকাশ):

- এক বছর বয়স পূর্ণ না হলে ভাষা বিকাশের মতো জটিল বিষয় শিশুরা অর্জন করে না। শিশুর ভাষা বিকাশে কয়েকটি পর্যায় রয়েছে। এগুলো হলো:

■ Preverbal development:

১। কান্না (Anger cry, pain cry, rhythmical cry)

২। অর্থহীন শব্দের পুনরাবৃত্তি (cooing-7 weeks, babbling-3/6 months, intonation- end of 1st year)

৩। অঙ্গভঙ্গি

৪। আবেগের প্রকাশ

২. শব্দবোধ: ৩ মাস বয়স থেকে শিশু আনন্দ, ভীতি, ও বিরক্তিকর উক্তির অর্থ বুঝতে পারে। ১৮ মাস বয়সে শিশুর সাথে আকার ইঙ্গিতে কথা বলা প্রয়োজন।

৩. কথা বলার বিকাশমূলক কার্যক্রম: ১। শব্দের উচ্চারণ: ১৮ মাস বয়স পর্যন্ত শিশুদের উচ্চারণ ঠিকমতো বোঝা যায় না, তবে দুই বছরে উচ্চারণ অনেকটা স্পষ্ট হয়ে উঠে।

২। শব্দ ভান্ডার গঠন: ১৮ মাস বয়সে গড়ে ১০টি শব্দ থাকে, ২৪ মাসে এ সংখ্যা গড়ে ২৯.১ টি শব্দ হয়। ছেলেদের থেকে মেয়েদের ভাঙারে বেশি শব্দ থাকে

৪. বাক্য গঠন: শিশুর প্রথম বাক্য ১ শব্দের হয়ে থাকে। পর্যায়ক্রমে, এটি বাড়তে থাকে। অনেক শিশু ২ বছর বয়সে শব্দ বলতে পারলেও বাক্য গঠন করতে ব্যর্থ হয়।

➤ Social Development (সামাজিক বিকাশ): প্রাক-শৈশবকালেই অভিজ্ঞতা লাভের কেন্দ্রবিন্দু হলো পরিবার। সে তার পরিবার থেকেই সামাজিক আচরণ, মনোভাব, অভিজ্ঞতা অর্জনের মাধ্যমে নিজেকে বিকশিত করে। শিশুর অন্তর্মুখী ও বহির্মুখী ব্যক্তিত্বের বিষয়টি তার সামাজিক অভিজ্ঞতার উপর নির্ভর করে।

➤ শিশুদের সামাজিক প্রতিক্রিয়াগুলো ২ ভাগে ভাগ করা যায়। যথাঃ

১। বয়স্কদের প্রতি সামাজিক প্রতিক্রিয়া

২। অন্যান্য শিশুর সাথে আচরণ

■ Emotional Development (আবেগের বিকাশ):

১। রাগ ২। ভয় ৩। কৌতূহল ৪। আনন্দ ৫। ভালোবাসা

▪ Childhood (শৈশবকাল)

➤ শৈশবকালের ব্যাপ্তি ১০ বছর। এ সময় দৈহিক ও মানসিক অনেক পরিবর্তন হয়।

➤ শৈশবকালকে ২ ভাগে বিভক্ত করা হয়েছে। এগুলো হলো:

১। শৈশবের ১ম পর্যায়- ২ বছর থেকে ৬ বছর পর্যন্ত (Early Childhood)

২। শৈশবের শেষ পর্যায়- ৬ বছর থেকে ১২ বছর পর্যন্ত (Late Childhood)

□ Characteristics of Childhood:

১। পিতা-মাতা প্রদত্ত নাম:

ক। শৈশবের প্রথম পর্যায়- সমস্যাজনিত বয়স (Problematic Age)

খ। শৈশবের শেষ পর্যায়- ঝগড়া বিবাদের বয়স (Quarrelsome Age)

২। শিক্ষাবিদ প্রদত্ত নাম:

ক। শৈশবের ১ম পর্যায়: Pre-School Age

খ। শৈশবের শেষ পর্যায়: সংকটময় বয়স (Critical Age)- কৃতিত্ব অর্জনের বয়স

৩। মনোবিজ্ঞানী প্রদত্ত নাম:

ক। শৈশবের ১ম পর্যায়: দল গঠনের পূর্ব বয়স (Pre gang Age/ Creative Age)

খ। শৈশবের শেষ পর্যায়: দল গঠনের বয়স (Gang Age/ Play age)

□ Physical Development During Childhood:

➤ বাল্যকালের তুলনায় শৈশবের প্রথম পর্যায়ের বিকাশ ধীর গতিতে হয়। তবে এসময় বুদ্ধির বিকাশ স্বাভাবিক থাকে।

১। উচ্চতা: শৈশবের ১ম পর্যায় গড় উচ্চতা ৩ ইঞ্চি। ৬ বছরে শিশুদের উচ্চতা দাড়ায় ৪৬.৬ ইঞ্চি। শৈশবের শেষ পর্যায় উচ্চতার বার্ষিক গড় বৃদ্ধি ২/৩ ইঞ্চি। ১১ বছরের মেয়েরা গড়ে ৫৮ ইঞ্চি এবং ছেলেরা গড়ে ৫৭.৫ ইঞ্চি লম্বা হয়।

২। ওজন: শৈশবের প্রথম পর্যায় বার্ষিক ওজন গড়ে ৪ থেকে ৫ পাউন্ড বৃদ্ধি পায়। শৈশবের শেষ পর্যায় ওজন বৃদ্ধির বার্ষিক হার ৩ থেকে ৫ পাউন্ড। ১১ বছরের ছেলে এবং মেয়েদের গড় ওজন যথাক্রমে ৮৫.৫ পাউন্ড ও ৮৮.৫ পাউন্ড।

৩। দৈহিক অনুপাত: শৈশবের ১ম পর্যায় শিশুদের থুতুনি বেশ বোঝা যায় এবং গলা বেশ লম্বা কিন্তু শৈশবের শেষ পর্যায় দেহের আকৃতির তুলনায় মাথার আকৃতি ছোট হয়। হাত ও পায়ের পাতা প্রশস্ত হয়। চোঁট পরিপক্ব হয়, নাক লম্বা হয়।

৪। অস্থি ও পেশি: শৈশবের ১ম পর্যায় দৈহিক গঠনের পার্থক্য সহজে বোঝা যায়। এনডোমরফিক, মেসোমরফিক এবং একটোমরফিক ধরণে শিশুদের বিকাশ দেখা যায় যা শৈশবের শেষ পর্যায়ও এ ধারা অব্যাহত থাকে।

৫। দাঁত: শৈশবের ১ম পর্যায় মাড়ির গোড়ায় ৪টি দাঁত উঠে এবং ৫-৬ বছরের দিকে অস্থায়ী দাঁত পরে স্থায়ী দাঁত উঠতে শুরু করে। বয়ঃসন্ধিকালে প্রবেশের পূর্বে স্থায়ী ৩২টি দাঁতের মধ্যে ২৮টি স্থায়ী দাঁত উঠে যায়। বাকি ৪টি তরুণ বয়সে উঠে।

৬। পৈশিক ও স্নেহকলার অনুপাত: আর্থ-সামাজিক অবস্থার সাথে দৈহিক বিকাশের সম্পর্ক রয়েছে। মানসিক চাপ শিশুদের দৈহিক বিকাশের উপর ক্ষতিকর প্রভাব বিস্তার করে।

▪ Motor Development (অঙ্গসঞ্চালনমূলক বিকাশ): শৈশবের ১ম পর্যায় সঞ্চালনমূলক বিকাশ বিভিন্নভাবে হয়ে থাকে। এগুলো হলো:

ক। হাতের নৈপুণ্য: ৩/৪ বয়সে ব্রাশ দিয়ে দাঁত মাজতে পারে। ৫/৬ বছর বয়সে অধিকাংশ শিশু কাঁচি দিয়ে কাগজ-কাপড় কাটতে পারে। কাঁদা মাটি ব্যবহার করে বিভিন্ন জিনিস তৈরি করতে পারে।

খ। পায়ের নৈপুণ্য: ১৮ মাস বয়স থেকেই শিশুদের মধ্যে হাঁটার ক্ষেত্রে পূর্ণতা লক্ষ্য করা যায়। দুই বছর বয়স থেকে শিশুরা এক পা-দু পা করে একবার সামনের দিকে অগ্রসর হয় আবার পিছিয়ে যায়। তিন বছর বয়স থেকে কোন কিছুর সাহায্য ব্যতিত এক পায়ে দাঁড়াতে পারে। পাচ/ছয় বছর বয়স থেকেই সরু পথ দিয়ে হাটতে পারে। এসময় থেকে শিশুরা দৌড়ানো, সাইকেল চালানো, সাতার কাটানো করতে পারে।

গ। একটি হাত ব্যবহারের ক্ষমতা: শৈশবের ১ম পর্যায়ে শিশু একটি হাতকে ব্যবহারের ক্ষেত্রে প্রাধান্য দিয়ে থাকে। যে শিশু ডান হাতকে ব্যবহারের ক্ষেত্রে প্রাধান্য দিয়ে থাকে তাকে ডান হাতি বা (Right-Handed) বলে এবং অন্যটির ক্ষেত্রে তাকে বাম হাতি বা (Left-Handed) বলে। শিশু যদি সমান দক্ষতার সাথে দুটি হাত ব্যবহার করে তাদেরকে মিশ্র হাতি বা (Mixed handed) বলে। যে হাত দিয়ে বেশি কাজ করে তাকে কর্তৃত্বপূর্ণ হাত বা (Dominant Hand) বলে এবং যে হাতটি দিয়ে কোন কাজের সাহায্য নেয়া হয় তাকে সাহায্যকারী হাত বা Auxiliary Hand বলে।

❖ শৈশবের ২য় পর্যায়ে, একটি শিশুর অনেক বিষয়ে বিকাশ হয়। এগুলো হলো:

ক। নিজ কাজে নৈপুণ্য খ। সামাজিক নৈপুণ্য গ। লেখাপড়ায় নৈপুণ্য ঘ। খেলাধুলায়

▪ Language Development During Childhood:

- শৈশবের ১ম পর্যায়ে শিশুরা শব্দ উচ্চারণ নিয়ে সমস্যার পরে। যেমন, ইংরেজি Z,W,d,S,g উচ্চারণ করতে পারে না। তাছাড়া বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে শব্দকোষ বাড়ে। ২/৩ তিন বছর বয়সে শিশুরা তিন/চারটি অর্থপূর্ণ শব্দ বলতে পারে।
- শৈশবের শেষ পর্যায়ে ছেলেমেয়েদের শব্দ উচ্চারণে ভুল কম হয়। প্রাথমিকের ছেলেমেয়েরা গড়ে ২০,০০০ থেকে ৪০,০০০ শব্দের সাথে পরিচিত। ৬-৯ বছরের ছেলেমেয়েরা জটিল বাক্য গঠন করতে পারে।

▪ Emotional Development: শৈশবের ১ম পর্যায়ে শিশুরা মানসিক কারণে বেশি মাত্রায় আবেগ প্রকাশ করে থাকে। তাঁদের কার্যক্রমে বিধিনিষেধ আরোপ করলে তারা প্রতিবাদ করে ও আবেগপ্রবণ হয়ে পড়ে। এ বয়সে যেসব আবেগ প্রকাশ পায়

১। ক্রোধ ২। কৌতূহল ৩। ঈর্ষা ৪। হিংসা ৫। স্নেহ-ভালোবাসা ৬। আনন্দ ৭। দুঃখ ৮। ভয়

- শৈশবের ১ম পর্যায়ের মতো শেষ পর্যায়েও শিশুরা আবেগ প্রকাশ করে থাকে। তবে, শিক্ষণ, পরিপক্বতা ও অভিজ্ঞতার ফলে তাঁদের আবেগ প্রকাশে কিছুটা পরিবর্তন লক্ষ্য করা যায়। তবে এ পর্যায়ে ছেলেদের রাগ এবং মেয়েদের স্নেহশীল আচরণ বেশি দেখা যায়।

▪ Social development: সামাজিক প্রত্যাশা অনুযায়ী আচরণ করাকে সামাজিক বিকাশ বলে। শৈশবের প্রথম পর্যায়ে শিশুদের মধ্যে বেশকিছু সামাজিক আচরণ দেখা যায়। এগুলো হলো:

ক। অনুকরণ খ। প্রতিদ্বন্দ্বিতা গ। সহযোগিতা ঘ। সমবেদনা ঙ। সামাজিক স্বীকৃতি

শৈশবের শেষ পর্যায়ে দলগত বয়স (Gang) বলে। স্কুলে যাবার সময় থেকে বয়ঃসন্ধিকাল শুরু হওয়ার পূর্বপর্যন্ত সময়ে তারা দলের স্বীকৃতি লাভের প্রবল ইচ্ছা পোষণ করে। দলের কার্যক্রমগুলো হচ্ছে সিনেমা দেখা, খেলাধুলা, একসাথে গল্পগুজব করা, একসাথে খাওয়া, ইত্যাদি।

❑ Social Influences during early childhood:

1. Imitation 2. Rivalry 3. Cooperation 4. Sympathy 5. Empathy 6. Social Approval 7. Sharing 8. Attachment behavior.

▪ Unsocial influences during early childhood:

1. Negativism 2. Aggressiveness 3. Ascendant or Bossiness 4. Selfishness

- Play Development
 - Personality Development
 - Moral Development
 - Puberty (বয়ঃসন্ধিকাল)
- The word puberty is derived from the Latin word ‘pubertas’, which means ‘age of manhood.’ It refers to the physical rather than the behavioral changes which occur when the individual becomes sexually mature and is capable of producing offspring.
- Among the Greeks, puberty was recognized as a time of physical as well as behavioral changes.
- তবে অধিকাংশ বইয়ে বয়ঃসন্ধিকালের বয়সসীমা বলা হয়েছে ১১/১২ বছর থেকে ১৮ বছর পর্যন্ত।

❑ Characteristics of Puberty:

১। Puberty is an overlapping Period (বয়ঃসন্ধির বিস্তৃতি): তারুণ্য শেষ হওয়ার ২ বছর আগে শুরু হয় এবং তারুণ্য শেষ হওয়ার দুই বছর পরে শেষ হয়।

২। Puberty is a short period: বয়ঃসন্ধিকাল ২ থেকে ৪ বছর পর্যন্ত স্থায়ী হয়।

৩। Puberty is divided into stages: বয়ঃসন্ধিকালকে ৩ ভাগে ভাগ করা হয়েছে। এগুলো হলো:

ক। প্রাক তারুণ্য (Prepubescence): শৈশবের শেষে দুই এক বছর পর্যন্ত যখন যৌন পরিপক্বতা সন্তান উৎপাদনের মতো হয়না

খ। তারুণ্য (Pubescence): এ সময় যৌনপরিপক্বতার লক্ষণগুলো সুস্পষ্ট হয়। এ সময় যৌনগ্রন্থিতে যৌনকোষ উৎপন্ন হয়।

গ। বয়ঃসন্ধির শেষ পর্যায় (Post Pubescence): তারুণ্য শেষ হওয়ার এক বা দু বছর পর্যন্ত এর ব্যাপ্তি। এ সময় যৌনগ্রন্থি প্রাপ্তবয়স্কদের মতো কার্যক্ষমতা সম্পন্ন হয়।

৪। Puberty is a time of rapid growth and change: Puberty is one of the two periods in the life span that are characterized by rapid growth and marked changes in body proportions. The latter is usually referred to as the ‘Baby growth Spurt’.

৫। Puberty is negative phase: নেতিবাচক মনোভাব বয়ঃসন্ধিকালের শুরুতে দেখা দেয় এবং যৌন পরিপক্বতা অর্জনের সাথে সাথে দূর হয়ে যায়।

৬। Puberty occurs at a variable time: ৬/৭ বছর থেকে শুরু করে ১৮/১৯ বছরের যেকোন সময় বয়ঃসন্ধিকালীন পরিবর্তন হতে পারে। আমেরিকার মেয়েরা গড়ে ১৩ বছরে এবং ছেলেরা ১৪ বছর বয়সে যৌন পরিপক্বতা অর্জন করে।

❑ Physical Changes of Puberty:

- a. Height b. Weight c. Body proportional changes d. Primary sex characteristics e. Secondary sex characteristics

❑ Psychological effects of Physical change during Puberty:

১। Desire for isolation ২। Boredom ৩। Inconsistent Behavior ৪। Social antagonism ৫। Heightened emotionality
৬। Lack of self-confidence ৭। Excessive Modesty

❑ Adolescence (তারুণ্য)

- The term Adolescence comes from the Latin word Adolescere, meaning 'to grow' or 'to grow to maturity'.
- Primitive people do not consider puberty and adolescence to be distinct periods in life span; the child is regarded as an adult when capable of reproduction.
- According to Hurlock Age of Adolescent period is 13 to 20 years. অনেক ক্ষেত্রে এই বয়সসীমা ১৩ থেকে ১৮ বছর বলা হয়েছে।
- তারুণ্যের ১ম পর্যায়কে ইংরেজিতে Teens আবার কখনো কখনো Terrible Teens বলে। ২০ বছরের নিচে ছেলেমেয়েদেরকে Teenager বলে।

❑ Characteristics of Adolescence:

- Adolescence is an important period
- Adolescence is a Transitional (পরিবর্তনসূচক) Period
- Adolescence is a period of change
- Adolescence is a problem age
- Adolescence is a time of search self-identity
- Adolescence is a dreaded (ভীতিকর) age
- Adolescence is a time of unrealism
- Adolescence is the introductory phase of adulthood
- Physical Changes during Adolescence

❑ External changes

- a. Height: মেয়েরা গড়ে ১৭/১৮ বছর বয়সে উচ্চতার দিক থেকে পরিপক্ব হয় এবং গড়ে এক বছর পরে ছেলেদের বৃদ্ধি সম্পূর্ণ হয়।
- b. Weight C. Body Proportional Change D. Sex Organs E. Secondary Sex Characteristics.

❑ Internal changes:

- A. Digestive System B. Blood Circulation System: (তারুণ্যের শেষ দিকে হৃদপিণ্ড অতি দ্রুত বৃদ্ধি পায় এবং জন্মকালীন ওজনের প্রায় ১২ গুন বৃদ্ধি পায়)
- C. Respiratory System (১২ গুন বৃদ্ধি পায়) D. Endocrine Gland System E. Body Tissue (Skelton)

❑ Causes and psychological effects of Physical Changes:

- অল্প সংখ্যক তারুণ-তারুণী তাঁদের দৈনিক পরিবর্তন সম্পর্কে সন্তুষ্টি অর্জন করে।
- দেহের কিছু অঙ্গ পতঙ্গের তুলনায় অন্যান্য অঙ্গপতঙ্গ বেশি অপছন্দ করে। নিজ দেহ সম্পর্কে এরূপ অসন্তোষ থেকে বিরূপ আত্মধারণা তৈরি হয়।

- তরুণ তরুণীদের চেহারার কোনো একটি অংশ অপছন্দনীয় হলে বিভিন্ন ধরনের পোশাক পরিধান এবং প্রসাধনী ব্যবহার করে।
- মেয়েদের জীবনে ঋতুস্রাব কে অভিশাপ হিসেবে দেখা হয়।
- বয়ঃসন্ধিকালে ছেলে বা মেয়ের বৈশিষ্ট্য সঠিকভাবে অর্জন করেছে কিনা তাও কিশোর কিশোরীদের কাছে দুশ্চিন্তার কারণ হয়ে দাঁড়ায়।
- ভিন্ন ভিন্ন দৈনিক গঠনের অধিকারী ব্যক্তিদের প্রতি সামাজিক প্রতিক্রিয়ার কথা চিন্তা করে কিশোর কিশোরীরা উদ্বেগ প্রকাশ করে।
- কিশোরকালে মুখের উপর ব্রণ ও বিচ্ছিন্ন ধরনের ফুসকুড়ি তাঁদের মধ্যে দুশ্চিন্তা ও হতাশা উদ্বেক করে।
- বয়ঃসন্ধিকালে ছেলে-মেয়েদের মধ্যে মোটা হওয়ার যে প্রবণতা সৃষ্টি হয় তা তারুণ্যের প্রাথমিক পর্যায়ে দুশ্চিন্তার কারণ হয়ে দেখা দেয়।
- দৈনিক চেহেরা সুন্দর বা অসুন্দর নিয়ে তারা চিন্তা করে।

❑ psychological Effects:

- ❖ Poor Foundation (দুর্বল ভিত্তি)
- ❖ Late maturing (বিলম্বিত পরিপক্বতা)
- ❖ Prolonged treatment of children (দীর্ঘদিন শিশু হিসেবে পরিগণিত হওয়া)
- ❖ Role change (দ্বায়িত্বের পরিবর্তন)
- ❖ Prolonged dependency (দীর্ঘায়িত পরমুখাপ্রাপ্ততা)

❑ বয়ঃসন্ধিকালের সমস্যাসমূহ:

- Juvenile Delinquency: ৭-১২ বছর বয়সের শিশু-কিশোরদের মধ্যে যখন কোন কাজটি অপরাধমূলক এবং কোন কাজটি অপরাধমূলক না এই বিষয়টি বুঝবার ক্ষমতা থাকা সত্ত্বেও যদি অপরাধমূলক কাজে লিপ্ত হয় তাহলে তাকে কিশোর অপরাধী হিসেবে গণ্য করা যেতে পারে।
- যেই বিশেষ আদালতে কিশোর অপরাধের জন্য শাস্তি প্রদান করা হয় সেই আদালতকে কিশোর আদালত বলে।
- উন্নত দেশের ন্যায় আমাদের দেশে ১৬ থেকে ২১ বছরে কিশোর অপরাধীর সংখ্যা বেশি এবং দিন দিন বাড়তেছে।

❑ কিশোর অপরাধের প্রকারভেদ:

- ১। নিজের জন্য বা অন্যের প্রতি ধ্বংসাত্মক কার্যকলাপ ২। সম্পত্তি বিনষ্ট করা ৩। অবাধ্যতা ৪। বিপজ্জনক কোন কাজ করা।

❑ কিশোর অপরাধের কারণ:

- ১। জৈবিক কারণ ২। বংশগতি ৩। মানসিক কারণ ৪। পারিবারিক কারণ ৫। অর্থনৈতিক কারণ ৬। সামাজিক কারণ
- মাদকাসক্তি: নেশা জাতীয় দ্রব্য ও মাদকদ্রব্যের প্রতি অতিরিক্ত আসক্তি এবং নির্ভীলতাকে মাদকাসক্তি বলে। নেশা জাতীয় দ্রব্যের মধ্যে রয়েছে-মদ, সিগারেট, গাঁজা, মারিজুয়ানা, জর্দা, তামাক, ফেনসিডিল, ইয়াবা, হিরোইন, ইত্যাদি।
 - বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, কোনো ব্যক্তি যখন মাত্রার অতিরিক্ত নেশা জাতীয় দ্রব্য বার বার সেবন করে ফলে এমন অবস্থায় উপনীত হয়, যার ফলে তাঁর আচরণ নিজের জন্য এবং সমাজের জন্য ক্ষতির কারণ হয় তখনই তা মাদকাসক্তি।

❑ মাদকাসক্তির কারণ:

- ১। সামাজিক-সাংস্কৃতিক কারণ ২। মানসিক কারণ ৩। জৈবিক কারণ
- আত্মহত্যা: নিজের ইচ্ছায় জীবন বিপন্ন করার কৌশলই হচ্ছে আত্মহত্যা। পড়াশুনার সমস্যা, সামাজিক দলের প্রত্যাখ্যান, চরম হতাশা,

অর্থনৈতিক সমস্যা ইত্যাদির কারণে তরুণ-তরুণীরা আত্মহত্যা করে থাকে।

- সাধারণত মধ্যে তারুণ্যে বা ১৬ বছর বয়সের তরুণ-তরুণীরা বেশি আত্মহত্যা করে। ছেলেদের তুলনায় মেয়েরা বেশি আত্মহত্যা করে।
- আত্মহত্যার কারণ:

১। ইচ্ছা ২। প্রচারণা ৩। আত্মহত্যার প্রেক্ষাপটে ফ্রেডের তত্ত্ব ৪। স্নেইডম্যানের তত্ত্ব ৫। ডুইখাইসের তত্ত্ব ৬। স্নায়ু-রসায়ন

❑ References

Child and Adolescent Development, Sarafino & Armstrong

Developmental Psychology, Elizabeth B. Hurlock

বিকাশ মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. সুলতানা বানু

মনোবিজ্ঞান ও জীবন, অধ্যাপক নীহাররঞ্জন সরকার

বিকাশ মনোবিজ্ঞান-১, প্রফেসর মোঃ আবু বক্কর ছিদ্দিক

বিকাশ মনোবিজ্ঞান, মোঃ আমিনুল হক

Class-06

Class Overview

Social Psychology

Definition and Subject Matter of Social Psychology

Methods used in studying Social Behavior

Socialization Process and Products, Agents of Socialization

Cultural influences of Behavior, family, Schools

Definition and components of attitudes, Formation and attitude change, Opinions and Values

Types of Groups, Group Cohesiveness

❑ সমাজ মনোবিজ্ঞান

- যে সকল বিজ্ঞান মানুষের আচরণ সম্পর্কে বিজ্ঞানসম্মত পর্যালোচনা করে থাকে, সমাজ মনোবিজ্ঞান তাঁদের মধ্যে অন্যতম।
- মানুষের সামাজিক আচরণ সমাজ মনোবিজ্ঞানের মূল বিষয়বস্তু।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানে ব্যক্তির সে সমস্ত আচরণ পর্যালোচনা করা হয় যে সকল আচরণ সমাজের অন্যান্য ব্যক্তিদের প্রভাবিত করে এবং সে সাথে যে সমস্ত আচরণ সমাজের অন্যান্য সদস্যদের দ্বারা প্রভাবিত হয়ে থাকে।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানে শুধু সামাজিক আচরণের মধ্যে সীমাবদ্ধ থাকে।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানের মনোযোগের কেন্দ্রবিন্দু হচ্ছে ব্যক্তি।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানের মূল উদ্দেশ্যগুলো হচ্ছে, প্রথমত, ব্যক্তিকে বিভিন্ন সামাজিক সম্পর্কে একজন অংশগ্রহণকারী হিসেবে দেখা এবং দ্বিতীয়ত, এই সব সম্পর্কের অন্তর্নিহিত সামাজিক প্রভাবসমূহ পর্যালোচনা করা।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানকে সমাজে ব্যক্তির আচরণ সম্পর্কীয় বিজ্ঞান বলা যেতে পারে।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানের ফলিত দিক হিসেবে পরিবেশ মনোবিজ্ঞান বা (Environmental Psychology) বিষয়ের সৃষ্টি হয়েছে।
- অন্যান্য বিজ্ঞানের মত সমাজ মনোবিজ্ঞানেরও ৪টি মৌলিক বৈশিষ্ট্য রয়েছে।

- According to Sargent and Williamson, Social Psychology is the scientific study of Persons as members of groups with emphasis on their social or interpersonal relationships. It focuses on the individual's behavior, as it affects, and is affected by, the behavior of others. (সমাজ মনোবিজ্ঞানে ব্যক্তির সে সমস্ত আচরণ পর্যালোচনা করা হয় যে সকল আচরণ সমাজের অন্যান্য ব্যক্তিদের প্রভাবিত করে এবং সে সাথে যে সমস্ত আচরণ সমাজের অন্যান্য সদস্যদের দ্বারা প্রভাবিত হয়ে থাকে।)

❑ Methods of Social Psychology:

- Introspection (অন্তর্দর্শন)
- Uncontrolled Observation (অনিয়ন্ত্রিত পর্যবেক্ষণ)
- Systematic Observation (নিয়ন্ত্রিত পর্যবেক্ষণ)
- Longitudinal Method (দীর্ঘচ্ছেদ প্রক্রিয়া)
- Cross-Sectional Method (প্রস্থচ্ছেদ প্রক্রিয়া)
- Experimental Method (পরীক্ষণ পদ্ধতি)
- Case Study Method (ব্যক্তি ইতিহাস পর্যালোচনা পদ্ধতি)
- Survey Method (জরিপ পদ্ধতি)
- Field Study (ক্ষেত্র অনুধ্যান)
- Sociometry (সমাজমিতি)
- Questionnaire Method (প্রশ্নমালা পদ্ধতি)
- In-depth Interview (সুগভীর বা নিবিড় সাক্ষাৎকার)
- Projective Method (প্রক্ষেপণ পদ্ধতি)
- Attitudes Scales (মনোভাব মানক)

❑ Relations with other disciplines

- ❖ Social Psychology and its relation to other Social Sciences:
- ❖ Social Psychology and General Psychology
- ❖ Social Psychology and Sociology
- ❖ Social Psychology and Social Work
- ❖ Social Psychology and Anthropology
- ❖ সমাজীকরণ (Socialization)
- শিশু যে সমাজ বা পরিবেশে বাস করে সেই সমাজোপযোগী আচরণের বিকাশ ঘটে।
- সমাজের প্রচলিত রীতিনীতি, আচরণ, মূল্যবোধ-সবকিছু একটি শিশুকে এমনভাবে প্রভাবিত করে যাতে করে যে সমাজেরই একজন হিসেবে গড়ে উঠে। সামাজিক প্রভাবের এই ধারাটিকেই বলে হয় সমাজীকরণ বা Socialization.
- সমাজীকরণ একটি জীবনব্যাপী প্রক্রিয়া। তবে শিশুকালে সমাজীকরণ যতটা দ্রুত হয় বা ত্রিাশীল থাকে বয়োঃপ্রাপ্তির পর সেটা থাকে

না।

- সমাজীকরণ মানে কোন আদর্শ সামাজিক ধারায় ব্যক্তিকে গড়ে তোলা নয়।
- একজন সাধু ব্যক্তি যেমন সমাজীকরণের ফল তেমনি একজন অসাধু ব্যক্তিও সমাজীকরণের ফল।
- মাসেন, কংগার ও কাগান (১৯৭৪), এর মতে, সমাজীকরণ এমন একটি প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে ব্যক্তি তাঁর নিজস্ব পরিবার ও কৃষ্টির উপযোগী আচরণের ধারা, বিশ্বাস, আদর্শমান ও প্রেষণাবলী শিক্ষা করে।

❑ Socialization Processes and Products:

- Operant Learning (করণ শিক্ষণ)- Schedule of Reinforcement
- Incidental Learning (প্রাসঙ্গিক শিক্ষণ)
- Direct Tuition (সরাসরি শিক্ষাদান)
- Model Learning (আদর্শ প্রতীকের মাধ্যমে শিক্ষণ)
- Observational Learning (পর্যবেক্ষণ শিক্ষণ)
- Identification (একাত্মীভবন)
 - Secondary Reinforcement (গৌণ বলবৃদ্ধি)
 - Vicarious Reinforcement (প্রতিনিধিত্বমূলক বলবৃদ্ধি)
 - Withholding of Love (স্নেহ প্রদর্শন থেকে বিরত থাকা)
 - Avoidance of Punishment (শাস্তি এড়ানো)
 - Status Envy (পদমর্যাদাগত ঈর্ষা)
 - Social Power (সামাজিক ক্ষমতা)
 - Similarity of Learner (শিক্ষণকারীর সাথে সাদৃশ্য)
 - Role Learning (ভূমিকা শিক্ষণ)
- ❖ Agents of Socialization:
 - Family: Parents and other members (বাবা-মায়ের সম্পর্ক, বাবা মায়ের সাথে শিশুর সম্পর্ক ও পরিবারে শিশুদের মধ্যে সম্পর্ক)
 - Neighborhood: Teachers and Peers
 - Religious Education
- ❖ সমাজীকরণ (Socialization)

❑ Cultural Influences on Behavior:

- যেকোন ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব তাঁর কৃষ্টির দ্বারা নির্ধারিত হয়। তবে কৃষ্টি শুধু সামাজিক প্রথা নয়। পারস্পরিক সম্পর্কের ধরন, মনোভাব, বিশ্বাস, রীতিনীতি, মূল্যবোধ সবই কৃষ্টির অন্তর্গত।
- কৃষ্টি মানুষের আচরণের সামগ্রিক রূপ। জীবন যাপনের বিভিন্ন উপাদানকে একসূত্রে সামঞ্জস্যপূর্ণভাবে গ্রথিত করে যে জীবন ধারা গড়ে উঠে তারই নাম কৃষ্টি।
- বংশগতভাবে এই ধারাট বহমান থাকে বলে কৃষ্টির অপর নাম সামাজিক উত্তরাধিকার (Social Heritage)।

- কৃষ্টির সুপ্ত ও ব্যক্ত এই দুটি রূপ রয়েছে।
- ❖ মার্গারেট মীড সামোয়া উপজাতিদের মধ্যে দেখেন, তাঁদের কিশোরকাল মোটেই মানসিক চাপে ভারাক্রান্ত নয়। তাঁরা পারিবারিক জীবনে সুউপযোজিত এবং যৌন বিষয়ে উদারপন্থী। অপরদিকে নিউগিনির মনু উপজাতির কিশোরেরা অত্যধিক মানসিক চাপগ্রস্থ। যৌনতার অবদমন, প্রতিষ্ঠিত হবার আকাঙ্ক্ষা, শারীরিক সৌকর্য, পরিশ্রমী হওয়া, শ্রদ্ধাশীল হওয়া তাঁদের বৈশিষ্ট্য।
- ❖ নিউগিনির এরাপ্রেস, মুন্ডগুমর এবং চাম্বলীদের মধ্যে দেখেন, এরাপ্রেসরা অনাগ্রাসী, সহযোগী, শান্ত ও নম্র স্বভাবের (নারীসুলভ)। অন্যদিকে মুন্ডগুমররা আগ্রাসী, নির্দয়, এবং যৌনবিষয়ে বাধাহীন (পুরুষসুলভ)। শিশু প্রতিপালনের ভিন্নতার জন্য তাঁদের এই বৈপরীত্য বলে মীড মনে করেন।
- ❖ চাম্বলীদের মধ্যে নারী ও পুরুষের ভূমিকা আমাদের সমাজ ব্যবস্থার উল্টো। সেখানে নারীরাই প্রাধান্য বিস্তার করে। এতে মীড মনে করেন যে, নারী ও পুরুষের সহজাত বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে যে প্রচলিত ধারণা তা ভুল। প্রকৃতপক্ষে শিশুকালেই কৃষ্টির প্রভাবে মানব প্রকৃত গড়ে উঠে।
- ❖ বেনেডিক্ট ও মানুষের আচরণ বিকাশে কৃষ্টির শক্তিশালী প্রভাবের কথা বলেছেন। তিনি নিউগিনির ডবু, নিউ মেক্সিকোর জুনি এবং ভ্যাঙ্কুভার দ্বীপের কোয়াকিটল উপজাতিদের মধ্যে দেখেন যে, জুনিরা নম্র, ভদ্র, ও দ্বিধাহীন কিন্তু ডবুরা ছিলো আক্রমণাত্মক, প্রতিযোগী, সন্দেহপ্রবণ ও বিশ্বাসঘাতক মনোভাবের। আত্মকেন্দ্রিকতা, আত্মগৌরব ও প্রতিযোগিতার মনোভাব ছিলো কোয়াকিটলদের যা কৃষ্টির পার্থক্যের কারণে হয়েছে।

□ মনোভাব (Attitudes)

- সমাজ মনোবিজ্ঞানীরা মনোভাবকে বিভিন্নভাবে সংজ্ঞায়িত করেছেন।
- আলপোর্ট (১৯৩৫) এর মতে, মনোভাব হলো পারিপার্শ্বিক বস্তু ও অবস্থার প্রতি ব্যক্তির অভিজ্ঞতালব্ধ গতিশীল প্রতিক্রিয়ার স্নায়বিক ও মানসিক প্রস্তুতি।
- থার্সটোন (১৯৬৪), মনোভাবকে একটি মানসিক বিষয়বস্তুর প্রতি ধনাত্মক ও ঋণাত্মক অনুভূতির মাত্রা বলে নির্দেশ করেছেন।
- মারফি, মারফি ও নিউকম্ব (১৯৩৭), মনোভাব বলতে তিনি কোন কিছু পক্ষে বা বিপক্ষে যাবার পূর্ব প্রস্তুতিকে অভিহিত করেছেন।
- মনোভাবের উপাদান:
 - ১। অবহিতিমূলক উপাদান (Cognitive Component)-বিশ্বাস, অনুকূল বা প্রতিকূল, ভালো বা মন্দ, কাজক্ষিত বা অনাকংখিত বিষয়।
 - ২। অনুভূতিমূলক উপাদান (Affective/ Felling Component)- আবেগ, ভালো লাগা বা মন্দ লাগা বিষয়।
 - ৩। ক্রিয়াগত (Action tendency Component)- মনোভাবের প্রকৃতি অনুযায়ী ঐ বিষয়ের অনুকূলে বা প্রতিকূলে কাজ করার স্পৃহা।
- মনোভাবের ৩টি উপাদানেরই দুটি প্রধান বৈশিষ্ট্য রয়েছে। এগুলো হলো:
 - ক। আকর্ষণ শক্তি (Valence) খ। বহুমুখীতা (Multiplexity)

□ মনোভাব, মতামত, ও মূল্যবোধ:

- মনোভাবের বাচনিক প্রকাশকে আমরা মতামত বলি। কোন প্রশ্ন বা বক্তব্যের উত্তরে সম্মতি বা অসম্মতিজ্ঞাপন
- মতামতের দৃষ্টান্ত। আর মনোভাব হলো এই মতামত দানের অন্তর্নিহিত মানসিক অবস্থা বা পূর্বপ্রস্তুতি। মতামতে অবহিত বা জ্ঞানীয় উপাদানই প্রধান। কিন্তু মনোভাবে অবহিত, অনুভূতি ও ক্রিয়াগত সবগুলো উপাদানই রয়েছে।
- কতকগুলো মনোভাবের সমন্বয়ে গঠিত অপেক্ষাকৃত স্থায়ী বিশ্বাসকে মূল্যবোধরূপে অভিহিত করা হয়। সত্যতা, স্বাধীনতা, ন্যায়নীতি ইত্যাদি মূল্যবোধ।
- মনোভাবের সংখ্যার তুলনায় মূল্যবোধের সংখ্যা অনেক কম।

❖ Formation of Attitudes: মনোভাব গঠন বা গ্রহণ এক প্রকার শিক্ষণ প্রক্রিয়া। কাজেই মনোভাব গঠনে শিক্ষণের মূলনীতিগুলো (সাপেক্ষীকরণ, করণ শিক্ষণ, অনুকরণ প্রভৃতি) বিশেষ ভূমিকা পালন করে। তাছাড়া, মনোভাবের গঠনে কতকগুলো অবস্থা বিশেষভাবে কাজ করে। এগুলো হলো:

- | | |
|---|---------------------------------|
| ১। ব্যক্তির চাহিদা পূরণ ও মনোভাব গঠন | ২। তথ্য পরিবেশন ও মনোভাব গঠন |
| ৩। সভা-সংঘ ব্যক্তির মনোভাব গঠনে সহায়তা করে | ৪। ব্যক্তিত্ব ও মনোভাব |
| ৫। ব্যক্তিত্ব ও গোষ্ঠী কেন্দ্রিকতা | ৬। ব্যক্তিত্ব ও রাজনৈতিক মনোভাব |
| ৭। সমাজীকরণের মাধ্যমসমূহ | ৮। ধর্মীয় মনোভাব |

➤ Attitude Change: মানুষ তাঁর পরিবেশের বিভিন্ন বিষয় ও ব্যক্তির প্রতি যে সব মনোভাব পোষণ করে সেগুলো অপেক্ষাকৃত পরিবর্তনশীল। সময় ও পরিস্থিতির সাথে সাথে মনোভাবগুলোও কমবেশি পরিবর্তিত হয়ে ব্যক্তিকে তাঁর জীবন পরিস্থিতির সাথে খাপ খাওয়াতে সাহায্য করে।

১। ভারসাম্য মতবাদ (Balanced Theory): হাইডার (১৯৪৬, ১৯৫৮) ও নিউকম্ব (১৯৫৩, ১৯৫৮) ভারসাম্য মতবাদ দিয়েছেন।

➤ ভারসাম্য মতবাদের অন্তর্নিহিত প্রধান ধারণা এই যে, মানুষ তাঁর অবহিতিমূলক কাঠামোর মধ্যে একটি ভারসাম্য খোঁজে এবং যখন সেই কাঠামোর মধ্যে ভারসাম্যহীনতার সৃষ্টি হয় তখনই মনোভাবের পরিবর্তন হয়।

২। অবহিতিমূলক সামঞ্জস্যহীনতা মতবাদ (Theory of Cognitive Dissonance):

➤ ফেস্টিঙ্গার (১৯৫৭), এই মতবাদ দেন যা বহুল আলোচিত মতবাদ। এই মতবাদের মূল অনুমান এই যে, মানুষ তাঁর অবহিতিমূলক উপাদানের মধ্যে সংগতি বা সামঞ্জস্য রক্ষা করতে চায়। এইসব উপাদানের মধ্যে অসঙ্গতি দেখা দিলে যে কোন একটি উপাদানের পরিবর্তন ঘটিয়ে ব্যক্তি তাঁর অবহিতির ভারসাম্য ফিরিয়ে আনে।

➤ কোন বিষয় সম্পর্কে অবহিতি উপাদান বলতে বোঝায় সে সম্বন্ধে জ্ঞান অর্থাৎ বিশ্বাস, মতামত, মনোভাব ইত্যাদি।

➤ অবহিতির সামঞ্জস্যহীনতা সৃষ্টি হলে তা হ্রাস করবার জন্য ব্যক্তি এক প্রকার চাপ অনুভব করে।

➤ ফেস্টিঙ্গারের মতে, এই চাপ তিনটি জিনিসের উপর নির্ভর করে। এগুলো হলো:

ক। সিদ্ধান্তের গুরুত্ব খ। গৃহীত ও অগৃহীত সিদ্ধান্তের প্রতি আপেক্ষিক আকর্ষণ গ। সামঞ্জস্যহীন উপাদানসমূহের সাদৃশ্য।

❑ অবহিতিমূলক সামঞ্জস্যহীনতা সৃষ্টি হলে ব্যক্তি তিনটি উপায়ে এটি হ্রাস করতে পারে। এগুলো হলো:

ক। আচরণগত অবহিতির পরিবর্তন সাধনের মাধ্যমে। খ। পরিবেশগত অবহিতির পরিবর্তন সাধন করে। গ। নতুন অবহিতি সংযোজনের মাধ্যমে।

➤ স্বাধীন সিদ্ধান্ত গ্রহণ বা মুক্ত পছন্দ পরিস্থিতিতে চার ভাবে সামঞ্জস্যহীনতা হ্রাস করা যায়। যথা: ক। পছন্দের পরিবর্তন করে খ। পছন্দকৃত বস্তু বা বিষয়টির ইতিবাচক দিকের উপর গুরুত্ব আরোপ করে। গ। অপছন্দকৃত বস্তু বা বিষয়টির ইতিবাচক দিকের উপর গুরুত্ব দিয়ে ঘ। পছন্দকৃত বা অপছন্দকৃত বস্তু বা বিষয়ের প্রত্যক্ষিত পার্থক্যের মাত্রা বৃদ্ধি করে।

➤ এই মতবাদের সামঞ্জস্যহীনতা শব্দটি অত্যন্ত অস্পষ্ট। কখন সামঞ্জস্যহীনতার সৃষ্টি হবে তা নির্ধারণ করা অত্যন্ত দূরহ।

৩। অনুভূতি ও অবহিতিমূলক সামঞ্জস্য (Affective Cognitive Theory): রোজেনবার্গ ও অ্যাবেলসন (১৯৬০) এই তত্ত্ব দিয়েছেন।

➤ তাঁদের মতে, তিনটি উপায়ে অসঙ্গতি দূর করা যায়। এগুলো হলো: ক। এক বা একাধিক (ধারণা) সম্পর্কের মধ্যে পরিবর্তন সাধন করে। খ। এক বা একাধিক উপাদানের পৃথকীকরণ করে বা সংজ্ঞার পরিবর্তন করে গ। অসঙ্গতি সম্পর্কিত চিন্তার পরিবর্তন করে।

➤ পরবর্তীতে, তাঁরা অসঙ্গতি দূরীকরণের চারটি উপায়ের কথা উল্লেখ করেছেন। এগুলো হলো: ক। অস্বীকৃতি (Denial) খ।

সুদৃঢ়করণ (Bolstering) গ। পার্থক্যকরণ (Differentiation) ঘ। উতর্কসাদন (Transcendence)

৪। ত্রি-প্রক্রিয়া মতবাদ (Three Process Theory): কেলম্যান (১৯৬১), সামাজিক প্রভাবের ৩টি পৃথক প্রক্রিয়ার কথা বলেছেন। এগুলো হলো: ক। মতানুবর্তিতা (Compliance) খ। একাত্মীভবন (Identification) ও গ। অন্তঃস্থকরণ (Internalization)। তাঁর মতে এই তিনটি প্রক্রিয়ার যেকোন একটির মাধ্যমে মনোভাবের পরিবর্তন হবে। উর্ধ্বতন কর্মকর্তার মতামতে নিম্নপদস্থ কর্মচারীর সম্মতিদান হলো মতানুবর্তিতা একজন নামকরা ডাক্তারের মনোভাব একজন নবীন ডাক্তার কর্তৃক মেনে নেওয়াকে বলে একাত্মীভবন। একজন ধর্মপ্রাণ ব্যক্তির তাঁর ধর্মের অনুকূল কোন তথ্য দ্বারা প্রভাবিত হওয়াই অন্তঃস্থকরণের।

৫। প্রবর্তনামূলক মনোভাব পরিবর্তন (Persuasive Theory): ১৯৫৯ সালে কার্ল হভল্যান্ড ও আরভিং জ্যানিস প্রবর্তনামূলক মনোভাব পরিবর্তন তত্ত্বের কথা বলেন।

□ এই মডেলে ৪টি উপাদানের কথা বলেছেন। এগুলো হলো:

ক। তথ্য প্রেরক বা প্রবর্তনার উৎস (Communicator)-Trustworthy, Credibility, Expertness

খ। তথ্য বা প্রবর্তনামূলক বাণী (Communication)-One sided or Two Sided

গ। লক্ষ্যব্যক্তি বা তথ্যগ্রহণকারী (Target Person)-Self-esteem, defensiveness

ঘ। পারিপার্শ্বিক পরিস্থিতি (Surrounding Situation)-Reward

□ **Group (দল)**

➤ মুজ্জাফর শেরিফ এর সংজ্ঞা অনুযায়ী, দল হচ্ছে একটি সামাজিক একক যেখানে কতগুলো ব্যক্তি স্ব স্ব পদ মর্যাদা এবং ভূমিকা নিয়ে পরস্পরের সাথে সম্পর্কযুক্ত থাকে এবং যেখানে কিছু মূল্যবোধ ও আদর্শমান দ্বারা সদস্যদের আচরণ নিয়ন্ত্রিত হয়।

➤ কিম্বল ইয়ং এর মতে, সামাজিক মিথস্ক্রিয়ারত দুই বা ততোধিক লোকের সমন্বয়ই দল। দলের সদস্যদের মধ্যে অভিন্ন উদ্দেশ্য ও লক্ষ্য থাকবে।

➤ According to Krech & Crutch Field, the term group, (on the other hand) refers to two or more people who bear an explicit psychological relationship to one another. This means that for each member of group the other group members must exist in some more or less immediate psychological way so that their behaviors and their characteristics influence him.

➤ **Group Cohesiveness:** Group Cohesiveness, also known as group cohesion, is the degree to which group members feel connected to each other and to the group as a whole.

➤ According to A. J. Carron (1982), Group Cohesiveness is a dynamic process that is reflected in the tendency for a group to stick together and remain united in the pursuit of its goals and objectives.

➤ Factors Influenced Group Cohesiveness:

1. Shared Goals and Values 2. Interpersonal Attraction 3. Group Size 4. Communication and Interaction 5. External factors

➤ সমাজবিজ্ঞানীর মতে, মানব গোষ্ঠী বা দল কতগুলো বৈশিষ্ট্যের ভিত্তিতে একক রূপ বজায় রাখে। এগুলো হলো: পারস্পরিক নির্ভরতা (Interdependence), সামাজিক নিয়ন্ত্রণ (Social Control) ও ঐক্যমত (Consensus)

❖ Types of Groups: বিভিন্ন দলে পারস্পরিক আদানপ্রদান, নিয়মকানুন প্রভৃতি বিভিন্ন প্রকার হয়ে থাকে।

১। Primary Group and Secondary Group (মুখ্যদল ও গৌণদল):

- যে দলের সদস্যদের মধ্যে ঘনিষ্ঠ ও প্রত্যক্ষ বা মুখোমুখি সম্পর্ক বিদ্যমান তাদেরকে মুখ্য দল বলে। যেমন, পরিবার, প্রতিবেশি, খেলার সাথী, বন্ধুদল।
- যে দলের সদস্যদের মধ্যে যোগাযোগ অপেক্ষাকৃত পরোক্ষ, নৈর্ব্যক্তিক এবং কম ঘন ঘন হয়ে থাকে। রাষ্ট্র, জাতি, রাজনৈতিক দল ইত্যাদি গৌণ দলের উদাহরণ।

২। Member Group & Referenced Group (সদস্য দল/বর্তমান দল ও নির্দেশক দল):

- ব্যক্তি প্রকৃতপক্ষে যে দলের সদস্য সেই দল তাঁর বর্তমান দল/সদস্য দল। একজন ব্যক্তি একই সাথে একাধিক দলের সদস্য হতে পারে। সবগুলোই তাঁর বর্তমান দল। যেমন, পরিবার, স্কুলের বন্ধুদল, পাড়ার কোন সঙ্ঘ।
- অন্যদিকে কোন দলের সদস্য না হয়েও যদি কোন ব্যক্তি সেই দলের সদস্য হিসেবে নিজেকে কল্পনা করে গর্ববোধ করে অথবা যে দলের সদস্য হওয়ার আকাঙ্ক্ষা তাঁর প্রবল সেই দল তাঁর নির্দেশক দল হিসেবে বিবেচিত হবে। যেমন, বার্সা, রিয়াল মাদ্রিদ, কোন ধর্মীয় দল, নাট্যগোষ্ঠী ইত্যাদি।

৩। In-Group & Out-Group (অন্তর্দল ও বহির্দল):

- অন্তর্দল বলতে অনেক সময় স্বদল বা সংখ্যাগুরু দল বুঝায় এবং বহির্দল বলতে পরদল বা সংখ্যালঘু দলকে বুঝায়। তবে, এক কৃষ্টিতে যেটি অন্তর্দল অন্যকৃষ্টিতে সেটিই বহির্দল বলে গণ্য হয়ে থাকে। সাধারণত, সামাজিকভাবে প্রাধান্য বিস্তারকারী দল অন্যদেরকে বহির্দল হিসেবে গণ্য করে থাকে। সামাজিক পূর্বসংস্কার, দলীয় সংঘাত প্রভৃতি ক্ষেত্রে অন্তর্দল ও বহির্দল অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।
- একই দলে যে সব সদস্য দলের প্রধান আদর্শমান থেকে বিচ্যুত হয় তারা বহির্দল।

৪। Formal Group & Informal Group (আনুষ্ঠানিক ও অনানুষ্ঠানিক দল):

- যে দলে সদস্যরা নির্দিষ্ট রীতিনীতি বা নিয়মকানুন দ্বারা নিজ নিজ পদমর্যাদা মার্কিত ভূমিকা পালন করে থাকে তাকে আনুষ্ঠানিক দল বলে। দলের আকার এই আনুষ্ঠানিকতার একটি অন্যতম কারণ। যেমন, অফিস আদালত, সামরিক বাহিনী, ফুটবল টিম, রাজনৈতিক দল ইত্যাদি।
- অনানুষ্ঠানিক দলে সদস্যদের সম্পর্ক এবং ভূমিকাপালন আনুষ্ঠানিক নিয়মকানুন দ্বারা আবদ্ধ নয়। যেমন, পরিবার, বন্ধুবান্ধব ইত্যাদি।

❑ Benefits of Group Cohesiveness:

- Increased Productivity
- Improved Morale
- Enhanced Performance
- Reduced Conflict

❑ Challenges of Group Cohesiveness:

- Groupthink
- Exclusion
- Resistance to Change

❑ References

Social Psychology, Secord & Backman

আধুনিক সমাজ মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. হামিদা আখতার বানু

সমাজ মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. জহিরুল হক

Social Psychology, Sargent and Williamson

Class-07
Class Overview
Social Psychology

Definition and Approaches to the study of Leadership

Functions, Characteristics of Leader

Effective Leadership

Formation and Assessment of Public Opinion

Techniques and Principles of Propaganda

Rumor and Prejudice

□ নেতৃত্ব

- যে কোন দলীয় পরিস্থিতিতে দলের লক্ষ্য অর্জন ও সদস্যদের কার্যাবলী পরিচালনার জন্য কোন ব্যক্তি বা ব্যক্তিবর্গের দলের উপর প্রভাব সৃষ্টিকারী আচরণকে সাধারণত নেতৃত্ব বলে।
- হলান্ডার (Hollander, 1976) বলেছেন, নেতৃত্ব হচ্ছে একটি প্রক্রিয়া যা নেতা, অনুগামী ও পরিস্থিতির বিক্রিয়ার সম্মিলিত ফল।
- সাধারণ ব্যবহারে নেতা ও নেতৃত্ব শব্দ দুটি একই অর্থে ব্যবহৃত হলেও নেতৃত্ব আসলে কোন ব্যক্তি নয়। নেতৃত্ব একটি প্রক্রিয়া যার মধ্যে ৩টি উপাদান রয়েছে।
- নেতৃত্বের ৩টি উপাদান হলো:
ক। নেতা (Leader) খ। অনুগামী (Follower), এবং গ। পরিস্থিতি (Situation)
- হলান্ডারের এর ভাষায়, নেতৃত্ব একটি দ্বিমুখী প্রভাবের সম্পর্ক। এখানে, নেতা তাঁর অনুগামীদের প্রত্যাশা পূরণের চেষ্টা করেন এবং অনুগামীরা নেতার প্রচেষ্টা ও কার্যাবলীর প্রেক্ষিতে তাকে মূল্যায়ন করেন।
- According to John C. Maxwell, having a genuine willingness and a true commitment to lead others to achieve a common vision and goals through positive influence. No leader can ever achieve anything great or long-lasting all alone. Leadership is influence, nothing more, nothing less.
- Approaches to the study of Leadership: বিভিন্নজন নেতৃত্বকে বিভিন্ন দৃষ্টিকোণ থেকে অনুধ্যান করেছেন। এগুলোর মধ্যে অন্যতম হলোঃ
 - ১। নেতার সংলক্ষণ পর্যালোচনা (Trait Approach): সনাতন ভাবধারায় বলা হয়, Leaders are born, not made. তবে সংলক্ষণ তত্ত্বের মূল প্রশ্ন হলো নেতার কোন ধরনের ব্যক্তি। বর্তমান শতাব্দীর গবেষণায় নেতৃত্ব ব্যাখ্যায় নেতার উচ্চতা, ওজন, চেহারা, বুদ্ধিমত্তা, আত্মবিশ্বাস প্রভৃতি সংলক্ষণগুলোর উপর গুরুত্ব আরোপ করেছেন।
- যে সকল সংলক্ষণগুলো নেতৃত্বের সাথে ইতিবাচকভাবে সম্পর্কযুক্ত সেগুলোকে নেতৃত্বের প্রধান নির্ধারক বিবেচনা করা হয়।
- বার্ড (১৯৪০), পঁচিশটি মনোবৈজ্ঞানিক গবেষণা পর্যালোচনা করে নেতাদের প্রায় ৭৩টি ব্যক্তিত্ব সংলক্ষণের উল্লেখ পান। এগুলোর মধ্যে হলো, বুদ্ধিমত্তা, উদ্যোগ, বহির্মুখীতা এবং রসবোধ।
- স্টগডিল (১৯৪৮), নেতৃত্বের সাথে সম্পর্কিত শতাধিক অনুধ্যান বিশ্লেষণ করে দেখতে পান বেশির ভাগ অনুধ্যানেই নেতাদের বুদ্ধিমত্তা, জ্ঞান, নির্ভরযোগ্যতা, কর্মদক্ষতা, সামাজিক অংশগ্রহণ এবং আর্থ-সামাজিক পদমর্যাদা মধ্যম অপেক্ষা উচ্চতর বিবেচিত হয়েছে।
- ড. জহিরুল হক এর সমাজ বিজ্ঞান বইয়ে বার্ডের (১৯৪০) তথ্যে বলা হয়েছে, নেতৃত্বের প্রলক্ষণ অনুসন্ধানী ২০ টি অনুধ্যানের পর্যালোচনা করে ৭৯টি প্রলক্ষণের কথা উল্লেখ করেছেন।

- নেতৃত্বের সাথে আর্থসামাজিক বিষয়ের সম্পর্ক নিয়েও অনুসন্ধান করা হয় এবং লাস্কি (Laski, 1932) এক জরিপে ব্রিটেনের ১৮০১ সাল হতে ১৯২৪ সাল পর্যন্ত ক্যাবিনেট মন্ত্রী পদে আসীন হন এমন ৩০৬ জন মন্ত্রির পারিবারিক তথ্য সংগ্রহ করেন। দেখা যায় শতকরা ৬০ জন নেতা অভিজাত পরিবার হতে আসে।
- সোভিয়েত ইউনিয়নের ১৬৩ জন নেতার পারিবারিক তথ্য নিয়ে দেখেন যে তাঁদের একটি বড় অংশ বুদ্ধিজীবী এবং পেশাজীবী পরিবার থেকে এসেছেন।
- ২। নেতৃত্বের শ্রেণিবিভাগ (Type Approach): নেতৃত্বের উৎস, নেতার ব্যক্তিত্ব বৈশিষ্ট্য ও কার্যাবলীর উপর ভিত্তি করে নেতৃত্বকে বিভিন্ন শ্রেণিতে বিভক্ত করা নেতৃত্ব অনুধ্যানের আরও একটি প্রাচীন দৃষ্টিভঙ্গি।
- ল্যুইন, লিপট, ও হোয়াইট (১৯৪৩), তিনি ত্রিপদী শ্রেণিবিভাগ শ্রেণীকরণ (Typology) করেছেন। এগুলো হলো: ক। প্রভুত্বব্যাঞ্জক (Authoritarian) খ। গণতান্ত্রিক (Democratic) ও গ। স্বল্প নিয়ন্ত্রণ বিশিষ্ট (Laissez Faire)
- এখানে গণতান্ত্রিক দলের সদস্যদের তুলনায় প্রভুত্ব-ব্যাঞ্জক দলের সদস্যদের মধ্যে অধিক আগ্রাসী মনোভাব লক্ষ্য করা যায়।
- গণতান্ত্রিক দলে নেতা ও অনুগামীদের মধ্যে সম্পর্ক বন্ধুত্বপূর্ণ।
- এর বাহিরেও এই প্রাচীন ভাবধারায় আলোচিত নেতৃত্বের কিছু ধরণ হলো:
 - ১। প্রশাসনিক নেতা ২। আমলাতান্ত্রিক নেতা ৩। নীতিমালা প্রণয়নকারী ৪। বিশেষজ্ঞ ৫। ঐশ্বরিক ক্ষমতাসম্পন্ন চিত্তাকর্ষক নেতা ৬। মতাদর্শী ৭। রাজনৈতিক নেতা ৮। প্রতীকধর্মী নেতা ৯। বিপ্লবী নেতা বা সমাজ সংস্কারক
- উপরে আলোচিত নেতৃত্ব ছাড়া আরও অনেক ধরনের নেতৃত্ব রয়েছে। যেমন, পরিবারে পিতা-মাতা, বিদ্যালয়ে শিক্ষক-শিক্ষিকা, অফিস-আদালতে কর্মকর্তা সকলেই নেতা।
- ৩। পরিস্থিতিমূলক ভাবধারা (Situational Leader): পরিস্থিতিমূলক ভাবধারায় নেতাকে একটি পরিস্থিতির পটভূমিতে দেখা হয়।
- এই মতবাদের মূলকথা হলো নেতা একটি বিশেষ সময় ও স্থানে কাজ করেন এবং সেই স্থান বা পরিস্থিতিতে নেতা তাঁর অনুগামীদের ভূমিকাগত বিভিন্ন সম্পর্ক থেকেই নেতৃত্বের উদ্ভব ও ধরণ নির্ণীত হয়।
- পরিস্থিতি থেকে উদ্ভূত চাহিদার প্রেক্ষিতে নেতৃত্বের পর্যালোচনা করাই পরিস্থিতিমূলক মতবাদের মূল ধর্ম।
- এখানে পরিস্থিতি বলতে দলীয় গঠন, কাজের প্রকৃতি, দলের আয়তন, সম্পদ, সংগঠনগত অবস্থান বা পদমর্যাদা এবং তাঁর ইতিহাস বুঝায়।
- জেংকিন্স (১৯৪৭), প্রায় ৭৫টি অনুধ্যান পর্যালোচনা করে দেখেন, কোন দলের নেতা কে হবেন এবং কোন বিশেষ ক্ষেত্রে নেতৃত্বের বৈশিষ্ট্য কেমন হবে সেটা নির্ভর করে পরিস্থিতির উপর।
- পরিস্থিতিমূলক ভাবধারায় কতগুলো তত্ত্ব রয়েছে যার মধ্যে অন্যতম হলো ফিডলারের (১৯৬৪, ১৯৬৭) সংযোগ তত্ত্ব বা (Contingency Model)। কোন পরিস্থিতিতে বিভিন্ন নেতৃত্বের ধরন (Style) নির্ণয়কারী উপাদান বা ঘটনা সমাবেশ (Contingencies) নির্দেশ করা তত্ত্বগুলোর প্রধান বৈশিষ্ট্য।
- এই তত্ত্বে নেতার আচরণ ও দলের কার্যসম্পাদন প্রভাবকারী নেতার ব্যক্তিত্ব ও পরিস্থিতির কয়েকটি দিকের উপর আলোকপাত করা হয়।
- ফিডলারের সংযোগ তত্ত্বে বন্ধুসুলভ-অবন্ধুসুলভ প্রভৃতি প্রায় ২২টি মানক দ্বারা মূল্যায়ন করে যে সাফল্যাংক পাওয়া যায় তাঁর যোগফলই ঐ ব্যক্তির LPC (Least Preferred Co-Worker) সাফল্যাংক।
- পরিস্থিতিমূলক ভাবধারার আরেকটি সংযোগ তত্ত্ব দিয়েছেন ব্রুম ও ইয়েটন (১৯৭৩)। এই তত্ত্বের নাম সিদ্ধান্ত গ্রহণের আদর্শনিষ্ঠ তত্ত্ব (Normative Model of Decision Making)।
- কোন পরিস্থিতিতে কিভাবে ফললাভ করা যেতে পারে তাই আদর্শনিষ্ঠ তত্ত্ব।

- এই তত্ত্বে সমস্যা সমাধানে ব্যবহৃত স্বৈরাচারী (Autocratic), পরামর্শমূলক (Consultative) ও দলীয় (Group) এই তিন প্রকার নেতৃত্বে নেতা নিজে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করেন।
- পরামর্শমূলক নেতৃত্ব দলের সদস্যদের অংশগ্রহণ অপেক্ষাকৃত বেশি হয় এবং দলীয় নেতৃত্বে সদস্যদের অংশগ্রহণ সবচেয়ে বেশি হয়।
- ক্রম ও ইয়েটন আটটি বিষয় তালিকাভুক্ত করেন যেগুলো উপযুক্ত সিদ্ধান্ত গ্রহণ প্রক্রিয়া নির্ধারণ করার জন্য নেতাকে বিবেচনা করতে বলা হয়।
- পরিস্থিতিমূলক ভাবধারা থেকে যেসব গবেষণা প্রসঙ্গ উত্থাপিত হয়েছে তাঁর মধ্যে নিযুক্ত (Appointed) ও উদ্ভূত (Emergent) নেতার প্রকৃতিগত পার্থক্যের প্রসঙ্গটি অন্যতম (হল্যান্ডার, ১৯৭৬)। নিযুক্ত নেতা উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষের কাছ থেকে নেতৃত্ব পান। পক্ষান্তরে, উদ্ভূত নেতা দলের সমর্থনলাভের মাধ্যমে নেতৃত্ব লাভ করেন
- Functions of Leader: Effective Leadership
 - ১। নির্বাহী হিসেবে নেতা ২. পরিকল্পক হিসেবে নেতা ৩. নীতি প্রণয়নকারী হিসেবে নেতা ৪. বিশেষজ্ঞ হিসেবে নেতা ৫. দলীয় সদস্যদের সম্পর্ক নিরূপনকারী হিসেবে নেতা ৬. পুরস্কার ও শাস্তি প্রদানকারী হিসেবে নেতা ৭. সদস্যগণের দায়িত্ব বহনকারী হিসেবে নেতা ৮. পিতার আসনে নেতা ৯. অন্যের ভুলের মাসুল দাতা হিসেবে নেতা ১০. বিচারক ও মধ্যস্থতাকারী হিসেবে নেতা ১১. দলের প্রতিনিধি হিসেবে নেতা ১২. মতাদর্শী হিসেবে নেতা ১৩. দলের প্রতীক হিসেবে নেতা
- Characteristics of Leadership:
 - ১। নেতাকে সর্বপ্রথম দলের সদস্যপদকে মুখ্য হিসেবে গণ্য করতে হবে।
 - ২। নেতাকে তাঁর অনুগামীদের আশা, আকাঙ্ক্ষা, মনোভাব, মূল্যবোধ, আদর্শ, ভয়ভীতি সবকিছু জানতে হবে।
 - ৩। নেতাকে তাঁর দলের লক্ষ্য ও চাহিদা অনুযায়ী বাস্তবমুখী পরিকল্পনা প্রণয়ন করতে হবে। দূরদৃষ্টি সম্পন্ন হতে হবে।
 - ৪। নেতাকে একজন ভালো সংগঠক ও ভালো প্রশাসক হতে হবে।
 - ৫। নেতাকে পরিস্থিতির বিভিন্ন বৈশিষ্ট্য ও তাঁর পরিবর্তনের সাথে সামঞ্জস্য বিধানে দক্ষ হতে হবে। উপযোজন ক্ষমতা শক্ত হতে হবে।
 - ৬। দলের কাঠামোর মধ্যস্থিত বিভিন্ন অংশের মধ্যে সাবলীল সম্পর্ক স্থাপন ও দলীয় মনোবল উন্নত রাখতে হবে।
 - নমনীয়তা থাকতে হবে।
 - ৭। সততা ও কর্মনিষ্ঠা থাকতে হবে। যাতে নেতা হিসেবে সবার কাছে গ্রহণযোগ্যতা থাকে। সিদ্ধান্ত গ্রহণে দক্ষ হতে হবে।
 - ৮। দলের সকল সদস্যের প্রতি সহমর্মিতা এবং আবেগীয় বুদ্ধিমত্তা থাকতে হবে।
 - ৯। জবাবদিহিতা ও দায়িত্ববোধ থাকতে হবে।
 - ১০। আত্মবিশ্বাস ও আত্মধারণা শক্তিশালী হতে হবে। অন্যকে ক্ষমতায়ন করার দক্ষতা থাকতে হবে।
 - ১১। ধৈর্যশক্তি ও অধ্যবসায় থাকতে হবে।

□ Types of Leadership:

1. Authoritarian Leadership (প্রভুত্ব-ব্যঞ্জক নেতৃত্ব) 2। Democratic Leadership (গণতান্ত্রিক নেতৃত্ব)
- According to Bartlett—3 types of leadership

1. Institutional Leader (প্রতিষ্ঠানগত নেতা) 2. Dominant Leader (কর্তৃত্বপূর্ণ নেতা) 3. Persuasive Leader (প্রবর্তক নেতা)

- According to Hollander, 1976- Two types of leadership
১। Appointed Leader (নিযুক্ত নেতা) 2. Emergent Leader (উদ্ভূত নেতা)
- Collective Leadership (সমষ্টিগত নেতৃত্ব) & Group Leadership (গোষ্ঠীগত)

□ গণযোগাযোগ ও যৌথ আচরণ

- সামাজিক আচরণের অন্যতম দিক মানুষের যৌথ আচরণ।
- ১৮৯৫ সালে প্রকাশিত লে'ব রচিত 'The Crowd' বা 'জনতা' শীর্ষক বইটি তার অন্যতম নিদর্শন।
- যৌথ আচরণ (Collective Behavior) বা গণআচরণ (Mass Behavior) বলতে জনগোষ্ঠীর সাদৃশ্যপূর্ণ অপেক্ষাকৃত পরিবর্তনশীল ও ক্ষণস্থায়ী আচরণ বুঝায়।
- জনতার আচরণ, গুজব, ফ্যাশন, জনমত, প্রচারণা ইত্যাদি যৌথ আচরণের দৃষ্টান্ত।

□ Public Opinion:

- সাধারণ অর্থে জনমত বলতে কোন বিষয়ে জনগণের মতামতকেই বোঝায়।
- ডুব (Doob), ১৯৪৬, এর মতে, কোন বিষয়ে একই দলভুক্ত জনগণের মনোভাবই জনমত।
- কার্টজ (Katz), ১৯৪৬ জনমতকে সংজ্ঞায়িত করতে গিয়ে উল্লেখ করেছেন, পারস্পরিক যোগাযোগ ও গণমাধ্যম দ্বারা একই দলে বসবাসকারী ব্যক্তিবর্গের নিকট গুরুত্বপূর্ণ কোন বিষয়ের প্রতি যে মতামত বা মনোভাব গড়ে উঠে তাকেই জনমত বলে।
- রয়টার (Reuter) এর মতে, কোন বিষয়ের উপর তথ্যের ভিত্তিতে আলোচনা ও বিতর্কের পর একমত হওয়াই হচ্ছে জনমত।
- Formation and Assessment of Public Opinion:
 - মতামত শিক্ষালব্ধ আচরণ এবং পরিবেশের বিভিন্ন উপাদানের প্রভাবে মতামতের গঠন ও পরিবর্তন হয়।
 - কিমবল ইয়ং (Kimball Young), 1956 সালে জনমত গঠনের প্রক্রিয়াটিকে মোট চারটি পর্যায়ে বা ধাপে বর্ণনা করেছেন। এগুলো হলো:
১। প্রথমে জনগোষ্ঠীর কাছে প্রাসঙ্গিক এবং গুরুত্বপূর্ণ একটি সমস্যা বা বিষয় থাকে।

২। দ্বিতীয় পর্যায়ে এই সমস্যার গুরুত্ব ও তার বিভিন্ন দিককে তুলে ধরার জন্য ব্যাপক আলোচনা হয়।

৩। তৃতীয় পর্যায়ে সমস্যাটির সমাধান নির্দেশিত হয় এবং সমাধানের পক্ষে ও বিপক্ষে বিভিন্ন মতামতের সূচনা হয়।

৪। শেষ পর্যায়ে সকলে একমত হয় অথবা অন্ততপক্ষে একটি সংখ্যাগরিষ্ঠ মতের (Majority Opinion) উদ্ভব হয়। এভাবে কোন বিষয়ের উপর জনমত গড়ে উঠে।

- জনমতের গঠন বয়স, লিঙ্গ, বুদ্ধিমত্তা, শিক্ষা, সামাজিক শ্রেণী, পেশা প্রভৃতি ব্যক্তিগত ও উপকৃষ্টিগত (Subcultural) উপাদানের উপর বিশেষভাবে নির্ভর করে।
- এসব উপাদান ছাড়াও আরও একটি শক্তিশালী উপাদান জনমত গঠনের অন্যতম প্রধান নির্ধারক হিসেবে কাজ করে সেটি হলো গণমাধ্যম (Mass Media).
- গণমাধ্যমের যেসব মাধ্যম জনমত গঠনে ব্যাপক ভূমিকা রাখে সেগুলো হলো:

১। সংবাদপত্র ও ম্যাগাজিন ২। বেতার ৩। টেলিভিশন ৪। চলচ্চিত্র

□ বিজ্ঞানসম্মতভাবে জনমত যাচাইয়ের জন্য বিভিন্ন পদ্ধতি অনুসরণ করা হয়। এগুলো হলোঃ

১। নমুনায়ন (Sampling) ২। প্রশ্নমালা পদ্ধতি (Questionaries) ৩। সাক্ষাৎকার পদ্ধতি (Interview) ৪। গণপর্যবেক্ষণ (Mass Observation) ৫। সুগভীর সাক্ষাৎকার (In-depth Interview) ৬। সমাজ বৈজ্ঞানিক বিশ্লেষণ (Sociological Analysis)

□ Propaganda (প্রচারণা):

- প্রচারণা শব্দটি ল্যাটিন প্রতিশব্দ Propagate থেকে এসেছে। Propagate শব্দের অর্থ হচ্ছে ‘জন্ম দেয়া’ বা ‘উৎপাদন করা’।
- ১৬৬২ খ্রিষ্টাব্দে রোমান ক্যাথলিক গির্জাসমূহের এক সম্মেলন হয়েছিলো এবং এই সম্মেলনকে বোঝাবার জন্য Propaganda কথাটি ব্যবহৃত হয়েছিল। শুরুতে ভালো অর্থে ব্যবহৃত হলেও পরবর্তীতে এটি অপ্রীতিকর শব্দ হিসেবে ব্যবহৃত হয় বা অর্জন করে।
- মনোবৈজ্ঞানিক অর্থে প্রচারণা একটি প্রবর্তণামূলক (Persuasive) প্রচেষ্টা।
- নিউকম্বের মতে, Propaganda is a systematic attempt, by means of mass communication, to influence attitudes.
- James Drever, এর মতে, প্রধানত অভিভাবন প্রক্রিয়া (Organized Effort) এবং আবেগ আত্মতুষ্টি শব্দ প্রয়োগের মাধ্যমে ব্যক্তি বা জনসাধারণের মধ্যে কোন বিশেষ মনোভাব সৃষ্টি করার উদ্দেশ্য সুসংগঠিত প্রচেষ্টাকে প্রচারণা বলে।

□ Techniques of Propaganda:

- প্রচারণা বিশ্লেষণের জন্য ১৯৩৭ সালে যুক্তরাষ্ট্রে একটি প্রচারণা প্রতিষ্ঠান প্রতিষ্ঠিত হয়। এর নাম Institute of Propaganda Analysis. এই প্রতিষ্ঠানে প্রচারনার বিভিন্ন কলাকৌশল তালিকাভুক্ত করার উদ্যোগ নেয়া হয়।
- Propaganda Techniques: নানাবিধ প্রচারণা পর্যালোচনা করে গবেষকগণ সাতটি প্রধান প্রচারণা কৌশল তালিকাবদ্ধ করেন। এগুলো হলো:

১। গালিগালাজ করা/মন্দ আখ্যা দেয়া (Name Calling)-ফ্যাসিষ্ট,চরমপন্থী

২। ইতিবাচক উক্তির ব্যাপক প্রয়োগ (Glittering Generality)-গণতন্ত্র, ন্যায়নীতি

৩। স্থানান্তর (Transfer)-দেশের পতাকার পটভূমিতে কোন ছবি প্রদর্শন

৪। প্রশংসাপত্র/ সাক্ষ্য (Testimonial)-কোন ব্যক্তির প্রশংসাসূচক উক্তি

৫। সহজ সরল মানুষের ভাবমূর্তি তুলে ধরা (Plain Folks)- পুরনো পোশাক

৬। পক্ষপাতিত্ব বা তথ্যবিকৃত/ মিথ্যার আশ্রয় নেয়া (Card Stacking)

৭। সমন্বরে আহ্বান/হুজোগ সৃষ্টিকরন (Band Wagon)

- ❖ Principles of Propaganda: যাদের কাছে প্রচারণা করা হচ্ছে তাঁদের বৈশিষ্ট্য, প্রচারণার বিষয়বস্তু ও কৌশলগত বিশেষত্ব এবং পরিস্থিতি ও পরিবেশগত বিভিন্ন উপাদানের প্রভাবে প্রচারণার ফলপ্রসূতা নির্ণীত হয়। তবে প্রচারণাকে কার্যকর করার জন্য নিম্নলিখিত নীতিগুলো লক্ষ্য রাখতে হবে।

১। যাদের কাছে প্রচারণা করা হচ্ছে তাদের চাহিদা, ব্যর্থতা, দুশ্চিন্তা ইত্যাদি বিষয় প্রচারনাকারীকে বিবেচনা করতে হবে।

২। জনগণের মনোভাব, মূল্যবোধ, সামাজিক আদর্শমান ইত্যাদির প্রতি প্রচারনাকারীকে সংবেদনশীল হতে হবে।

- ৩। যাদের কাছে প্রচারণা করা হচ্ছে তাদের বয়স, বুদ্ধিমত্তা, শিক্ষা প্রভৃতি বৈশিষ্ট্যের সাথে প্রচারণাটি সামঞ্জস্যপূর্ণ হতে হবে।
- ৪। প্রচারণাকারীর প্রচারণা গ্রহণকারীদের সাথে একাত্মতা অনুভব করা বাঞ্ছনীয়।
- ৫। প্রচারণাটি পুনঃ পুনঃ প্রচারের ব্যবস্থা করা প্রয়োজন।
- ৬। প্রচারণা কৌশল নির্বাচনে প্রচারণাকারীকে বিশেষভাবে মনোযোগী হতে হবে।
- ৭। প্রত্যেক প্রচারণারই প্রতিযোগিতা বা প্রতিপক্ষ থাকে। এসব কৌশলে প্রতিহত করতে জানতে হবে।
- ৮। প্রচারণায় মনোযোগ আকর্ষণের উপাদান থাকতে হবে। নতুনত্ব, বর্ণাঢ্যতা থাকতে হবে।
- ৯। প্রচারণাকে ফলপ্রসূ করবার জন্য উপযোগী গণমাধ্যম নির্বাচন করা আবশ্যিক। একাধিক গণমাধ্যম অধিক সংখ্যক জনগোষ্ঠীর আকর্ষণে সহায়ক হবে।
- ১০। সর্বোপরি প্রচারণাটি বিশ্বাসযোগ্য হতে হবে। প্রচারণার বিষয় বা সামগ্রী সম্পর্কে মিথ্যাচার শুধু যে নীতিবিরুদ্ধ তাই নয়, মিথ্যাভাষণ প্রচারণার প্রতি জনগণের মনে আস্থাহীনতা ও বিরূপ প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করে।

❑ Rumor

- যৌথ আচরণগুলোর মধ্যে অন্যতম ও অত্যন্ত আগ্রহোদ্দীপক একটি সামাজিক আচরণের নাম গুজব।
- অতি দ্রুত প্রচারিত প্রমাণবিহীন আচরণকে গুজব বলা হয়।
- ২য় বিশ্বযুদ্ধের সময় আমেরিকার বোস্টন শহরে গুজব চিকিৎসালয় (Rumor Clinic) নামক কেন্দ্র খোলা হয়।
- সমাজ মনোবিজ্ঞানী গর্ডন অলপোর্ট এবং লিও পোস্টম্যান, ১৯৪৭ তাঁদের গবেষণালব্ধ গ্রন্থ The Psychology of Rumor নামক গ্রন্থে গুজবকে নির্ভরযোগ্য তথ্যবিহীন মুখে মুখে প্রচারিত একটি বক্তব্য হিসেবে উল্লেখ করেছেন।
- গুজবের অন্যতম বৈশিষ্ট্য এগুলো গুরুত্বপূর্ণ ও অস্পষ্ট থাকে। প্রেমাণা ও থাকে।
- ❖ গুজবের সঞ্চালন প্রক্রিয়া: অলপোর্ট ও পোস্টম্যান তথ্য পরিবর্তনের অন্তর্নিহিত তিনটি প্রক্রিয়ার কথা বলেছেন। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। মসৃণীকরণ/সমতলকরণ (Leveling) ২। তীক্ষ্ণকরণ (Sharpening) ৩। সুসামঞ্জস্যকরণ/ অংগীভূতকরণ (Assimilation)
- গুজব ব্যক্তিবর্গের প্রেমাণা ও আবেগের অভিক্ষেপন স্বরূপ। গুজব মানুষের চাহিদা বা আশাআকাংখার একপ্রকার প্রকাশ।
- গুজব মানুষের সুপ্ত আকাজক্ষা ও পূর্বসংস্কার প্রকাশের সুযোগ ঘটায়।
- অলপোর্ট ও পোস্টম্যান আমেরিকার বিভিন্ন অঞ্চল থেকে ১০০০টি গুজবকে বিশ্লেষণ করে দেখেন যে, Hostility Rumor 66%, Fear Rumor 25%, Wish Rumor 2%, Unclassified 7%.

❑ Prejudice

- জাতিগত, ধর্মগত, বা সংখ্যাগতভাবে ভিন্ন কোন সম্প্রদায়ের সদস্যদের প্রতি বিদ্বেষ বা পক্ষপাতমূলক মনোভাবকে সাধারণত পূর্বসংস্কার বলা হয়।
- সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের প্রতি সংখ্যাগরিষ্ঠের নেতিবাচক মনোভাব বা বহির্দলের প্রতি অন্তর্দলের সদস্যদের বিরূপ প্রতিক্রিয়াকে সচরাচর পূর্বসংস্কার হিসেবে চিহ্নিত করা হয়। এ ধরনের মনোভাবের পিছনে কোন নির্ভরযোগ্য তথ্য বা যুক্তি থাকে না।
- পৃথকীকরণ (Discrimination) এবং বিদ্বেষ (চিহ্নিত)- এ দুটি পূর্বসংস্কারের প্রকৃতিগত বৈশিষ্ট্য।

- যুক্তরাষ্ট্রে নিগ্রো ও শ্বেতাঙ্গদের মধ্যে বর্ণসম্বন্ধীয় পূর্বসংস্কার সর্বজনবিদিত।
 - বাংলাদেশে তেমন জোড়ালো পূর্বসংস্কার না থাকলেও ছোটখাট কিছু রয়েছে।
 - সংক্ষেপে, পূর্বসংস্কার কোন বিশেষ বৈশিষ্ট্যসম্পন্ন দলের সদস্যদের প্রতি অসম বৈশিষ্ট্যসম্পন্ন ব্যক্তিবর্গের পক্ষপাতিত্বপূর্ণ মনোভাব যা তাঁদের চিন্তন, প্রত্যক্ষণ, অনুভূতি ও কাজে প্রতিফলিত হয়।
 - অন্যান্য সকল মনোভাবের মতো পূর্বসংস্কার শিক্ষালব্ধ।
 - পরিবার, বিদ্যালয় ও অন্যান্য সামাজিক দলের সদস্যদের সাথে আন্তঃক্রিয়ার মাধ্যমে ব্যক্তি তাঁদের কাছ থেকে অন্যান্য আচরণের মতো পূর্বসংস্কারও শিখে থাকে।
 - পূর্বসংস্কারকে কেন্দ্র করে বিভিন্ন চিরায়ত বা বদ্ধমূল ধারণার (Stereotypes) সৃষ্টি করে।
 - হার্টলে ও হার্টলে (১৯৫২) জাতিগত পূর্বসংস্কার বিকাশকে পৃথকীকরণ (Differentiation), শনাক্তকরণ (Identification) এবং মূল্যায়ন (Evaluation) এই তিনটি পর্যায়ে বিভক্ত করেছেন।
 - সাধারণত মুখ্য দলের সদস্যরা পূর্বসংস্কার শিক্ষণে প্রধান ভূমিকা পালন করে।
 - বিভিন্ন প্রক্রিয়ায় শ্রেণী বৈষম্য লালনের মাধ্যমে পূর্বসংস্কার ধীরে ধীরে কৃষ্টিগত বৈশিষ্ট্য রূপান্তরিত হয়।
 - সমাজীকরণের মাধ্যমে শিশুরা কৃষ্টির সাথে অঙ্গীভূত এসব পূর্বসংস্কার বংশ পরম্পরায় শিখে থাকে।
- ❖ পূর্বসংস্কার হ্রাসের উপায়: পূর্বসংস্কার শিক্ষালব্ধ আচরণ। কাজেই এই আচরণ পরিবর্তনযোগ্য। পূর্বসংস্কার হ্রাসের অনেকগুলো উপায় আছে। এগুলো হলো:
- ১। পারস্পরিক যোগাযোগ
 - ২। প্রাসঙ্গিক আইন
 - ৩। একত্রে বসবাস
 - ৪। আন্তঃকৃষ্টিমূলক শিক্ষা
 - ৫। গণমাধ্যম
 - ৬। সম্মিলিত উদ্যোগ
 - ৭। ধারণা ও কর্মের মধ্যে সামঞ্জস্যহীনতা

❑ References

Social Psychology, Secord & Backman

আধুনিক সমাজ মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. হামিদা আখতার বানু

সমাজ মনোবিজ্ঞান, প্রফেসর ড. জহিরুল হক

Social Psychology, Sargent and Williamson

Class-08
Class Overview
Abnormal Psychology

The Concept of Normality and Abnormality in Behavior.

Relation of Abnormal Psychology with Clinical Psychology

Psychiatry and Mental Health

Biological, Psychological, and Socio-Cultural Causal factors of Abnormal Behavior

□ অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞান

- According to Rogen & Gregory, 1965, Abnormal psychology is the application of the methods, concepts, principles, and findings of general psychology-primarily, the psychology of learning and development, and social psychology-to deviant behaviors and experiences. (অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞান হচ্ছে মানুষের বিচ্যুত বা ব্যতিক্রম ধর্মী আচরণের ব্যাখ্যা ও বিশ্লেষণে সাধারণ মনোবিজ্ঞান ও সামাজিক মনোবিজ্ঞানের পদ্ধতি, ধারণা, নীতি ও ফলাফল প্রয়োগ করা।)
- অস্বাভাবিক আচরণকে নির্দেশ করতে গিয়ে বহু ধরনের শব্দ ব্যবহার করা হয়। এগুলো হচ্ছে: আচরণের বিচ্যুতি (Behavior Deviation), মানসিক বিচ্যুতি (Psychological Deviation), আচরণের বিশৃঙ্খলা (Behavior Disorders), মানসিক বিশৃঙ্খলা (Psychological Disturbance) ইত্যাদি।
- মৃদু মানসিক অসুস্থতাকে বোঝানোর জন্য আবেগীয় গোলযোগ (Emotional Disturbance) বা আবেগীয় বিকৃতি (Emotional Disorder) ব্যবহার করা হয়।
- শাব্দিক অর্থে Abnormal শব্দটিকে Ab যার অর্থ হচ্ছে Away; এবং Normal যার অর্থ স্বাভাবিক। সুতরাং Abnormal শব্দের অর্থ হচ্ছে স্বাভাবিক থেকে বহির্ভূত বা অস্বাভাবিক।
- অস্বাভাবিক আচরণকে বুঝাতে গিয়ে অনেকেই আচরণের বিকৃতি (Behavior Pathology) কথাগুলো ব্যবহার করেন।
- আচরণ বিকৃতি (Behavior Disorder) ও চরিত্র বিকৃতি (Conduct Behavior) একটি বিশেষ ক্ষেত্রে সীমাবদ্ধ শব্দ।
- আচরণের অস্বাভাবিকতা মূলত তথ্য ও গাণিতিক বিচ্যুতি (Statistical Deviation) এর মাধ্যমে দেখা যায়।
- তথ্য ও গাণিতিক সংখ্যার দিক থেকে যে আচরণগুলো বহুল প্রচলিত এবং সমাজে অধিকাংশ লোকের ক্ষেত্রে যে আচরণ দেখা যায় তাই স্বাভাবিক আচরণ এবং যেসব আচরণ বিরল তা হলো অস্বাভাবিক।
- The Patterns of Psychological Abnormality are typically deviant (different, extreme, unusual, perhaps even bizarre), Distressing (unpleasant and upsetting to the person), Dysfunctional (interfering with the person's ability to conduct daily activities in a constructive way), and possibly dangerous.
- So, the Abnormal Psychology is the scientific study of abnormal behavior undertaken to describe, predict, explain, and change abnormal patterns of functioning.

□ অস্বাভাবিকতা নির্ধারণের মানদণ্ড:

১। অস্বাভাবিকতা ২। সামাজিক বিচ্যুতি ৩। বাস্তবতার ভ্রান্ত প্রত্যক্ষণ ও ব্যাখ্যা ৪। তাৎপর্যপূর্ণ ব্যক্তিগত কষ্ট ৫। অভিযোজনহীনতা বা ধ্বংসাত্মক আচরণ ৬। ক্ষতিকর বা আক্রমণাত্মক আচরণ

□ অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞানের বিষয়বস্তু:

- ১। মানসিক রোগ বা মনোবিকৃতির বর্ণনা ও শ্রেণীবিভাগ
- ২। মনোবিকৃতির বিকাশ ও গতিশীলতা
- ৩। মনোবিকৃতির কারণ নির্ণয়

৪। মূল্যায়ন (Evaluation)

৫। চিকিৎসা (Treatment)

৬। মানসিক স্বাস্থ্য ও মানসিক রোগের প্রতিরোধ

❑ Concept of Normality and Abnormality:

- Normal Behaviors: Normal is seen as a good thing, something that is natural, regular, or routine.
- Abnormal Behaviors: Abnormal is any kind of activity that a person sees as bad behavior or something that is not common. It can be defined as a birth defect to a mental illness.
- ❖ Characteristics of Normal Behavior: Jahoda (1958), attempted to establish what is abnormal by identifying the characteristics of people who are normal. She identified Six characteristics of mental health.
 1. Efficient self-perception
 2. Realistic Self-esteem and acceptance
 3. Voluntary control of behavior
 4. True perception of the world
 5. Sustaining relationships and giving affection
 6. Self-direction and productivity

❑ Characteristics of Abnormal Behavior:

- The 4 “Ds” of Abnormality
- D-Dysfunction: Behaviors and feeling are dysfunctional when they interfere with person’s ability to function in daily life, to hold a job, or from relationships.
- D-Distress: Behaviors and feelings that cause distress to the individual or to others around him or her are considered abnormal.
- D-Deviant: Highly deviant behaviors like chronic lying or stealing lead to judgements of abnormality. A significant departure from social, cultural, or statistical norms.
- D-Dangerous: Behaviors and feelings that are potentially harmful to an individual or the individuals around them are seen as abnormal.
- Normal and abnormal behavior differs from one person to another. It may be normal for one person to talk to themselves while another person finds this abnormal.

❑ Models of Normal and Abnormal Behavior:

- Physiological or Biological Model- Neurotransmitter, Serotonin
- Behavioral Model-Environment
- Psychodynamic model- Repressed Emotions
- Cognitive Model- Cognitive distortions or Dysfunctions

❑ Research Methods in Abnormal Psychology:

1. Scientific Method (Hypothesis)
2. Naturalistic Observation
3. Correlational Method
4. Longitudinal Method
5. Experimental Method (Variables)
6. Epidemiological Studies (Incidence & Prevalence)

7. Kinship Studies (Genotype & Phenotype)
8. Case Studies
9. Twin Studies

❑ Relation of Abnormal Psychology with Clinical psychology:

- মনোবিজ্ঞানের যে শাখা অস্বভাবী আচরণ নির্ণয় ও নিরাময়ের জন্য মনস্তাত্ত্বিক জ্ঞান ও নীতি সমূহকে বাস্তবে প্রয়োগ করে, সেই শাখাকেই চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান (Clinical Psychology) বলে। অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞানের ফলিৎ বা প্রয়োগমূলক দিকটাই হচ্ছে চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান।
- অস্বভাবী মনোবিজ্ঞান অস্বভাবী আচরণ সম্পর্কে মৌলিক জ্ঞান আহরণ করে এ সম্পর্কে সাধারণ সূত্র ও তত্ত্ব প্রণয়ন করেন, অন্যদিকে, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানীরা প্রাপ্ত তাত্ত্বিক জ্ঞান ও সূত্রসমূহকে বাস্তবে মানসিক রোগ নির্ণয় ও নিরাময়ের জন্য ব্যবহার করেন।
- অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানীরা একই শ্রেণির রোগীদের বিভিন্ন বৈশিষ্ট্য পর্যালোচনা করে একটি সাধারণীকরণ (Generalized) ও বিমূর্ত (Abstract) ধারণা গঠন করে। অন্যদিকে, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানীরা এই সাধারণীকৃত তাত্ত্বিক ধারণার নিরিখে একটি বিশেষ রোগীর সমস্যা সনাক্ত করেন ও তা সমাধানের চেষ্টা করেন।
- চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানীরা সাধারণত মনোচিকিৎসা (Psychotherapy) এর মাধ্যমে মানসিক রোগের চিকিৎসা দিয়ে থাকেন।
- একজন চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী হতে হলে সাধারণত চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানে পিএইচডি ডিগ্রী অথবা সমমান ডিগ্রী থাকতে হয় এবং মূল্যায়ন ও রোগ নির্ণয়ের দক্ষতা থাকতে হয়।

❑ Relation of Abnormal Psychology with Psychiatry:

- চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানের একটি বিশেষ শাখাকে সাইকিয়াট্রি বলা হয়। মনোরোগ নির্ণয় ও মনোরোগ নিরাময়কে কেন্দ্র করেই চিকিৎসা বিজ্ঞানে এই শাখার উদ্ভব।
- প্রথমদিকে মূলত সাইকিয়াট্রিস্টরাই মনোরোগ আক্রান্ত ব্যক্তিদের চিকিৎসা করতেন। এবং এর উৎপত্তি অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানের অনেক আগে।
- চিকিৎসা মৌলিক শিক্ষা লাভের পর মনোরোগবিদ্যায় বিশেষ প্রশিক্ষণ গ্রহণ করে একজন চিকিৎসক সাইকিয়াট্রিস্ট হতে পারেন। অন্যদিকে, মনোবিজ্ঞানে উচ্চশিক্ষা লাভের পর যিনি আচরণ বৈকল্য সংক্রান্ত জ্ঞানচর্চায় নিয়োজিত হন তাকেই অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানী বলে।
- প্রশিক্ষণের পার্থক্যের জন্যই একজন সাইকিয়াট্রিস্ট দেহতাত্ত্বিক (Somatogenic) দৃষ্টিভঙ্গি গ্রহণ করেন এবং এর মূল কথা হলো দেহের ত্রুটি বিচ্যুতি বা রোগ ব্যাধির জন্যই মনোরোগের সৃষ্টি হয় বলে তাঁরা মনে করেন এবং দেহভিত্তিক চিকিৎসা পদ্ধতি প্রয়োগ করেন। অপর পক্ষে, অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানীরা মনস্তাত্ত্বিক (Psychogenic) দৃষ্টিভঙ্গি গ্রহণ করেন। তাঁদের মতে, মনোসামাজিক কারণে মনোরোগের সৃষ্টি হয় বলে মনে করেন এবং মনোরোগ চিকিৎসার জন্য মনোচিকিৎসা পদ্ধতি প্রয়োগের উপর গুরুত্ব আরোপ করেন।
- সাইকিয়াট্রিস্টগণ সাধারণতঃ সাইকো-একটিভ ড্রাগ বা মনোসক্রিয়ক ঔষধ ব্যবস্থা করেন যার মাধ্যমে অস্বাভাবিক অনুভূতি ও আচরণ পরিবর্তন করা যায়।

❑ Relation of Abnormal Psychology with Mental Health:

- মানসিক স্বাস্থ্য বলতে একটি সামগ্রিক সুস্থতাকে বোঝায় যেখানে একজন ব্যক্তি তাঁর নিজের ক্ষমতাকে উপলব্ধি করতে পারে, উৎপাদনশীলভাবে কাজ করতে পারে এবং সমাজে অবদান রাখতে পারে। এটি আবেগিক, মনস্তাত্ত্বিক এবং সামাজিক সুস্থতার সমন্বয়, যা আমাদের চিন্তা, অনুভূতি ও আচরণকে প্রভাবিত করে এবং দৈনন্দিন জীবনে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।
1. Understanding Disorders 2. Diagnosis and Treatment 3. Promoting well-being 4. A focus on distress
- ❖ অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানের ঐতিহাসিক পটভূমি: অস্বভাবী মনোবিজ্ঞানের বিকাশ ঘটেছে আধুনিক যুগে, কিন্তু গোড়াপত্তন হয়েছে প্রাচীন যুগে।

- ১। প্রাচীন প্রেততত্ত্ব: স্বভাবতই অজ্ঞ ও কুসংস্কারে আচ্ছন্ন প্রাচীন লোকেরা মানসিক রোগকে প্রেত্মার কীর্তিরূপে মনে করতো। দুষ্টি আত্মার দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিদের চিকিৎসার জন্য ঝাড়ফুক, মন্ত্রপাঠ, সমবেত প্রার্থনা ইত্যাদির ব্যবস্থা করা হতো। বেত্রাঘাত, আগুনের ছেকা দেয়া, শীতল বা উষ্ণ জলে রোগীকে নিমজ্জিত করা হতো।
- প্রায় পাঁচ লক্ষ বছর আগে প্রাচীন মানুষদের মধ্যে ট্রেফিনিজম (Trephining) নামে অদ্ভুত চিকিৎসা পদ্ধতি ছিলো। মানসিক রোগীদের মাথার খুলিতে ধারালো পাথরের অস্ত্র দিয়ে ফুটো করে এই চিকিৎসা দেয়া হতো।
- ২। প্রাচীনকালের বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভঙ্গি: মানসিক রোগ সম্পর্কে প্রথম বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভঙ্গির অবতারণা করেছেন হিপোক্রেয়াটস (Hippocrates 460-377 AD)। তিনি প্রেততত্ত্বকে সম্পর্গরূপে ভিত্তিহীন ও অমূলক বলে বাতিল করেছেন এবং বলেছেন মানসিক ক্রিয়াকলাপের মূল কেন্দ্র হলো মস্তিষ্ক।
- হিপোক্রেয়াটস মানসিক রোগকে তিনভাগে ভাগ করেছেন। এগুলো হলো:
- ১। বাতিক রোগ (Mania) ২। বিষাদ রোগ (Melancholia) ৩। ব্যক্তিত্বের গোলযোগ (Phrenities)। হিস্টরিয়া রোগের কথাও তিনি বলে গিয়েছেন।
- এছাড়া এরিস্টটল, প্লেটো, আসলেপিয়াডেস, আরেটিয়াস, গ্যালেন সবাই মানসিক রোগ সম্পর্কে তাঁদের লেখায় বলে গিয়েছেন।
- ৩। কুসংস্কারাচ্ছন্ন মধ্যযুগ: মানব সভ্যতার ইতিহাসে মধ্যযুগকে একটি তমসচ্ছন্ন অধ্যায় বলা হয়। তবে এই যুগে দুইজন উজ্জ্বল নক্ষত্রের কথা উল্লেখ করা যায়। এরা হচ্ছেন, পারস্যের গ্যালেন খ্যাত বাগদাদ হাসপাতালের প্রধান চিকিৎসক আল রাজী এবং চিকিৎসা শাস্ত্রের রাজকুমার খ্যাত আবু সিনা। তাঁরা দুজনেই হিপোক্রেয়াটসের দৃষ্টিভঙ্গি নিয়েছেন এবং এ ক্ষেত্রে অনেক অবদান রেখেছেন।
- ৪। মধ্যযুগীয় ডাইনীতত্ত্ব: প্রথমদিকে মনে করা হতো যে মানুষ দুরকম ভাবে শয়তানের খপ্পরে পরে। এগুলো হচ্ছে, পাপাচার ও দুষ্কর্ম থেকে যারা ঈশ্বরের আশীর্বাদ থেকে বঞ্চিত হয় তারাই শয়তানের খপ্পরে পরে, এবং কিছু সংখ্যক লোক নিজেরাই স্বেচ্ছায় শয়তানের সাথে চুক্তি করে।
- ১৪৮৪ সালে তৎকালীন পোপ এক আদেশনামা জারী করে ডাইনি ও পিশাচদের অনুসন্ধান করে কঠোর শাস্তিদানের নির্দেশ দেন।
- ৫। উদার ও মানবিক দৃষ্টিভঙ্গির প্রবর্তন: অষ্টাদশ শতকে এর কিছুটা উন্নতি হয়। ফ্রান্সের পিলিপ পাইনেল ফ্রান্সে বিপ্লোবোত্তর লা বাইসেট্রি হাসপাতালের দায়িত্ব নেন এবং মানসিক রোগীদের সুচিকিৎসা এবং ভালো খাবারের ব্যবস্থা করেন। এরপর তিনি সালাপিয়াট্রি হাসপাতালের দায়িত্ব নেন এবং সেখানেও এই ব্যবস্থা চালু করেন যা আধুনিক মানসিক মানসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থার শুরু নির্দেশ করে।
- ইংল্যান্ডের একদল ধর্মীয় নীতিবাদী মানবীয় মূল্যবোধ প্রতিষ্ঠার জন্য বন্ধু সমাজ নামে একটি সংস্থা গঠন করেন এবং এই সংস্থার একজন সদস্য উইলিয়াম টুক 'ইয়র্ক রিট্রিটি' নামের ইংল্যান্ডের একটি হাসপাতালে এই ব্যবস্থা চালু করেন।
- আম্রিকার স্কুল শিক্ষিকা মিস ডরোথি ডিস্ক এর প্রচেষ্টায় ম্যাসাচুসেটসে মানসিক রোগীদের রক্ষনাবেক্ষণ ও চিকিৎসা বিষয়ে প্রথম আইন পাস হয়।
- বিংশ শতাব্দীর গোঁড়ার দিকে মানসিক স্বাস্থ্য আন্দোলন গড়ে উঠে। এই আন্দোলনের সাথে ক্লিফোর্ড বিয়ার্সের নাম অবিচ্ছেদ্যভাবে জড়িত। তাঁর বিখ্যাত গ্রন্থ A mind that found itself তে অভিজ্ঞতাগুলো লিপিবদ্ধ করেছেন।
- ৬। আধুনিক বৈজ্ঞানিক ধারণা:
- ক। দেহাত্ত্বিক মতবাদ: Somatogenic থেকে মূলত এই তত্ত্বের সূচনা। হিপোক্রেয়াটস, জার্মান চিকিৎসক গ্রিসিঞ্জার, ফ্রান্সের মোরেল, ব্রিটেনের হেনরি মডসলী, এমিল ক্রেপলিন এরা দেহাত্ত্বিক মতবাদে বিশ্বাসী ছিলেন।
- খ। মনস্তাত্ত্বিক মতবাদ: Psychogenic থেকে এই তত্ত্বের উৎপত্তি। মেসমার, ইংল্যান্ডের মনঃচিকিৎসক জেমস ব্রেইড, ফ্রান্সের শারকো, পি জ্যানোট, সিগমন্ড ফ্রয়েড, কার্ল ইয়ুং, এরিক ফ্রম, আইভান প্যাভলভ সবাই এই তত্ত্ব বিশ্বাসী ছিলেন।
- গ। সমগ্রতা মতবাদ: এই তত্ত্বকে Psycho-somatic ও বলা হয়। আমেরিকান মনঃচিকিৎসক এ্যাডলফ মায়ার এই তত্ত্বের প্রবক্তা।
- ❖ অস্বাভাবিক আচরণের শ্রেণিবিভাগ: অস্বাভাবিক আচরণের শ্রেণীবিভাগ করার কাজটি বেশ জটিল ও দূরহ। এই অসুবিধা দূর করার জন্য আমেরিকার মনঃচিকিৎসক সমিতি (American Psychiatric Association-APA) ১৯৫২ সালে একটি সমন্বিত শ্রেণীবিভাগ করেন।

- APA প্রদত্ত শ্রেণীবিভাগকে “Diagnostic and Statistical Manual-Mental Disorder” বা সংক্ষেপে DSM নামে আখ্যায়িত করা হয়। APA প্রদত্ত শ্রেণীবিভাগ অবশ্য নতুন প্রাপ্ত তথ্যের ভিত্তিতে প্রতিনিয়ত পরিশোধিত ও পরিবর্তিত হচ্ছে।
- DSM-5 মে/২০১৩ সালে প্রণয়ন করা হয়। তবে, বর্তমানে DSM-5-TR প্রণয়ন করা হয়েছে যা মার্চ/২০২২ সালে করা হয়।
- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (World Health Organization-WHO) সমস্ত বিশ্ব ব্যাপী পরিদৃষ্ট রোগ ব্যাধির যে তালিকা করেছেন সেটাকে ICD (International Classification of Diseases বা রোগের আন্তর্জাতিক শ্রেণীবিভাগ) করেছেন। প্রাপ্ত নতুন তথ্যের ভিত্তিতে এটিও মাঝে মাঝে সংশোধন ও পরিবর্তন করে উপস্থাপন করা হয়।
- বর্তমানে ICD-11 কার্যকর রয়েছে। এটি প্রণয়ন করা হয় ২৫ মে ২০১৯ এবং কার্যকর হয়েছে পহেলা জানুয়ারি ২০২২ সালে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার এই তালিকায় মনোরোগ সংক্রান্ত একটি উপবিভাগ রয়েছে।
- DSM-5-TR ও ICD-11 এর অন্তর্ভুক্ত মনোরোগ তালিকার মধ্যে বেশ কিছু গড়মিল রয়েছে।

❑ Causes of Abnormal Behavior:

- বিজ্ঞানের অগ্রগতি ঘটনার কার্য-কারণ সূত্র অথবা তত্ত্ব বিকাশে সাহায্য করেছে।
- একটি কারণের সাহায্যে কোনো কোনো ঘটনাকে ব্যাখ্যা করা যায়, আবার কোন কোন ঘটনায় একাধিক কারণের প্রভাব লক্ষ্য করা যায়।
- সুতরাং কোনো ঘটনার কারণ সম্বন্ধে আমাদের সিদ্ধান্ত যে সঠিক হবে তাঁর কোনো কারণ নাই।
- বিভিন্ন কারণের একযোগে সম্মিলিত ক্রিয়ার ফলেই কোন অস্বাভাবিক আচরণের উৎপত্তি হয়। সেজন্যই এগুলোকে কারণগত উপাদান বা Casual Factors বলে।
- ❖ কারণগত উপাদান বা (Casual Factors) গুলোর প্রভাব বিস্তার করার বৈশিষ্ট্য অনুসারে কারণগত উপাদানগুলোকে তিন ভাগে ভাগ করা হয়েছে। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। প্রবণতামূলক উপাদান (Predisposing Factors): যে সমস্ত কারণগত উপাদান ব্যক্তির মধ্যে এমন একটি দুর্বলতার সৃষ্টি করে যে পরবর্তিকালে যে কোন সময় সে অস্বাভাবিক আচরণে আক্রান্ত হতে পারে তাকে প্রবণতামূলক উপাদান বলে। অর্থাৎ উপাদানগুলো রোগ সৃষ্টির জন্য ব্যক্তির মধ্যে প্রস্তুতি রাখে।
 - ২। সংঘটক উপাদান (Precipitating Factors): যে সব পীড়নমূলক ঘটনা, পরিস্থিতি বা অবস্থা তাৎক্ষণিক ব্যক্তির মধ্যে মনোরোগের উৎপত্তি ঘটায় সেগুলোকে সংঘটক বলে। প্রিয়জনের মৃত্যু, তীব্র দ্বন্দ্ব, হতাশা সংঘটক হতে পারে।
 - ৩। বলীয়ানকারী উপাদান (Reinforcing/ Perpetuating Factors): যে সমস্ত উপাদান অস্বাভাবিক আচরণকে জোরদার করে বা উপসর্গকে টিকিয়ে রাখে, সেগুলোকে বলীয়ানকারী উপাদান বলে।
- প্রধান ভূমিকা পালনকারী উপাদানগুলো কোন কোন সময় মুখ্য কারণগত উপাদান বা Primary Casual Factors বলে। উল্লেখ্য যে একই কারণগত উপাদান কোন কোন সময় প্রবণতামূলক কারণ রূপে কাজ করে, আবার কোন কোন সময় সংঘটকরূপে কাজ করে।
- কারণগত উপাদানগুলো জীবনের বিভিন্ন অবস্থা থেকে উৎপন্ন হয়। উৎপত্তিস্থল বিবেচনা করে কারণগত উপাদানগুলো বিভিন্ন ভাগে বিভক্ত।
- তবে অস্বাভাবিক আচরণের কারণগুলিকে ব্যাপকভাবে চার ভাগে ভাগ করা যেতে পারে। এগুলো হলো:
 - ১। বংশগতি সম্পর্কীয় (Hereditary)
 - ২। শারীরবৃত্তীয় (Biological)
 - ৩। মানসিক (Psychological)
 - ৪। সামাজিক (Sociological)

❑ Biological Causes of Abnormal Behavior:

1. Heredity (Down's Syndrome)
2. Body Constitution (a. Physique b. Difference in autonomic reactivity c. Emotional Disposition)
3. Glandular Dysfunction (Thyroid, Adrenal, Gonads)
4. Bio-Chemical factors (Norepinephrine, Serotonin, Dopamine)
5. Physical Handicap (Congenital, Accident)

6. Brain Pathology (Drug, Brain injury, disease, excitatory & inhibitory process)

❑ Psychological Causes of Abnormal Behavior:

- ১। শিক্ষণ
- ক। সাপেক্ষীকরণ
- খ। করণ সাপেক্ষীকরণ
- ২। মানসিক চাপ
- ৩। হতাশা, অতি সন্তুষ্টিবিধান এবং আত্মরক্ষা কৌশল
- ৪। মানসিক বঞ্চনা

❑ Psycho-social Causes of Abnormal Behavior:

- ১। শৈশবকালীন মানসিক আঘাত
- ২। শৈশবকালীন স্নেহ প্রীতির বঞ্চনা
- ৩। ত্রুটিপূর্ণ পারিবারিক পরিবেশ
- ক। মাতা পিতার প্রত্যাখ্যান খ। মাতা পিতার অতিষ্করণ গ। মাতা পিতার প্রশ্রয়
- ঘ। সন্তান সম্পর্কে মাতা পিতার উচ্চাশা ঙ। মাতা পিতার ত্রুটিপূর্ণ আদর্শ অনুকরণ
- চ। পরিবারে কৃত্রিম পরিবেশ ছ। ভুল পরিবার ও কলহপূর্ণ পরিবার
- ৪। পীড়নমূলক পরিস্থিতি

❑ Social Causes of Abnormal Behavior:

- | | |
|---|---|
| ১। উপজাতি (Race) | ২। আদিবাসী বনাম মাইগ্রেশন |
| ৩। শহুরে বনাম গ্রামীণ পরিবেশ | ৪। যুদ্ধ |
| ৫। বেকারত্ব | ৬। গোষ্ঠী সংস্কার ও বৈষম্য |
| ৭। ব্যাধিগ্রস্ত সমাজ ও মূল্যবোধের অবক্ষয় | ৮। দ্রুত সামাজিক ও প্রযুক্তিগত পরিবর্তন |

❑ References

Abnormal Psychology, King; Johnson; Davison; Neale

Abnormal Psychology, Comer and Comer

অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞান, মানসিক ব্যাধির লক্ষণ কারণ এবং আধুনিক চিকিৎসা পদ্ধতি; অধ্যাপক নীহাররঞ্জন সরকার ও ডা. তনুজা সরকার
অস্বাভাবী মনোবিজ্ঞান,
প্রফেসর মঞ্জুর আহমদ
অস্বাভাবী মনোবিজ্ঞান, মোহাম্মদ সেলিম চৌধুরী ও মোঃ আমিনুল ইসলাম

Class-09
Class Overview
Abnormal Psychology

Anxiety-based disorders: Generalized Anxiety Disorder

Phobias

Somatoform and Dissociative Disorders: Conversion Disorder

Hypochondriasis

- আমেরিকার মনোচিকিৎসাবিদ সমিতি কর্তৃক মনোরোগের আধুনিক শ্রেণিবিভাগে উদ্বেগ গোলযোগ বা Anxiety Disorder এর কথা বলা হয়েছে নিউরোসিস বিভাগে। যদিও নিউরোসিস শব্দটি শ্রেণিবিভাগে এখন ব্যবহৃত হয়না।
- নিউরোসিস এর অর্থ হচ্ছে স্নায়ুবিকার। নিউরোসিস হচ্ছে মৃদু ধরনের বা লঘু প্রকৃতির মানসিক গোলযোগ।
- নিউরোসিস রোগীদের স্থান, কাল পাত্র জ্ঞান মোটামুটি ঠিক থাকে। ফলে তাঁরা সমাজে/পারিপার্শ্বিক পরিবেশে খাপ খেয়ে চলতে পারে।
- নিউরোসিস রোগীদের অন্তর্দৃষ্টি অক্ষুণ্ণ থাকে এবং এরা বিপদজনক হয়না।
- উদ্বেগ গোলযোগ বা Anxiety Disorder কয়েকপ্রকার হয়ে থাকে।
- ❖ উদ্বেগ গোলযোগ বা Anxiety Disorder চার ধরনের। এগুলো হলো:
 - ১। Generalized Anxiety Disorder (সাধারণীকৃত উদ্বেগ মানসিক গোলযোগ)
 - ২। Panic Disorder (আতংকাঘাত মানসিক গোলযোগ)
 - ৩। Phobic Disorder (আতঙ্কমূলক বা অমূলকভীতি মানসিক গোলযোগ)
 - ৪। Obsessive and Compulsive Disorder (বাধ্যকতামূলক বা বাতিকধর্মী গোলযোগ)
- এছাড়া আরও কিছু উদ্বেগ গোলযোগ রয়েছে। যেমন, Social Anxiety, Separation Anxiety, Childhood Anxiety ইত্যাদি।
- ❖ Anxiety-based Disorder
 - ১। Generalized Anxiety Disorder (সাধারণীকৃত উদ্বেগ মানসিক গোলযোগ):

এই রোগের উদ্বেগই হচ্ছে মূল উপসর্গ যা অতি তুচ্ছ বিষয় বা ঘটনাকে কেন্দ্র করে পুনঃপুনঃ উদ্বেগ বোধের মধ্যে দিয়ে প্রতিফলিত হয়, বা সার্বক্ষণিক রোগীর মনে পরিব্যপ্ত হয়ে থাকে। ফলে সর্বদাই রোগীর মধ্যে অস্বস্তি, অশান্তি, ও অস্থিরতা থাকে। সর্বসময় রোগীর মধ্যে এটা বজায় থাকে বলে একে বলা হয় মুক্ত ভাসমান উদ্বেগ বা Free Floating Anxiety।

- এই রোগে উদ্বেগের দুরকম অবস্থা পরলক্ষিত হয়। একটিকে বলা হয় ক্রনিক (Chronic Anxiety) বা স্বল্পমাত্রার স্থায়ী উদ্বেগ এবং অন্যটিকে বলে Acute Anxiety Attack বা তীব্র উদ্বেগের আক্রমণ।
- ❖ Symptoms of Generalized Anxiety Disorder:
 - ১। অতিরিক্ত ভয় বা অস্থিরতা যা ৬ মাস বা তাঁর চেয়ে বেশি দিন ধরে চলে।
 - ২। ব্যক্তির অস্থিরতা নিয়ন্ত্রণভাবে চলা
 - ৩। নিচের লক্ষণগুলোর মধ্যে ৩টি লক্ষণ ৬ মাস বা বেশি কোন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তির মধ্য অথবা ১টি লক্ষণ কোন শিশুর মধ্যে থাকলে তা এই রোগের আওতাধীন হবে।
 - ক। কোনো কিছু মনে না রাখতে পারা
 - খ। অস্থিরতা
 - গ। মনোযোগের সমস্যা
 - ঘ। বিরক্তিবোধ
 - ঙ। মাংসপেশিতে ব্যাথা বা শক্ত হওয়া
 - চ। ঘুমের সমস্যা
 - ৪। এই রোগ শারীরিক, সামাজিক ও পেশাগতভাবে ব্যক্তির স্বাভাবিক জীবনযাপন ব্যাহত করবে। এই রোগ বিষমতা রোগের সাথে ৫০-৭০% থাকে।

❖ Causes of General Anxiety Disorder:

- ১। বংশগতির প্রভাব ২। জৈব রাসায়নিক প্রভাব ৩। প্রজনন বিদ্যা অনুসারে
৪। পারিপার্শ্বিক প্রভাব ৫। মডেল অনুকরণ ৬। বিপদজনক তাড়না নিয়ন্ত্রণের অক্ষমতা
৭। পাপ ও অপরাধবোধ ৮। গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত গ্রহণে দ্বিধা ও দ্বন্দ্ব ৯। অতীত ঘটনামূলক অভিজ্ঞতা

❖ Assessment of Generalized Anxiety Disorder:

1. Bio-Chemical Assessment

2. Psychological Assessment

- ক। মনোবৈজ্ঞানিক মাপক খ। উদ্বেগ পরিমাপকের মাপক গ। এম. এম. পি. আই ঘ। ড্র এ পারসন টেস্ট
ঙ। বেনডার গেস্টাল টেস্ট চ। সাক্ষাৎকার ছ। পর্যবেক্ষণ

❖ Treatment of Generalized Anxiety Behavior:

1. Bio-Chemical treatment-ভিয়াজিপাম, এ্যালপ্রজোলাম, ইমিপ্রামাইন, বুসাপিরন

2. Psychological treatment

- ক। রিলাক্সেশন খ। উদ্বেগমূলক পরিস্থিতি মোকাবেলা (Exposure) গ। বায়োফিডব্যাক ঘ। আচরণ নিয়ন্ত্রণ।

❖ Cognitive Behavior Therapy:

- ক। মনো-সামাজিক শিক্ষণ খ। অস্থিরতার বিষয় পর্যবেক্ষণ গ। চিন্তার বাঁধা প্রদান
ঘ। চাপ নিয়ন্ত্রণ ঙ। সাহিত্য থেরাপি চ। সময় ব্যবস্থাপনা ছ। নিজেকে সাহায্য প্রদান

২। Phobic Disorder ((আতঙ্কমূলক বা অমূলকভীতি মানসিক গোলযোগ):

- আতঙ্কমূলক বা অমূলকভীতি মানসিক অসুস্থতা যা কোনো বস্তু বা প্রাণীর প্রতি অতি ভীতির বহিঃপ্রকাশ পায় এবং এটি ব্যক্তির আচরণ দ্বারা প্রকাশ পায়।
➤ এই রোগটি একটি নির্দিষ্ট উদ্দীপক দ্বারা সৃষ্টি হয়। তবে এদের পারিবারিক ও সামাজিক অভিযোজনে তেমন বিঘ্নিত হয় না।
➤ তবে বিশেষ ক্ষেত্রে এটি ব্যক্তির স্বাভাবিক জীবনযাত্রাকে মারাত্মক ব্যহত করতে পারে। এটি ছেলে ও মেয়ে উভয়ের হতে পারে। তবে মেয়েদের বেশি হয়। আমেরিকার প্রায় ১২% মানুষ এই রোগে আক্রান্ত।

❑ Symptoms of Phobic Disorder:

1. Physical Signs and symptoms of Phobia

- ক। শ্বাস প্রশ্বাসের জটিলতা খ। মাথা ঘোরা বা চিন্তা শূন্যতা গ। বুকের ব্যাথা

- ঘ। কার্যহীন পাকস্থলী ঙ। কম্পন দেয়া বা ঝাঁকুনি দেয়া চ। ঘাম

2. Emotional Sign and symptoms of Phobia

- ক। অপ্রতিরোধ্য উদ্বেগ বা প্যানিক অনুভূতি খ। অব্যবহিত তীব্র প্রয়োজন অনুভব করা

- গ। অবাস্তব বা নিজের থেকে বিচ্ছিন্ন চিন্তা ঘ। নিয়ন্ত্রণ হারানোর ভয়

- ঙ। এমন অনুভূতি হওয়া যেন আপনি মারা যাচ্ছেন চ। ভয় নিয়ন্ত্রণে অক্ষম

❖ অহেতুক ভয়জনিত মানসিক অসুস্থতার ধরণঃ প্রধানত ৩ ভাগে ভাগ করা হয়েছে।

১। Specific Phobia (বিশেষ ভীতি):

- a. Astraphobia b. Aerophobia c. Cynophobia d. Acrophobia

e. Claustrophobia f. Monophobia g. Pyrophobia h. Nyctophobia

i. Hematophobia j. Zoophobia k. Pathophobia

- Catoptophobia-the fear of mirrors
- Cacophobia-the fear of ugliness
- Ereuthophobia-the fear of red
- Ochlophobia
- Nelophobia-the fear of glass
- Pogonophobia-the fear of Beards

২। Social Phobia (সামাজিক ভীতি): সামাজিক আতঙ্ক বা ভীতিকে দুই ভাগে ভাগ করা হয়েছে। প্রথমত: আতঙ্ক বোঝায় সব সামাজিক পরিস্থিতি পরিবারের যোগাযোগের বাইরে স্বল্প আত্মমর্যাদার সঙ্গে যুক্ত এবং সমালোচনার ভয়। সামাজিক পরিস্থিতি পরিহার সামাজিক বিচ্ছিন্নতা বৃদ্ধি করে। দ্বিতীয়ত: এ পর্যায়ে আতঙ্ক বা অমূলক ভীতি ঘটতে পারে সেই সমস্ত মানুষ দ্বারা যারা সুবিধাজনক সামাজিক যোগাযোগে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করে কিন্তু যখন তাঁরা মনোযোগের কেন্দ্রে থাকেন তখন অতীব নার্ভাস, উদ্ভিন্ন, বিশৃংখলিত হতে দেখা যায়। সামাজিক ভীতিগ্রস্ত মানুষ জনসমক্ষে এড়িয়ে চলে কারণ তাঁরা সামাজিক মেলামেশা, কোনো জনসমক্ষে ভাষণ প্রদান করতে গেলে শরীর ঘেমে যাওয়া, কথা অস্বাভাবিক হওয়া, বুক ধড়ফড় করা ইত্যাদি হয়ে থাকে।

৩। Agoraphobia (শূন্য বা মুক্ত স্থানের ভীতি): আগোরাফেবিয়া তখন আক্রমণ করে যখন পলায়ন করা কঠিন অথবা লজ্জাজনক। জনাকীর্ণ অথবা মুক্ত স্থানে ব্যক্তি ভয় পায় এবং নিজেকে গুটিয়ে একটি জায়গার মধ্যে গুটিয়ে রাখতে চায়। যেমন, শপিংমল, পাবলিক বাস, Airplanes, Subways এড়িয়ে চলে নিরাপদ বলে মনে করে।

❑ Etiology of Phobias:

- Traumatic Experience
- Reinforcement of Anxiety
- Anxiety Displacement
- Conditioning Learning
- Risk of Persecution against the founders of the situation
- Genetics
- Cultural factors
- Life Experience

❑ Treatment of Phobias:

- Systematic Desensitization
- Modeling
- Cognitive Restructuring
- Skills Training
- Gradual Exposure
- Medication
- Behavior Therapy
- Cognitive Behavior Therapy

৩। Obsessive and Compulsive Disorder (বাতিকধর্মী গোলযোগ):

- এই রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি কোন বিশেষ চিন্তা বা ক্রিয়ার অধীন বা বশবর্তী হয়ে পড়ে এবং ব্যক্তি অহেতুক কোন বিশেষ ক্রিয়া পুনঃপুনঃ সম্পাদন করতে বাধ্য হয়। পুনঃ পুনঃ ক্রিয়া সম্পাদনকে বাতিকধর্মী ক্রিয়া বা Compulsion বলা হয়।
- পুনঃ পুনঃ চিন্তার আবর্তনকে বাতিকধর্মী চিন্তন বা Obsession বলা হয়। বা তীব্র উদ্বেগ বা উদ্বেগপূর্ণ অবস্থা আমাদের চিন্তা প্রক্রিয়ায় প্রাথমিকভাবে যে চাপ তৈরি করে তা হলো Obsession বা আবশ্যকধর্মী/ বাতিকধর্মী চিন্তন।
- Compulsion বা বাতিকধর্মী ক্রিয়া হচ্ছে Obsession এর ২য় ধাপ বা আচরণগত বহিঃপ্রকাশ।

❑ আবশ্যকধর্মী চিন্তা ও আচরণ সংগঠনের কতগুলো মৌলিক বৈশিষ্ট্য রয়েছে। যথা:

- Obsessional Thought
- Internal Debates
- Impulse-urging to perform act
- Compulsive Rituals
- Obsessional Slouerness
- Obsessional Phobias
- Anxiety
- Depression

❖ DSM-IV অনুযায়ী OCD নির্ণয় করার বৈশিষ্ট্য:

১। Obsession (আবশ্যকধর্মী চিন্তা) Compulsion (আবশ্যকধর্মী আচরণ) বা উভয়ের উপস্থিতি

২। Obsession Compulsion এর কারণে দৈনন্দিন জীবনের গুরুত্বপূর্ণ সামাজিক, পেশাগত, বা অন্যান্য কাজ ব্যাহত হয় এবং সময় অপচয় হয় (প্রতিদিন গড়ে ১ ঘণ্টা বা তঁর বেশি)

৩। Obsession Compulsion এর লক্ষণগুলো শারীরিক অসুস্থতা, কোনো নেশা দ্রব্য ব্যবহার, ঔষধ বা অন্য কোনো কারণে ঘটে না।

৪। আবেগীয় এই বিশৃঙ্খলাগুলো অন্য কোনো মানসিক অসুস্থতা (Disorder Criteria) দ্বারা ব্যাখ্যা করা সম্ভব হয়না।

➤ OCD রোগনির্ণয় আরও সুনির্দিষ্ট হয় যদি নিচের বৈশিষ্ট্যগুলো ব্যক্তির মধ্যে পাওয়া যায়। এগুলো হলো:

- ১। স্পষ্ট আত্ম উপলব্ধি (Insight)
- ২। অস্পষ্ট আত্ম উপলব্ধি (Pare insight)
- ৩। আত্ম উপলব্ধি অনুপস্থিত বা ভ্রান্তবিশ্বাস

➤ OCD সম্পর্কিত মনোবৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা

- ১। মনঃ সমীক্ষণ তত্ত্ব (Psychoanalytic Theory)
- ২। আচরণবাদী তত্ত্ব (Behavior Theory)
- ৩। জ্ঞানীয় তত্ত্ব (Cognitive Theory)

❖ Causes of Obsessive-Compulsive Disorder:

- ১। অবদমন প্রক্রিয়ার ব্যর্থতা
- ২। বিপরীত ক্রিয়া গঠন
- ৩। আতঙ্ক গোলযোগ বাতিকে রূপান্তর
- ৪। ভবিষ্যত অনিশ্চয়তা ও আশঙ্কাবোধ
- ৫। জৈবিক কারণ
- ৬। বলবর্ধক

❑ Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder:

- Exposure
- Prevention
- Medicine
- Psychosurgery
- Desensitization Technique
- Behavior Therapy
- Cognitive Therapy
- Self-Control

❑ Somatoform and Dissociative Disorder

- ❖ ইংরেজী Somatoform শব্দের বাংলা অর্থ হচ্ছে দেহরূপ বা দৈহিক আকার।
- ❖ যে সমস্ত মানসিক গোলযোগ দৈহিক আকারে বা দৈহিক রোগের উপসর্গ রূপে প্রকাশ লাভ করে সেগুলোকেই দেহরূপ গোলযোগ বলে।
- ❖ কোনো অস্বাভাবিকতায় যখন মানসিক এবং দৈহিক এ দুটি ঘটনার প্রভাব দেখা যায় তখন তাকে মনোদৈহিক রোগ বলে।
- ❖ মনোদৈহিক রোগে যেসব অঙ্গ আক্রান্ত হয় সেসব অঙ্গ সাধারণত স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুবিকতন্ত্রের নিয়ন্ত্রণের আওতায় থাকে।
- ❖ আধুনিককালে অনেক মনোবিজ্ঞানী মনোদৈহিক রোগকে মনো শারীরবৃত্তীয় (Psycho Physiological) অস্বাভাবিকতা বলে অভিহিত করেছেন।
- ❖ দেহরূপ গোলযোগ কয়েক ধরনের হয়ে থাকে। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। বিপরিণামী গোলযোগ (Conversion Disorder)
 - ২। দৈহিক রোগবাতিক (Hypochondriasis)
 - ৩। দেহাভ্যর্থকরণ গোলযোগ (Somatization Disorder)
 - ৪। মনোজাত ব্যাথা (Psychogenic Pain)
- ❖ এছাড়া আরও কিছু মনোদৈহিক রোগ রয়েছে। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। মনোদৈহিক রোগ ও স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতন্ত্র
 - ২। হৃদপিণ্ড ও রক্তনালী সম্বন্ধীয় প্রতিক্রিয়া
 - ৩। শ্বাস-প্রশ্বাস সম্বন্ধীয় প্রতিক্রিয়া
- ❖ Conversion Disorder (বিপরিণামী গোলযোগ): এ রোগের প্রাচীন নাম হিস্টেরিয়া (Hysteria)।
- ❖ হিস্টেরিয়া শব্দটি গ্রীক শব্দ Hystero থেকে এসেছে। Hystero শব্দের অর্থ হচ্ছে জরায়ু বা Uterus. সম্পূর্ণ মনোজাত কারনেই এই রোগের উৎপত্তি এবং পুরুষদেরও এও রোগ হতে পারে।
- ❖ উদ্বেগ রোগ বা Anxiety Disorder এর পরেই এই রোগের আধিক্য বেশি দেখা যায়, কিন্তু রোগীর কোন শারীরিক ত্রুটি থাকে না। মানসিক চাপ শারীরিক রোগের লক্ষণ সৃষ্টি করে বলেই একে বিপরিণামী বা রূপান্তরমূলক গোলযোগ বলে।
- ❖ এই রোগটি হিস্টেরিয়া নামেই বেশি পরিচিত।
- ❖ Symptoms of Conversion Disorder: বিপরিণামী গোলযোগে অসংখ্য রকমের শারীরিক লক্ষণ দেখা যেতে পারে। তবে এই লক্ষণগুলোকে তিনভাগে ভাগ করা হয়। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। সংবেদনগত উপসর্গ (Sensory Symptoms): Anesthesia, Hypesthesia, Hyperesthesia, Analgesia, Paresthesia, etc.
 - ২। ক্রিয়াগত উপসর্গ (Functional Symptoms): Paralysis, Astasia-Abasia, Speech Disorder, Writer's Cramp, Muscular Cramp, Convulsion

৩। আন্তর্জাতিক উপসর্গ: Nausea, Tonicity, Pharyngitis, Chronic Dysentery, Anorexia Nervosa, etc.

❖ Causes of Conversion Disorder:

- ১। আত্মরক্ষামূলক কৌশল
- ২। ব্যক্তিগত বৈশিষ্ট্য
- ৩। পাপের প্রায়শ্চিত্ত বা পাপের বিরুদ্ধে প্রতিরোধ
- ৪। প্রকৃত শারীরিক কারণ
- ৫। সামাজিক ও সাংস্কৃতিক উপাদান
- ৬। জৈবিক উপাদান

❖ Treatment of Conversion Disorder:

- Auto suggestion
- Placebo
- Psychoanalysis
- Client-centered Therapy
- Behavior therapy
- Hypnotherapy

❖ Hypochondriasis (দৈহিক বাতিক রোগ): দৈহিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে অতিরিক্ত সচেতনতা ও দুশ্চিন্তাই এ রোগের মূল লক্ষণ। দুশ্চিন্তাগ্রস্ত ব্যক্তি আশংকাবোধ করেন যে সে কোন দুরারোগ্য ব্যাধির দ্বারা আক্রান্ত। রোগ ব্যাধির দ্বারা আক্রান্ত হওয়ার ভ্রান্ত ধারণা পোষণকেই Hypochondriasis বা রোগবাতিক বলে। এক্ষেত্রে মানসিক দুশ্চিন্তা দৈহিক রোগের আশঙ্কায় পরিণত হয়।

❖ সাইকোসিস বা অন্যান্য গুরুতর মানসিক গোলযোগেও এই রোগবাতিক একটি উপসর্গ রূপে থাকতে পারে। তবে নিউরোসিসের ক্ষেত্রে রোগবাতিক বা রোগভ্রান্তি এককভাবে থাকে বলে এটাকে নিউরোসিসের অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

❖ Symptoms of Hypochondriasis:

- ১। রোগী স্থায়ী স্বাস্থ্য সম্পর্কে অত্যন্ত সন্দেহপ্রবণ হয়ে পড়ে এবং তাঁর শারীরিক ক্রিয়া সম্পর্কে অত্যন্ত সচেতন হয়ে পড়ে।
- ২। শারীরিক ক্রিয়া প্রক্রিয়ায় সামান্যতম ত্রুটি পরিলক্ষিত হলেই রোগী আশংকা তাঁর কোন গুরুতর রোগ যেমন, ক্যান্সার, যক্ষ্মা, সিফিলিস ইত্যাদি হয়েছে মনে করে।
- ৩। বিভিন্ন রোগের প্রকৃতি, লক্ষণ, গতিধারা সম্পর্কে তথ্য সংগ্রহ করে এবং নিজের সাথে মিলিয়ে দেখে এবং কোন লক্ষণ মিলে গেলে মনে করে তাঁর মধ্যে এ রোগ হয়েছে। সামান্যতম ত্রুটিকে অতিরঞ্জিত করে ফেলে ও ডাক্তারের কাছে যায়।
- ৪। সব ধরনের চিকিৎসা নিয়ে একপর্যায়ে নিজেই নিজের চিকিৎসা শুরু করে।

❑ Causes of Hypochondriasis:

- Displacement of anxiety
- Rationalization
- Repression
- Learning
- Modeling

❖ Treatment of Hypochondriasis:

- Psychoanalysis

- Hypnotherapy
- Client Centered Therapy
- Supportive Therapy
- Behavior Therapy
- Dissociative Disorder (বিচ্ছিন্নতামূলক বিকৃতি): বিচ্ছিন্নতামূলক বিকৃতির সাধারণ লক্ষণ হচ্ছে ব্যক্তির অনন্যতা বোধ, স্বকীয়তা বোধ বা আত্মপরিচয়ের পরিবর্তন, স্মৃতি গোলযোগ বা স্মৃতি হারিয়ে যাওয়া এবং চেতনার পরিবর্তন। এই বিকৃতিতে ব্যক্তি তাঁর ব্যক্তিগত জীবনের ঘটনাবলী স্মরণ করতে পারে।
- অনেক সময় সে একটি নতুন ব্যক্তিত্ব বা নতুন আত্ম-পরিচয় গ্রহণ করে।
- এসব ব্যক্তি অনেক সময় তাঁর পরিচিত পরিবেশ থেকে পালিয়ে গিয়ে অন্য এলাকায় ঘুরাফেরা করে।
- বিচ্ছিন্নতামূলক গোলযোগ সম্পর্কে মনঃচিকিৎসক জ্যানে (Janet) প্রথম বৈজ্ঞানিক পর্যবেক্ষণ চালান এবং তথ্য সংগ্রহ করে একে Dissociative Disorder বলেন।
- Dissociative Disorder বা বিচ্ছিন্নতামূলক গোলযোগের চারটি উপবিভাগের কথা বলা হয়েছে। এগুলো হচ্ছে:
 - ১। বিচ্ছিন্নতামূলক স্মৃতিভ্রংশ (Dissociative Amnesia)
 - ২। বিচ্ছিন্নতামূলক পলাতক অবস্থা (Dissociative Fuge)
 - ৩। বিচ্ছিন্নতামূলক নৈর্ব্যক্তিকরণ গোলযোগ (Dissociative Depersonalization Disorder)
 - ৪। বিচ্ছিন্নতামূলক আত্মপরিচিতি গোলযোগ (Dissociative Identity Disorder)

❑ Causes of Dissociative Disorder:

- Intense Stress
- Childhood or Adulthood Trauma
- Frightening Environments
- Medical Events
- Genetics/Neurological Abnormalities
- Other Traumatic events
- Substance Use
- Abuse

❑ Treatment of Dissociative Disorder:

- Psychotherapy
- Cognitive behavior therapy
- Dialectical Behavior Therapy
- Eye movement desensitization and reprocessing therapy
- Psychodynamic therapy
- Medication
- Grounding Techniques
- Provide social support

Class-10

Class Overview

Abnormal Psychology

Schizophrenia: Types and Causal Factors of Schizophrenia

Treatment of Behavior Disorders

Psychoanalytic Therapy

Client-Centered Therapy

Behavior Therapy

□ Schizophrenia

- সিজোফ্রেনিয়া গোলযোগে আক্রান্ত ব্যক্তির চিন্তন, আবেগ, ও আচরণ লক্ষণীয়ভাবে ত্রুটিপূর্ণ হয়ে পড়ে।
- অল্প বয়সে এই গোলযোগের উৎপত্তি হয় বলে আগে এ রোগটিকে অপরিণত বয়সের চিন্তাবিনাশ বা Dementia Praecox নামে আখ্যায়িত করা হয়েছে।
- ১৯১১ সালে সুইজারল্যান্ডের মনঃচিকিৎসক ব্ল্যেয়ার (Bleuler) এর নামকরণ করেন সিজোফ্রেনিয়া বা Schizophrenia. এর অর্থ হচ্ছে বিখন্ডিত ব্যক্তিত্ব বা Split Personality.
- Schizophrenia কে একটি ক্রিয়াগত মনোবিকার বা Functional Psychosis বলা হয়। দেহের কাঠামোগত কোন ত্রুটি না থাকা সত্ত্বেও ব্যক্তির কার্যকলাপ গুরুতরভাবে গোলযোগপূর্ণ হয়।
- সিজোফ্রেনিয়া হলে ব্যক্তি কোনটি বাস্তব এবং কল্পনায়িত, কোনটি অপ্রতিক্রিয়াশীল তা পার্থক্য করতে পারে না।
- সিজোফ্রেনিয়া শব্দটি এসেছে গ্রীক শব্দ Schizein এবং Phren থেকে। সিজোফ্রেনিয়া একটি গুরুতর মানসিক রোগ যা দীর্ঘস্থায়ী হয়। এ রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির কথা অন্যদের কাছে বোধগম্য নাও হতে পারে।
- Schizophrenia is a disorder characterized by disturbances in thought, emotion, and behavior-disordered thinking, in which ideas are not logically related: faulty perception and attention; a lack of emotional expressiveness or, at times, inappropriate expressions.

□ Some characteristics of Schizophrenia:

- Thought Eco (একই চিন্তা বারবার আসা)
- Thought insertion or withdrawal (চিন্তাকে সন্নিবেশ বা প্রত্যাহার করা।)
- Thought Broadcasting (চিন্তাকে প্রতিনিয়ত প্রকাশ করা)
- Delusional Perception and delusions of control
- Influence of Passivity (প্রভাবিত হওয়া বা নিষ্ক্রিয়তা)
- Hallucinatory
- Thought disorders and negative symptoms.

□ সিজোফ্রেনিয়ার ঐতিহাসিক প্রেক্ষাপট:

১। এমিল ক্রেপলিন: ১৮৯৩ সালে এমিল ক্রেপলিন সিজোফ্রেনিয়াকে একটি মানসিক রোগ হিসেবে ব্যবহার করেন, Dementia বা স্মৃতিভ্রংশ এর সাথে পার্থক্য নির্দেশ করেন। তাঁর মতে, এই অসুস্থতা সম্ভবত তুলনামূলক পূর্বেই বিকশিত হয় এবং এটি আবর্তনশীল ও দীর্ঘস্থায়ী।

২। ইউজেন ব্ল্যার: তিনি ১৯১১ সালে ক্রেপলিনের ডিমেনসিয়া প্রিকক্স এর নাম কে পুনরায় রাখেন সিজোফ্রেনিয়া। তিনি স্বীকৃতি দিলেন এই অসুস্থতার জ্ঞানীয় বৈকল্য, যার নাম দিয়েছেন বিখন্ডিত মন হিসেবে। অর্থাৎ ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব, প্রত্যক্ষণ, স্মৃতি, এবং চিন্তনের বিভক্তি হিসেবে চিহ্নিত করেছেন।

৩। কার্ট স্নেইডার: তিনি মানসিক উপসর্গ ভূমিকার উপর জোর দিয়েছিলেন, Hallucinations, ভ্রান্তবিশ্বাস হিসেবে।

❑ Symptoms of Schizophrenia:

1. Social withdrawal 2. Suspiciousness 3. Deterioration of personal hygiene 4. Flat, expressionless gaze 5. Inability to cry or express joy 6. Inappropriate laughter or crying 7. Depression 8. Oversleeping or Insomnia 9. Odd or irrational statements 10. Forgetful: unable to concentrate 11. Extreme reaction to criticism 12. Strange use of words or way of speaking.

❑ Positive Symptoms of Schizophrenia:

১। বাস্তবের প্রতি নিস্পৃহতা ও ঔদাসিন্য

২। Disorganized thought and nonsensical speech (চিন্তন ও বচনের বিকৃতি)

৩। Delusions and Hallucinations (বিভ্রান্তি ও অলীকপ্রত্যক্ষণ)

a. Delusions of Persecution, Delusions of reference, Delusions of Grandeur, Delusions of control.

b. Visual, Auditory, Olfactory, Tactile, Temporary

৪। Bizarre Behaviors (আচরণ ও অভ্যাসের বিকৃতি)

❑ Negative Symptoms-Absence of normal behavior:

➤ আবেগ প্রকাশে অক্ষম, অস্বাভাবিক কণ্ঠস্বরে কথা বলা, যোগাযোগের অভাব

➤ প্রেষণা ব্যক্ত করতে অক্ষম ই নিজের যত্ন নিতে অক্ষম।

➤ কথোপকথন চালনা করতে অক্ষম।

➤ মানসিক সমস্যার কারণে কথা বলতে অক্ষম

➤ কাজে স্বল্প অংশগ্রহণ দেখানো বা সামাজিকীকরণে স্বল্প আগ্রহ।

➤ অদ্ভুত বিশ্বাস বা অযৌক্তিক চিন্তা

➤ অবাস্তব কথা বলা বা কথা বলতে থাকা।

• Types of Schizophrenia: According to DSM-IV-TR

▪ Disorganized Type or Hebephrenic Type: অক্ষম এবং অসংযত আবেগ এবং অসংলগ্ন চিন্তা দ্বারা এই ধরনের সিজোফ্রেনিয়া চিহ্নিত করা যায়। তাঁদের আচরণ প্রায় অদ্ভুত ধরনের। যেমন- মুখ ভেংচানো, অসংগত হাসি বা মজা করা, একাধারে গভীর চিন্তায় মগ্ন থাকা, হঠাৎ আবেগপ্রবণ প্রতিক্রিয়া দেখানো। এরা অকারণেই চরম ক্ষোভ বা ঘৃণা প্রকাশ করে এবং অশ্লীল আচরণ করতে দেখা যায়। নিজের মলমূত্রের কোন নিয়ন্ত্রণ থাকে না এবং শরীরে মাখিয়ে ফেলে।

➤ এই টাইপের সিজোফ্রেনিয়াকে আবার ডিসঅর্গানিজড সিজোফ্রেনিয়া হিসেবে পরিচিত।

❑ Paranoid Type:

➤ সিজোফ্রেনিয়া আক্রান্ত মানুষের মধ্যে সবচেয়ে বেশি যে টাইপ দেখা যায় সেটি হচ্ছে প্যারানয়েড সিজোফ্রেনিয়া টাইপ। এরা আত্মবিশ্বাসে মগ্ন থাকে, যেটি সত্য নয় সেটি বিশ্বাস করে। সামাজিক যোগাযোগ থেকে প্রত্যাহার, উদ্বেগ, স্বাভাবিক কাজকর্ম করতে অক্ষমতা, অদ্ভুত আচরণ ইত্যাদি করে থাকে। এই টাইপের সিজোফ্রেনিক ব্যক্তিদের মধ্যে নিম্নের ২টি বিষয় প্রকট থাকে। যথা:

a. ভ্রান্ত ধারণা বা বিশ্বাস (Delusions)

b. অলীক প্রত্যক্ষণ বা অসংলগ্ন প্রত্যক্ষণ (Hallucinations)

▪ Catatonic Type: নিম্নলিখিত বৈশিষ্ট্যসমূহ দেখা যায়। যথা:

- Excessive movement or mobility
- Remaining still or immobile
- Extreme resistance
- Imitating movement or speech
- Unusual/strange movements

❖ এছাড়া আরও কিছু বৈশিষ্ট্য রয়েছে: এগুলো হচ্ছে-

ক। মূর্ছা রোগ খ। দীর্ঘস্থায়ী নীরবতা গ। অংগবিন্যাস, যান্ত্রিক ধরনের গতিবিধি, ভিন্ন আচরণ, ভেঙ্গানো ইত্যাদি।

▪ Undifferentiated type: এ পর্যায়ে সবধরন গুলো এক সাথে বিরাজ করে কিন্তু কোনটি মারাত্মক আকার ধারণ করে না। সিজোফ্রেনিয়া রোগী কোন ধরনের সেটা নির্দিষ্ট করে সনাক্ত করা যায় না যদিও সব লক্ষণ বিদ্যমান থাকে।

▪ Residual Type: সিজোফ্রেনিয়া চিকিৎসার একটি দীর্ঘস্থায়ী পর্যায় শেষ করার পর রোগীর যে উন্নতি হয় তাঁর মধ্যে কিছু কিছু অপরিবর্তনশীল উপসর্গ বা লক্ষণ থাকে যা নিরাময় হবার সম্ভাবনা একেবারে কম। একে সিজোফ্রেনিয়ার অবশিষ্ট ধরণ টাইপ বলে। যেমন, Hallucinations থেকে যেতে পারে, বা অসংলগ্ন কথাবার্তা, ইত্যাদি।

❖ Causes of Schizophrenia:

1. Internal Factors (অভ্যন্তরীণ উপাদান):

a. Genetics Causes b. Family history of schizophrenia c. Figure

d. Genetic and Prenatal Causes e. Endocrine Factors f. Dopamine Hypothesis g. Brain structure changes h. Neurodevelopmental model i. Viral and Immune Factors

j. Biological Risk Factors (নিম্ন ওজন, মায়ের ডায়াবেটিস, পিতামাতার বয়স, দুর্ভিক্ষ, প্রসবের সময় অক্সিজেনের ঘাটতি, ভাইরাস যা গর্ভকালীন সময় মস্তিষ্ক বিকাশে ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে)

❖ Causes of Schizophrenia:

2. External Factors (বাহ্যিক উপাদান) বা Psychosocial Causes:

ক। পারিবারিক পরিবেশগত কারণ

i. মাতা পিতার মেহ প্রীতি থেকে বঞ্চিত ii. মাতাপিতার পারস্পরিক সম্পর্ক

iii. পরিবারে কৃতিম অন্তরঙ্গতা iv. ত্রুটিপূর্ণ যোগাযোগ

খ। ত্রুটিপূর্ণ শিক্ষণ

গ। অতিরিক্ত আত্মপ্রতিরক্ষা কৌশলের ব্যবহার

ঘ। শৈশবকালীন ঘাতমূলক অভিজ্ঞতা ঙ। অতিরিক্ত পীড়ন ও মানসিক অবক্ষয়

❑ Diagnostic Criterion:

➤ Characteristics of symptoms: Delusions, Hallucinations, Disorganized speech, Catatonic Behavior, Negative symptoms

Social/Occupational Dysfunction: সময়ের গুরুত্ব একটি অংশে বিদ্যমান থাকবে; কাজ, সামাজিক সম্পর্ক, বা রোগসূত্রপাতের আগের নিজের প্রতি যত্ন লক্ষণীয়ভাবে কমে যাবে; শৈশব বা কৈশোর বা বয়োঃপ্রাপ্তিকালে কোনো প্রকার সামাজিক প্রত্যাশার মাত্রা, শিক্ষাগত প্রত্যাশার মাত্রা, বা পেশাগত প্রত্যাশার মাত্রা অর্জন করতে ব্যর্থ হবে।

➤ Duration: একইরকম অবস্থা একাধারে ৬ মাস চলতে থাকা। অন্তত এক মাস যাবত ১ নং এর বৈশিষ্ট্য সমূহ থাকা।

❖ Treatment of Schizophrenia:

1. Medication
2. Anti-Psychotic Drug
3. Psychotherapy
4. Rehabilitation

ক। চাপ নিয়ন্ত্রণ খ। প্রচুর ঘুম গ। মদ ও ড্রাগ পরিহার ঘ। নিয়মিত ব্যায়াম

ঙ। নিজেকে ভালোভাবে অনুপ্রাণিত করা

5. Engaging Community

6. Residential Support services for Schizophrenia

❖ Treatment of Behavior Disorder

- আধুনিককালে মানসিক রোগের ক্ষেত্রে অনেক কারণ থাকে যেমন, জৈবরাসায়নিক, মনোসামাজিক, এবং সমাজ-সংস্কৃতিমূলক এবং অন্যান্য অনেক কারণ থাকে।
- এজন্য এসব চিকিৎসার জন্য বিভিন্ন ক্ষেত্রের বিশেষজ্ঞদের সম্মিলিত একটি সমন্বিত কার্যক্রমের প্রয়োজন হয়।
- এ ধরনের চিকিত্সামূলক দলে সাইকিয়াট্রিস্ট, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী, সমাজকর্মী এবং মনোরোগ সম্পর্কে অভিজ্ঞ নার্স লাগে।
- রোগীর মন-মানসিকতা পরীক্ষণের জন্য প্রয়োজনীয় যন্ত্রপাতি বা উপকরণ লাগে। অনেক ক্ষেত্রে এককভাবেও চিকিৎসা কার্যক্রম পরিচালনা করা যায়।

❖ Psychoanalytic Therapy: সিগমন্ড ফ্রয়েড মনঃসমীক্ষণ চিকিৎসা পদ্ধতি বা Psychoanalytic Therapy প্রবর্তন করেন। তিনিই মূলত Unconscious Mind এর ধারণা দিয়েছেন এবং মানুষের বহুবিধ কার্যকলাপের জন্য মূলত Unconscious Motive বা অবচেতন প্রেরণা দায়ী।

- তাঁর ব্যক্তিত্ব কাঠামোর ID, Ego ও Super Ego এর তীব্র দ্বন্দ্ব, বাস্তব জীবনের তীব্র উদ্বেগ, শংকা ও হতাশা স্বাভাবিক নিয়মেই অবদমিত হয়ে অবচেতন মনে আশ্রয় লাভ করে। ফ্রয়েডের মতে, মানসিক রোগের মূল উৎস মানুষের অবচেতন মনে নিহিত রয়েছে। ফ্রয়েডের চিকিৎসার মূল উদ্দেশ্য হচ্ছে রোগীর অবচেতন মনকে উদঘাটন করা এবং তা রোগীর কাছে বিশ্লেষণ করা ও ব্যাখ্যা করা

A. Free Association Method: এ পদ্ধতিতে অবদমিত দ্বন্দ্বগুলোকে সচেতন মনে নিয়ে আসার জন্য অনেকগুলো কৌশল অবলম্বন করেন। এ পদ্ধতিতে রোগীকে একটি হেলানো চেয়ারে শোয়ানো হয় এবং তাঁর দেহ ও মনকে সম্পূর্ণরূপে শিথিল করতে বলা হয়। এরূপ শিথিল অবস্থায় রোগীর মনে যা চিন্তাধারার উদয় হয় সেগুলোকে অবোধ ও নির্দিধায় বর্ণনা করতে বলা হয়। এভাবে ব্যক্ত করার ফলেই ব্যক্তির অবচেতন মনের অনেক উপাদান প্রকাশ পায় এবং চিন্তাধারার অনুশঙ্গগুলো বের করা হয়। এভাবে সংগৃহীত তথ্যের উপর ভিত্তি করেই চিকিত্সক রোগীর চিকিৎসা দিয়ে থাকেন।

- একে গভীরস্তরীয় মনোচিকিৎসা বা depth psychotherapy বলা হয়।

B. Dream Analysis: ফ্রয়েডের মতে, মানুষের অবদমিত আশা আকাঙ্ক্ষাই স্বপ্নের রূপ নিয়ে সচেতন স্তরে পরোক্ষ তৃপ্তি লাভের প্রয়াস পায়। কিন্তু Ego এর কারণে সেগুলো কখনই সচেতন স্তরে প্রবেশ করতে পারেনা। তবে ঘুমের সময় Ego ক্রিয়া কিছুটা শিথিল হয়ে পড়লে তখন ছদ্মরূপ ধারণ করে এরা প্রকাশ পাওয়ার চেষ্টা করে।

- ব্যক্ত স্বপ্নরূপকে বিচার বিশ্লেষণ করে সুপ্ত আকাঙ্ক্ষাকেই উদঘাটনের প্রক্রিয়াকেই ফ্রয়েড স্বপ্ন ব্যাখ্যা বা Dream interpretation বলেছেন।

- অবাধ চিন্তাধারার মধ্যে কিছু কিছু স্বপ্ন সংশ্লিষ্ট উপাদানও ব্যক্ত হয়ে পড়ে।

- এগুলোকে পর্যালোচনা করে এবং স্বপ্নে প্রযুক্ত কৌশলগুলোকে বিশ্লেষণ করে মনোসমীক্ষক স্বপ্নের প্রকৃত তাৎপর্য উদঘাটন করতে পারেন।

C. Analysis of Resistance: রোগীর পক্ষ থেকে চিকিৎসা প্রক্রিয়ায় কোন বাঁধা সৃষ্টি

করাকেই প্রতিবন্ধকতা বলে। অবাধ অনুশঙ্গ বা স্বপ্ন বিশ্লেষণ চলাকালে রোগীর হঠাত প্রসঙ্গ পরিবর্তন, কোন প্রসঙ্গকে অবাস্তব বা তাতপর্যহীন বলে এড়িয়ে যাওয়া, কোন কিছুই মনে আসছে বলা, চিকিৎসকের সাথে সাক্ষাৎকারের তারিখ ভুলে যাওয়া বা বিলম্বে উপস্থিত হওয়া প্রতিবন্ধকতার লক্ষণ।

D. Analysis of Transference:

E. Interpretation:

Historia, OCD, Anxiety, Phobia, Sexual Difficulties ইত্যাদির ক্ষেত্রে এ চিকিৎসা পদ্ধতি বেশ কার্যকর।

- ❖ Client-centered Therapy: ১৯৩৯ সালে প্রকাশিত 'The Client Centered Therapy' নামক গ্রন্থে কার্ল রজার্স প্রথম এই চিকিৎসা পদ্ধতির বর্ণনা করেন।
 - রজার্স তাঁর রোগীকে মক্কেল বলেছেন এবং তাঁর চিকিৎসা প্রক্রিয়ায় মক্কেল নিজেই মূখ্য ভূমিকা পালন করে। যেহেতু এই পদ্ধতিতে মক্কেলের ওপরই মূল গুরুত্ব দেওয়া হয় বা মক্কেলই মূখ্য ভূমিকা পালন করে এজন্য এই চিকিৎসা প্রণালীকে 'মক্কেল কেন্দ্রিক চিকিৎসা পদ্ধতি' বলে।
 - এই পদ্ধতিতে চিকিৎসক মক্কেলকে কোনরূপ নির্দেশ বা উপদেশ প্রদান করেন না সেহেতু এই পদ্ধতিকে Non-directive therapy বা নির্দেশবিহীন চিকিৎসা পদ্ধতি বলে।
 - ব্যক্তি যখন তাঁর প্রকৃত সত্তাকে অর্থাৎ তাঁর প্রকৃত কামনা বাসনা, তাঁর প্রকৃত সামর্থ্য ও ত্রুটি বিচ্যুতিকে যথাযথভাবে উপলব্ধি করতে পারেনা, তখন সে তাঁর প্রকৃত উন্নতির পথ খুঁজে পায়না। এরূপ অবস্থায় ব্যক্তির প্রকৃত সত্তা (Real Self) ও তাঁর প্রত্যক্ষিত সত্তা (Perceived Self) এর মধ্যে ক্রমশ ব্যবধান গড়ে উঠে।
 - ব্যক্তিকেন্দ্রিক থেরাপির লক্ষ্য হচ্ছে রোগীকে ব্যক্তি হিসেবে দেখা। তাঁর সমস্যাকে নয়। কোন ধরনের পক্ষপাতিত্ব করার চেষ্টা করা হয়না।
 - এই পদ্ধতিতে চিকিৎসক মক্কেলকে একজন মর্যাদাবান ব্যক্তি রূপে সর্বদাই স্বীকৃতি প্রদান করেন এবং মক্কেলের দোষ ত্রুটি থাকা সত্ত্বেও পরিপূর্ণভাবে গ্রহণ করে আস্থাশীল করেন।

❑ Three basic conditions of Client-Centered Therapy:

- Empathy
- Acceptance
- Genuineness
- ❖ Behavioral Therapy: শিক্ষণের নীতিসমূহ প্রয়োগ করে সরাসরি অস্বভাবী আচরণ অপসারণ করার প্রক্রিয়াকেই আচরণ চিকিৎসা পদ্ধতি বা Behavior Therapy বলে।
 - প্যাভলভের সাপেক্ষীকরণ, ও অবলুপ্তি সংক্রান্ত পরীক্ষালব্ধ তথ্যের উপর ভিত্তি করেই মনোবিজ্ঞানীরা আচরণ চিকিৎসা পদ্ধতি প্রবর্তন করেছেন।
 - রাশিয়ার মনোবিজ্ঞানী বেখটারেভ ও আমেরিকার মনোবিজ্ঞানী বি এফ স্কিনার এ বিষয়ে প্রধান ভূমিকা পালন করেছেন।
 - আচরণ চিকিৎসা পদ্ধতিকে যান্ত্রিক বা Mechanical পদ্ধতি ও বলা হয়।
 - এর মূল কথা হচ্ছে, শিক্ষণের মাধ্যমে মানুষ আচরণ অর্জন করে, বর্জন ও করে।

- | | |
|---|-----------------------|
| 1. Classical Conditioning | 8. Token Economy |
| 2. Aversion Conditioning | 9. Punishment |
| 3. Extinction | 10. Generalization |
| 4. Systematic Desensitization | 11. Maintenance |
| 5. Application of Schedule of Reinforcement | 12. Behavior Practice |
| 6. Response Shaping | |
| 7. Modeling | |

13. Environmental Planning

14. Implosive Therapy

15. Assertion Training

16. Bio-feedback Training

বিসিএস মনোবিজ্ঞান বিষয়ের শেষ মূহূর্তের প্রস্তুতিঃ

১। সাধারণ মনোবিজ্ঞান (General Psychology):

- Definition and Subject matter of Psychology: Definition, Different Perspective and approaches, Pioneer Psychologist, Psychodynamic theory, Behavioristic Theory, Humanistic Theory, Relation with other disciplines.
- Psychological Basis of Behavior: Structure and functions of Central and Peripheral Nervous System, Brain, Spinal Cord, Different types of Glands, and Its effect on Behavior.
- Sensation and Perception: Sensation, Perception, Characteristics and its differences, Visual and Auditory Senses, Structure and functions, Difference types of Thresholds, Perceptual organization, Different types of Illusions and Delusions.
- Motivation and Emotion: Stages of motivation, types of motivation, different types of motivation theories, Maslow's hierarchy theory, development and characteristics of emotion, physiological changes of emotion, different types of theories of motivation.
- Learning and Memory: Factors of leaning, Different types of Learning, Process of memory processing, Elements of learning, Causes of forgetting,
- Cognition and Intelligence: Steps of concept formation, Kinds of problems and obstacles of problems, Creative thinking processes, different types of intelligence tests with in details.
- Personality: Structure and Stages of Personality, Different approaches of development of personality, Projective and non-projective test of personality measurement.

২। বিকাশ মনোবিজ্ঞান (Developmental Psychology):

- Definition and subject matter: Relations with other disciplines, Growth, Maturation, Learning, Development, Phases, Stages, and Sequences of life cycles, four principles of development, Different types of studying methods.
- Beginning of life: How life begins, Genes, Chromosomes, DNA, RNA, Stages of prenatal development, Factors affecting prenatal development; Heredity, Environment, Maternal health, Cultural, etc.
- The Birth: The process of labor, types of birth, Physical and Psychological complications,
- The Neonate: Physiological functioning like respiration, nutrition, digestion, elimination, temperature, circulation, sleep, brain function, survival reflexes, non-essential reflexes.
- Infancy: Characteristics of infancy, physical, motor and social development.
- Childhood: Age, Characteristics of childhood, physical development of childhood, motor development, language development, emotional development, social development, social and unsocial influence during childhood, play development, personality development, moral development.
- Adolescence: Characteristics of adolescence, external and internal changes during adolescence, causes of physical and psychological changes in adolescence, causes and types of juvenile delinquency, causes of drug addiction, suicidal causes.

৩। সমাজ মনোবিজ্ঞান (Social Psychology):

- Social Psychology: Definition and subject matters, relations with other disciplines specially with sociology, different methods.
 - Socialization: Different sociological processes and products, Identification, Agents, Cultural influences on behavior.
 - Attitudes: 3 components of attitude, opinion, values, attitude formation and attitude changes theories- balanced, cognitive dissonance, affective cognitive, three-process theory, persuasive.
 - Groups: Types of groups- Primary, secondary, formal, informal, member, referenced, in-group, out-group, Group cohesiveness, factors affect group cohesiveness and benefits and challenges of group cohesiveness.
 - Leadership: Elements of leadership, different approaches of leadership-trait, type, and situation, Functions and characteristics of effective leader.
 - Mass communication and Collective behavior: Formation and assessment of public opinion, techniques and principle of propaganda, rumor and its transmission process, Prejudice and its reduction techniques,
- ৪। অস্বাভাবিক মনোবিজ্ঞান (Abnormal Psychology):
- Abnormal Psychology: Standards of Abnormal Behavior, Normality and abnormality, characteristics of normality, 4Ds of Abnormality, different models of normal and abnormal behavior, research methods of abnormal psychology, relations with other disciplines.
 - Causes of Abnormal Psychology: Historical Background of Abnormal Psychology, modern scientific concepts, types of abnormal behavior according to DSM-IV and ICD-11, Causes of abnormal behavior- Causal factors, heredity, biological, sociological, and psychological.
 - Anxiety-based disorder: GAD and types of GADs, symptoms of GAD, Causes of GAD, Assessment of GAD, Symptoms of Phobia, different types of phobias, etiology and treatment of phobias, basic characteristics of OCD, DSM-IV characteristics, psychological explanation of OCD, causes of OCD, different treatment approach of OCD.
 - Somatoform and Dissociative Disorder: Types of Somatoform disorder, symptoms, causes, and treatment of conversion disorder, symptoms, causes and treatment of Hypochondriasis disorder, types, causes, and treatment of dissociative disorder.
 - Schizophrenia: Basic information of schizophrenia, Common characteristics of Schizophrenia, historical background of schizophrenia, positive and negative schizophrenia, types of schizophrenics according to DSM-IV-TR-Disorganized or hebephrenic, paranoid, catatonic, undifferentiated, and residual, different causes of schizophrenia, diagnostic criterion and treatment of schizophrenia.
- Treatment of behavior disorder: different techniques of psychoanalytic method, basic conditions of client-centered therapy, different techniques of behavioral therapy. পড়াশোনার কৌশলঃ
- প্রতিদিন সবগুলো বিষয় থেকেই পড়াশুনা করতে হবে।
 - পড়া বুঝে পড়তে হবে।
 - সবগুলো বিষয়ের ইংরেজি বইয়ের রেফারেন্স বই থেকে পড়তে হবে।
 - বাংলা রেফারেন্স বই অনেক সময় ইংরেজি বই থেকে কপি করা সেজন্য অনেক তথ্য জনিত ভুল থাকে। সেসব ব্যাপারে সচেতন থাকতে হবে।
 - গুরুত্বপূর্ণ তথ্যগুলো নোট করা এবং দাগিয়ে রাখতে হবে।

- সৃজনশীল প্রশ্নের প্রতি বেশি মনোযোগ দিতে হবে।
- টেকনিক্যাল টার্মগুলো ইংরেজিতে মনে রাখতে হবে, কেননা বাংলা অনুবাদ একেক বইয়ে একেক রকমভাবে দেয়া।
- একাধিক বই থেকে তথ্যগুলো সংগ্রহ করতে হবে।

গুরুত্বপূর্ণ ২০০ টি MCQ প্রশ্ন উত্তর:

1) Behavior is any activity that can be observed, recorded, and _____. (আচরণ হলো এমন কার্যকলাপ যা পর্যবেক্ষণযোগ্য, নথিভুক্তযোগ্য, এবং _____।)

ক) Described (বর্ণনা করা যায়) খ) Perceived (উপলব্ধি করা যায়)

গ) Classified (শ্রেণীবদ্ধ করা যায়) ঘ) Measured (পরিমাপ করা যায়)

ব্যাখ্যা: From Crider, Behavior is any activity that can be observed, recorded, and measured. আচরণকে অবশ্যই পর্যবেক্ষণযোগ্য, সংরক্ষণযোগ্য এবং পরিমাপযোগ্য হতে হবে।

2) Which parts of a neuron are essential for transferring messages from one neuron to another neuron? (একটি নিউরন থেকে আরেকটি নিউরনে বার্তা প্রেরণের জন্য কোন অংশগুলো অপরিহার্য?)

ক) Synapses and dendrites খ) Cell body and axons

গ) Synapse and axons ঘ) Cell body and cell membranes

ব্যাখ্যা: The Synapse is the space between two neurons where the axons of a sending neuron communicate with the dendrites of a receiving neuron by using a chemical message. So, for information transfer from one neuron to another neuron synapses and dendrites are very important parts of a neuron.

3) Which one is one of the main subject matters of Psychology? (কোনটি মনোবিজ্ঞানের প্রধান বিষয়গুলোর একটি?)

ক) Physical Structure (শারীরিক গঠন)

খ) Electro-Chemical Process (ভিডিও-রাসায়নিক প্রক্রিয়া)

গ) Biological Process (জৈবিক প্রক্রিয়া)

ঘ) Behavior and Mental Processes (আচরণ ও মানসিক প্রক্রিয়া)

ব্যাখ্যা: Psychology is the study of behavior and mental processes. Psychology discusses critical thinking, cognition, motivation, perception, etc.

4) কোন ধরনের শিক্ষণে হঠাত করে সমাধান উপস্থিত হয়?

ক) প্রাসঙ্গিক

খ) অনুকরণ

গ) সুপ্ত শিক্ষণ

ঘ) অন্তঃদৃষ্টিমূলক শিক্ষণ

ব্যাখ্যা: অন্তঃদৃষ্টিমূলক শিক্ষণ হলো এমন এক ধরনের শিক্ষণ যেখানে প্রাণী সমস্যাসংকুল পরিস্থিতিকে ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করে এবং সুনির্দিষ্টভাবে সমস্যা সমাধানের দিকে অগ্রসর হয়, এই শিক্ষণে প্রাণী অন্ধভাবে বা এলোমেলোভাবে কাজ করে না বরং বুদ্ধি বিবেচনা করে সমস্যা সমাধান করে।

5) Psychology as a science, which research method is mainly used in Psychological Research? (মনোবিজ্ঞানের গবেষণায় কোন পদ্ধতি ব্যবহৃত হয়?)

ক) Survey (জরিপ)

খ) Naturalistic Observation (প্রাকৃতিক পর্যবেক্ষণ)

গ) Experimental Method (পরীক্ষামূলক) ঘ) Correlation Method (সহসম্পর্ক পদ্ধতি)

ব্যাখ্যা: As a science, Psychology always prefers the Experimental Method in Psychological research. We can control the variables in different ways and find out the effects in the experimental method. মনোবিজ্ঞানে অনেক গবেষণা পদ্ধতি ব্যবহার হয়ে থাকে তবে মনোবিজ্ঞান কে বিজ্ঞান হিসেবে প্রতিষ্ঠিত করার জন্য পরীক্ষামূলক পদ্ধতি বেশি ব্যবহৃত হয়।

6) Encoding by _____-is called semantic encoding. (_____দ্বারা এনকোডিংকে শব্দার্থিক এনকোডিং বলে।)

ক) Analysis

খ) Meaning

গ) Vocabulary

ঘ) Sentence

ব্যাখ্যা: Encoding by meaning is called semantic encoding. Semantic encoding is remembering the general meaning of words and sentences. (অর্থ দ্বারা এনকোডিং শব্দার্থিক এনকোডিং বলা হয়। শব্দার্থিক এনকোডিং হল শব্দ এবং বাক্যের সাধারণ অর্থ মনে রাখা।)

7) Find out the branch of Psychology that discusses the nature, causes, and treatment procedures of mental illness. (মনোবিজ্ঞান যে শাখা মানসিক রোগের প্রকৃতি, কারণ এবং চিকিৎসা পদ্ধতি আলোচনা করে।)

ক) General Psychology (সাধারণ মনোবিজ্ঞান) খ) Industrial Psychology (শিল্প মনোবিজ্ঞান)

গ) Counselling Psychology (পরামর্শমূলক) ঘ) Clinical Psychology (চিকিৎসা)

ব্যাখ্যা: Clinical psychology discusses the different types of mental illnesses. This branch of Psychology also discusses the types, nature, causes, and treatment or intervention of various mental diseases.

8) What are the basic units of the nervous system? (স্নায়ুতন্ত্রের মৌলিক একক কী?)

ক) Cells (কোষ)

খ) Tissue (টিস্যু)

গ) Organ (অঙ্গ)

ঘ) Neurons (নিউরন)

ব্যাখ্যা: Neurons are the cells that are the basic units of the nervous system- John L. Vogel. Cells are the units of the Body. Cells form Tissue, and some tissues form organs.

9) A major part of human learning is consists of _____.

ক) Observational Learning

খ) Situational Learning

গ) Distance Learning

ঘ) Conditional Learning

ব্যাখ্যা: A major part of human learning consists of Observational Learning, which is learning by watching the behavior of another person, or a model.

10) Which part of the brain is called the Relay Station? (মস্তিষ্কের কোন অংশকে সংবাদ প্রেরক যন্ত্র (Relay Station) বলা হয়?)

ক) Cerebellum (গুরুমস্তিষ্ক)

খ) Thalamus (থ্যালামাস)

গ) Hypothalamus (হাইপোথ্যালামাস)

ঘ) Hippocampus (হিপোক্যাম্পাস)

ব্যাখ্যা: থ্যালামাস একটি সংযোগ স্থাপনকারী কেন্দ্র। একে সংবাদ প্রেরক যন্ত্র বা Relay Station-ও বলা হয়। থ্যালামাস বিভিন্ন ইন্দ্রিয় স্থান থেকে সংবেদন গ্রহণ করে এবং উর্ধ্বতন কেন্দ্রসমূহে তা প্রেরণ করে।

11) থার্সটোন কয়টি প্রাথমিক মানসিক ক্ষমতার (Primary Mental Abilities) কথা বলেছেন যা বুদ্ধির ক্ষেত্রে প্রযোজ্য?

ক) ৭টি

খ) ৫টি

গ) ৪টি

ঘ) ৩টি

ব্যাখ্যা: থার্সটোন ৭টি প্রাথমিক মানসিক ক্ষমতার (Primary Mental Abilities) কথা বলেছেন যা বুদ্ধির ক্ষেত্রে প্রযোজ্য। এগুলো হচ্ছে, বাচনিক বোধ ক্ষমতা, শব্দ ব্যবহার, সংখ্যা, কাল, স্মৃতি, প্রত্যক্ষণ ক্ষমতা, ও বিচারশক্তি।

12) What is the covering of the cerebrum called? (গুরুমস্তিষ্কের বহিঃরাবরণকে কি বলে?)

ক) Fissure (ফিসার)

খ) Cerebral Cortex (সেরেব্রাল কর্টেক্স)

গ) Corpus Callosum (করপাস ক্যালোসাম)

ঘ) Spinal Cord (মেরুস্তম্ভ)

ব্যাখ্যা: গুরুমস্তিষ্কের বহিঃরাবরণকে মস্তিষ্ক আবরণ বা সেরেব্রাল কর্টেক্স বলে। মস্তিষ্ক আবরণ ধূসর পদার্থ দিয়ে তৈরি।

13) যদি কোন শিশুর মানসিক বয়স ১২ এবং সাধারণ বয়স ১০ হয়, তবে তাঁর বুদ্ধ্যাংক কত?

ক) ১২০

খ) ২০

গ) ৮০

ঘ) ১০০

ব্যাখ্যা: বুদ্ধ্যাংকের সূত্র অনুযায়ী মানসিক বয়স ভাগ প্রকৃত বয়স এর সাথে ১০০ গুন করলেই বুদ্ধ্যাংক বের করা হয়।

14) The hormones secreted by the pituitary gland are: (পিটুইটারী গ্রন্থি নিঃসৃত হরমোনগুলো হচ্ছে)

২) Margaret Mead

গ) Albert Bandura

ঘ) J.L Moreno

ব্যাখ্যা: J.L. Moreno first introduced and applied the Sociometric Method. জেএল মোরেনো প্রথম সোসিওমেট্রিক পদ্ধতি প্রবর্তন ও প্রয়োগ করেন।

22) Leaders enjoy their rise to power because of certain neurotic needs and a background of infancy and childhood experiences. Which approach of leadership is this? (কিছু স্নায়বিক চাহিদা এবং শৈশব এবং শৈশব অভিজ্ঞতার পটভূমির কারণে নেতারা ক্ষমতায় তাদের উত্থান উপভোগ করেন। এটা কোন নেতৃত্বের পদ্ধতি?)

ক) Typology খ) Historical গ) Situational ঘ) Psychiatric

ব্যাখ্যা: According to the Psychiatric leadership approach, leaders enjoy their rise to power because of certain neurotic needs and a background of infancy and childhood experiences. মনস্তাত্ত্বিক নেতৃত্বের পদ্ধতি অনুসারে, নেতারা কিছু স্নায়বিক চাহিদা এবং শৈশব ও শৈশব অভিজ্ঞতার পটভূমির কারণে ক্ষমতায় তাদের উত্থান উপভোগ করেন।

23) In 1860, two German scholars, H. Steinthal and M. Lazarus, established a journal of _____.

১৮৬০ সালে, দুই জার্মান পণ্ডিত, H. Steinthal এবং M. Lazarus, _____ নামে একটি জার্নাল প্রতিষ্ঠা করেন।

ক) School Psychology (স্কুল মনোবিজ্ঞান) খ) Folk Psychology (ফোক মনোবিজ্ঞান)

গ) Social Psychology (সমাজ মনোবিজ্ঞান) ঘ) Bio Psychology (জৈব মনোবিজ্ঞান)

ব্যাখ্যা: In 1860, two German scholars, H. Steinthal and M. Lazarus, established a journal of Folk Psychology. They hoped to discover the mental processes of primitive peoples by studying their language, Mythology, Religion, Literature, and Art. 1860 সালে, দুই জার্মান পণ্ডিত, এইচ. স্টেইনথাল এবং এম. লাজারাস, লোক মনোবিজ্ঞানের একটি জার্নাল প্রতিষ্ঠা করেন। তারা তাদের ভাষা, পৌরাণিক কাহিনী, ধর্ম, সাহিত্য এবং শিল্প অধ্যয়ন করে আদিম মানুষের মানসিক প্রক্রিয়া আবিষ্কার করার আশা করেছিল।

24) Another strong component of attitude formation is a Person's _____ Characteristics. মনোভাব গঠনের আরেকটি শক্তিশালী উপাদান হল একজন ব্যক্তির _____ বৈশিষ্ট্য।

ক) Socialization খ) Personality গ) Culture ঘ) Motivation

ব্যাখ্যা: An individual's Personality characteristics is a strong component of attitude formation. একজন ব্যক্তির ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্যগুলি মনোভাব গঠনের একটি শক্তিশালী উপাদান।

25) The approach is based on the view that behavior is motivated by unconscious inner forces over which the individual has little control _____. (যে দৃষ্টিভঙ্গি অবচেতন অভ্যন্তরীণ শক্তি দ্বারা আচরণ নিয়ন্ত্রণ করে, যেগুলোর উপর ব্যক্তির সামান্যই নিয়ন্ত্রণ থাকে, তাকে বলে _____।)

ক) Behavioral perspective (আচরণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি)

খ) Cognitive perspective (জ্ঞানমূলক দৃষ্টিভঙ্গি)

গ) Psychodynamic perspective (মনোবৈজ্ঞানিক-গতি দৃষ্টিভঙ্গি)

ঘ) Neuroscience perspective (স্নায়ুবিজ্ঞানের দৃষ্টিভঙ্গি)

ব্যাখ্যা: The Psychodynamic approach is based on the view that behavior is motivated by unconscious inner forces over which the individual has little control. Sigmund Freud introduces this perspective.

26) ব্যক্তিত্ব কথাটির ইংরেজি প্রতিশব্দ Personality শব্দটি কোন দেশি শব্দ থেকে এসেছে?

ক) গ্রীক খ) ল্যাটিন গ) হিব্রু ঘ) স্প্যানিশ

ব্যাখ্যা: ব্যক্তিত্ব কথাটির ইংরেজি প্রতিশব্দ Personality ল্যাটিন শব্দ Persona থেকে এসেছে। প্রাচীন রোমে অভিনেতাগণ যে মুখোশ পরে অভিনয় করত সেই মুখোশকে বলা হতো Persona বলা হয়। Persona এর এ অর্থে ব্যক্তিত্ব বলতে ব্যক্তির বাহ্যিক রূপ বা প্রতীয়মান রূপ বোঝায়।

27) In the earlier literature, it was very popular to conceive of the leader as a genius or as one in some respect endowed with almost superhuman abilities. This leadership is indicated _____ approach. (পূর্ববর্তী

সাহিত্যে, নেতাকে একজন প্রতিভা হিসাবে বা প্রায় অতিমানবীয় ক্ষমতাসম্পন্ন একজন হিসাবে কল্পনা করা খুব জনপ্রিয় ছিল। এই নেতৃত্ব ইঙ্গিত _____ পদ্ধতির।)

- ক) Traits খ) Situational গ) Historical ঘ) Psychiatric

ব্যাখ্যা: In the earlier literature, it was very popular to conceive of the leader as a genius or as one in some respect endowed with almost superhuman abilities. This leadership indicates a historical approach. পূর্ববর্তী সাহিত্যে, নেতাকে একজন প্রতিভা হিসাবে বা প্রায় অতিমানবীয় ক্ষমতাসম্পন্ন একজন হিসাবে কল্পনা করা খুব জনপ্রিয় ছিল। এই নেতৃত্ব একটি ঐতিহাসিক পদ্ধতির ইঙ্গিত দেয়।

28) Which of the following are the personality traits of people suffering from hysteria? Hysteria আক্রান্ত ব্যক্তিদের ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য নিচের কোনটি?

- ক) Self-Centric খ) Generous গ) Aggressive ঘ) Envious

ব্যাখ্যা: The personality traits of people suffering from Hysteria are self-centric.

29) Which process is not involved in rumor circulation? গুজব সঞ্চালনের সাথে কোন প্রক্রিয়াটি জড়িত নয়?

- ক) Leveling খ) Sharpening গ) Assimilation ঘ) Differentiation

ব্যাখ্যা: According to Allport and Postman, three processes are involved in the circulation of rumors. These are: Leveling, Sharpening, and Assimilation. অলপোর্ট এবং পোস্টম্যানের মতে, গুজব ছড়ানোর সাথে তিনটি প্রক্রিয়া জড়িত। এগুলি হল: মসৃণীকরণ, তীক্ষ্ণকরন এবং সুসামঞ্জস্যকরণ।

30) What is the pre-preparedness to go for or against something? কোন কিছুর পক্ষে বা বিপক্ষে যাবার পূর্বপ্রস্তুতিকে কি বলে?

- ক) Attitude খ) Perception গ) Motivation ঘ) Persuasion

ব্যাখ্যা: According to Murphy and Murphy, the preparedness to go for or against something like (like, dislike) is attitude.

31) Who named schizophrenia? সিজোফ্রেনিয়ার নামকরণ কে করেন?

- ক) Freud খ) Bleuler গ) Kraepelin ঘ) Sneider

ব্যাখ্যা: Swiss Psychiatrist Eugen Bleuler first used the term Schizophrenia in 1911. সুইস সাইকিয়াট্রিস্ট ইউজেন ব্লুলা 1911 সালে প্রথম সিজোফ্রেনিয়া শব্দটি ব্যবহার করেন।

32) Which disease was associated with the name schizophrenia? সিজোফ্রেনিয়া নামটির সাথে কোন রোগটি জড়িত ছিলো?

- ক) Paralysis খ) Dissociation গ) Mental Retardation ঘ) Addiction

ব্যাখ্যা: Dissociative disorder was associated with the name Schizophrenia. ডিসোসিয়েটিভ ডিসঅর্ডারটি সিজোফ্রেনিয়া নামের সাথে যুক্ত ছিল।

33) The term 'socialization' is generally used to indicate both _____ and cultural learning by which the individual acquires the social and cultural characteristics of his society. 'সামাজিককরণ' শব্দটি সাধারণত _____ এবং সাংস্কৃতিক শিক্ষা উভয়কেই নির্দেশ করতে ব্যবহৃত হয় যার মাধ্যমে ব্যক্তি তার সমাজের সামাজিক ও সাংস্কৃতিক বৈশিষ্ট্যগুলি অর্জন করে।

- ক) Sociogenic (সমাজগত) খ) Political (রাষ্ট্রবিজ্ঞান)
গ) Educational (শিক্ষাগত) ঘ) Anthropological (নৃবৈজ্ঞানিক)

ব্যাখ্যা: The term 'socialization' is generally used to indicate both Sociogenic and cultural learning by which the individual acquires the social and cultural characteristics of his society. 'সামাজিককরণ' শব্দটি সাধারণত সামাজিক ও সাংস্কৃতিক শিক্ষা উভয়কেই নির্দেশ করতে ব্যবহৃত হয় যার মাধ্যমে ব্যক্তি তার সমাজের সামাজিক ও সাংস্কৃতিক বৈশিষ্ট্যগুলি অর্জন করে।

34) According to the Psychodynamic Approach, which one is not part of the structure of personality? (সাইকোডাইনামিক অ্যাপ্রোচ অনুসারে, কোনটি ব্যক্তিত্বের কাঠামোর অংশ নয়?)

- ক) The Id খ) The Igo গ) The Super Ego ঘ) Heredity

ব্যাখ্যা: সিগমন্ড ফ্রয়েডের মনোগতীয় বা Psychodynamic Theory অনুযায়ী The Id, The Ego, The Super Ego হচ্ছে ব্যক্তিত্বের কাঠামোর তিনটি অংশ। বংশগতির সাথে ব্যক্তিত্বের সম্পর্ক রয়েছে তবে এটি উল্লেখিত মতবাদ অনুসারে ব্যক্তিত্বের কাঠামোর কোন অংশ নয়।

35) Kelman (1961), formulated a theory of attitude change. This theory's name is? কেলম্যান (1961), মনোভাব পরিবর্তনের একটি তত্ত্ব প্রণয়ন করেন। এই তত্ত্বের নাম কি?

- ক) Two Process Theory খ) Four Process Theory
গ) Three Process Theory ঘ) Five Process Theory

ব্যাখ্যা: Kelman (1961), formulated the three-process theory. These are: Compliance, Identification, and Internalization. কেলম্যান (1961), তিন-প্রক্রিয়া তত্ত্ব প্রণয়ন করেন। এগুলো হল: কমপ্লায়েন্স, আইডেন্টিফিকেশন এবং ইন্টারনালাইজেশন।

36) The field of collective behavior has had a checkered history in_____psychology.

- ক) School Psychology খ) Abnormal Psychology
গ) General Psychology ঘ) Social Psychology

ব্যাখ্যা: The field of collective behavior has had a checkered history in social psychology. সামষ্টিক আচরণের ক্ষেত্রে সামাজিক মনোবিজ্ঞানে একটি চেকার্ড ইতিহাস রয়েছে।

37) কোনটি জৈবিক প্রেষণা নয়?

- ক) ক্ষুধা খ) যৌন কামনা গ) মাতৃত্ব ঘ) নিরাপত্তা

ব্যাখ্যা: প্রাণীর জৈবিক অস্তিত্ব থেকে যেসব প্রেষণার সৃষ্টি হয় তাকে শারীরবৃত্তীয় প্রেষণা বা জৈবিক প্রেষণা বলে। প্রাণীর শরীরের বিপাক ক্রিয়া ফলেই এসব প্রেষণার সৃষ্টি হয়ে থাকে। ক্ষুধা, তৃষ্ণা, কাম, নিদ্রা, মাতৃত্ব ইত্যাদি জৈবিক প্রেষণা।

38) Emotion influences perception; which component of perception is affected by emotion? (আবেগের দ্বারা প্রত্যক্ষণ প্রভাবিত হয়, আবেগ প্রত্যক্ষণের কোন উপাদান?)

- ক) Stimulus component (উদ্দীপক উপাদান) খ) Biological component (জৈবিক উপাদান)
গ) Neutral component (নিরপেক্ষ উপাদান) ঘ) Social component (সামাজিক উপাদান)

ব্যাখ্যা: ব্যক্তির প্রত্যক্ষণ তার আবেগ দ্বারা প্রভাবিত হয়ে থাকে। আবেগের দ্বারা প্রভাবিত হলে ব্যক্তি পক্ষপাত দোষে দুষ্ট হতে পারে। আবেগ ব্যক্তির অভ্যন্তরীণ কারণে তৈরি হয় যাকে জৈবিক উপাদান বলে।

39) মনোবিজ্ঞানী মারে (Murry,1938) এর মতে, কয়টি টি সামাজিক প্রেষণাই মানুষের জীবনের সব কাজ কর্মের মৌলিক উৎস।

- ক) ২১ খ) ২৫ গ) ২৬ ঘ) ২০

ব্যাখ্যা: নতুন অভিজ্ঞতা লাভের ইচ্ছা (Desire for new experiences মনোবিজ্ঞানী মারে (Murry,1938) এর মতে, ২০ টি সামাজিক প্রেষণাই মানুষের জীবনের সব কাজ কর্মের মৌলিক উৎস। তিনি সঞ্চয় বা লাভ, শৃঙ্খলা, সাফল্য, স্বাধীনতা, আক্রমণ, দলভুক্তি ইত্যাদি প্রেষণার নাম উল্লেখ করেছেন।

40) Psychology can be defined as the scientific study of behavior and mental processes. This definition was provided by? (মনোবিজ্ঞানকে আচরণ ও মানসিক প্রক্রিয়ার বৈজ্ঞানিক অধ্যয়ন হিসেবে সংজ্ঞায়িত করা যায়। এই সংজ্ঞা প্রদান করেছেন-)

- ক) Roediger and others খ) Crider and others গ) John L. Vogel ঘ) Wayne Weiten

ব্যাখ্যা: This definition was provided by Crider, Goethals, Kavanaugh, and Solomon from the book of Psychology, 1993, page 4.

41) মনোগতীয় দৃষ্টিভঙ্গি (The Psychodynamic Theory) অনুযায়ী ব্যক্তিত্বের কাঠামো তে কোন অংশকে প্রধান কার্যনির্বাহী (Executive Head) বলা হয়?

ক) The Id খ) The Ego গ) The Super Ego ঘ) The Oral Stage

ব্যাখ্যা: The Ego বা অহম বাস্তব নীতি (Reality Principle) দ্বারা পরিচালিত হয়। অহম বিচারবুদ্ধি সম্পন্ন এবং যুক্তিবাদী। সামাজিক রীতিনীতির ভিত্তিতে সে যতটুকু সম্ভব আদিসত্তার চাহিদা পূরণ করে। এজন্য অহমকে প্রধান কার্যনির্বাহী (Executive Head) বলে।

42) The charismatic leader introduced by _____.

ক) Max Weber খ) Einstein গ) Franklin D. Roosevelt ঘ) Darwin

ব্যাখ্যা: The charismatic leader, introduced by the German Sociologist Max Weber, denotes leadership based on supposedly divine or supernatural power. ক্যারিশম্যাটিক নেতা, জার্মান সমাজবিজ্ঞানী ম্যাক্স ওয়েবার দ্বারা প্রবর্তিত, অনুমিতভাবে ঐশ্বরিক বা অতিপ্রাকৃত শক্তির উপর ভিত্তি করে নেতৃত্বকে বোঝায়।

43) Which type of schizophrenia is most common?

ক) Paranoid খ) Catatonic গ) Residual ঘ) Undifferentiated

ব্যাখ্যা: Paranoid type of Schizophrenia is the most common. প্যারানয়েড ধরনের সিজোফ্রেনিয়া সবচেয়ে সাধারণ।

44) The 'Head man' type of leader possesses is derived from custom and _____.

ক) Tradition খ) Culture গ) Society ঘ) Environment

ব্যাখ্যা: A headman is an institutional leader who fills a traditional position. The Headman type of leader possesses is derived from custom and tradition. একজন হেডম্যান একজন প্রাতিষ্ঠানিক নেতা যিনি একটি ঐতিহ্যগত পদ পূরণ করেন। হেডম্যান ধরনের নেতার অধিকারী প্রথা এবং ঐতিহ্য থেকে উদ্ভূত।

45) _____ are conflicts or concerns that persist beyond the developmental period in which they first occur. _____ হলো দ্বন্দ্ব বা উদ্বেগ যা বিকাশের সময়কালের পরেও স্থায়ী হয় যেখানে তারা প্রথম ঘটে।

ক) Fixations খ) Conflicts গ) Delay ঘ) Retardation (প্রতিবন্ধকতা)

ব্যাখ্যা: Fixations are conflicts or concerns that persist beyond the developmental period in which they first occur. Such conflicts may be due to having needs ignored, such as ending breastfeeding too early or being treated too strictly during toilet training. ফিক্সেশনগুলি হল দ্বন্দ্ব বা উদ্বেগ যা বিকাশের সময়কালের পরেও স্থায়ী হয় যেখানে তারা প্রথম ঘটে। এই ধরনের দ্বন্দ্ব প্রয়োজন উপেক্ষা করার কারণে হতে পারে, যেমন খুব তাড়াতাড়ি বুকের দুধ খাওয়ানো বন্ধ করা বা টয়লেট প্রশিক্ষণের সময় খুব কঠোরভাবে আচরণ করা।

46) Which one is one of the main subject matters of Psychology? (কোনটি মনোবিজ্ঞানের প্রধান বিষয়গুলোর একটি?)

ক) Physical Structure (শারীরিক গঠন) খ) Electro-Chemical Process (তড়িৎ-রাসায়নিক প্রক্রিয়া)
গ) Biological Process (জৈবিক প্রক্রিয়া) ঘ) Behavior and Mental Processes (আচরণ ও মানসিক প্রক্রিয়া)

ব্যাখ্যা: Psychology is the study of behavior and mental processes. Psychology discusses critical thinking, cognition, motivation, perception, etc. মনোবিজ্ঞানের মূল বিষয়ই হচ্ছে মানুষ ও প্রাণীর আচরণ। এই আচরণ খন্ডিত বা সামগ্রিক হতে পারে। আবার, আমাদের মানসিক প্রক্রিয়ার জটিল বিষয়গুলো নিয়েও মনোবিজ্ঞান আলোচন করে।

47) Intentional or conscious collection of information is called? (ইচ্ছাকৃত বা সচেতনভাবে তথ্য সংগ্রহকে বলা হয়?)

ক) Explicit Memory খ) Implicit Memory গ) Semantic Memory ঘ) Episodic Memory

ব্যাখ্যা: Explicit memory refers to intentional or conscious recollection of information. When we try to remember a name or date we have encountered or learned about previously, we are searching for our explicit memory. (সুস্পষ্ট স্মৃতি বলতে ইচ্ছাকৃত বা সচেতনভাবে তথ্যের স্মরণকে বোঝায়। যখন আমরা একটি নাম বা তারিখ মনে রাখার চেষ্টা করি যা আমরা আগে পেয়েছি বা জেনেছি, আমরা আমাদের স্পষ্ট স্মৃতি অনুসন্ধান করছি।)

48) The term Freud used to deal with anxiety is called_____ ফ্রয়েড উদ্বেগ মোকাবেলা করার জন্য ব্যবহৃত শব্দটিকে _____ বলে

- ক) Defense Mechanisms (প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা) খ) Antibody
 গ) Self-protection ঘ) Reinforcement

ব্যাখ্যা: Freud believed that people develop a range of ways to deal with anxiety, which he called defense mechanisms. Defense mechanisms are unconscious strategies that people use to reduce anxiety by distorting reality and concealing the anxiety from themselves. ফ্রয়েড বিশ্বাস করতেন যে মানুষ উদ্বেগের সাথে মোকাবিলা করার বিভিন্ন উপায় তৈরি করে, যাকে তিনি প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা বলে। প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা হল অচেতন কৌশল যা মানুষ বাস্তবতাকে বিকৃত করে এবং উদ্বেগকে নিজেদের থেকে লুকিয়ে উদ্বেগ কমাতে ব্যবহার করে।

49) Breathing by the neonate is generally shallow, irregular and _____. নবজাতকের শ্বাস-প্রশ্বাস সাধারণত অগভীর, অনিয়মিত এবং _____ হয়।

- ক) Restlessly (বিরামহীন) খ) Noisy (শব্দপূর্ণ) গ) Soundless (শব্দহীন) ঘ) Slowly (ধীরে)

ব্যাখ্যা: Breathing by the neonate is generally shallow, irregular, and noisy. First-time parents are often startled by harmless wheezing and rattling noises. নবজাতকের শ্বাস-প্রশ্বাস সাধারণত অগভীর, অনিয়মিত এবং শব্দপূর্ণ। প্রথমবার অভিভাবকরা প্রায়শই ক্ষতিকারক শ্বাসকষ্ট এবং বিকট শব্দে চমকে ওঠেন।

50) Who provided the first scientific view of mental illness? মানসিক রোগ সম্পর্কে প্রথম বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভঙ্গি কে প্রদান করেন?

- ক) Gallen খ) Hippocrates গ) Plato ঘ) Freud

ব্যাখ্যা: Gallen was the first person to provide a scientific view of mental illness.

Abnormal Psychology, Kring. Johnson. Davison. Neale

51) What is the name Clifford Beers associated with? ক্লিফোর্ড বিয়ার্স নামটি কিসের সাথে জরিত?

- ক) Mental Illness খ) Somatogenic গ) Psychogenic ঘ) Mental Health Movement

ব্যাখ্যা: Clifford Beers is renowned for the mental health movement.

52) Which one is not the characteristics of Perception? (কোনটি প্রত্যক্ষণের বৈশিষ্ট্য নয়)

- ক) Flexibility (নমনীয়তা) খ) Organization (সংগঠন)
 গ) Signal (সংকেত) ঘ) Selectivity (নির্বাচনমুখিতা)

ব্যাখ্যা: সংবেদন সংকেত হিসেবে কাজ করে। কোন নির্দিষ্ট উদ্দীপকের প্রতি উপযোগী প্রতিক্রিয়া করার জন্য সংবেদন সংকেত হিসেবে কাজ করে।

53) Find out the branch of Psychology that discusses the nature, causes, and treatment procedures of mental illness. (মনোবিজ্ঞান যে শাখা মানসিক রোগের প্রকৃতি, কারণ এবং চিকিৎসা পদ্ধতি আলোচনা করে।)

- ক) General Psychology (সাধারণ মনোবিজ্ঞান) খ) Industrial Psychology (শিল্প মনোবিজ্ঞান)
 গ) Counselling Psychology (পরামর্শমূলক) ঘ) Clinical Psychology (চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান)

ব্যাখ্যা: Clinical psychology discusses the different types of mental illnesses. This branch of Psychology also discusses the types, nature, causes, and treatment or intervention of various mental diseases.

54) The _____ component is defined in the usual manner as the positive and negative feeling that the individual has toward the attitude object. _____ উপাদানটিকে স্বাভাবিক পদ্ধতিতে ইতিবাচক এবং নেতিবাচক অনুভূতি হিসাবে সংজ্ঞায়িত করা হয় যা ব্যক্তির মনোভাব বস্তুর প্রতি থাকে।

- ক) Cognitive খ) Affective গ) Behavioral ঘ) Therapeutic

ব্যাখ্যা: The affective component is defined in the usual manner as the positive and negative feelings that the individual has toward the attitude object.

55) During gestation, fetal temperature is held constant at _____ by the mother's own bodily regulation.
গর্ভাবস্থায়, মায়ের নিজের শারীরিক নিয়ন্ত্রণ দ্বারা জন্মের তাপমাত্রা _____-এ স্থির থাকে।

- ক) 98.6 F খ) 97.5 F গ) 91.6 F ঘ) 94.6 F

ব্যাখ্যা: During gestation, fetal temperature is held constant at 98.6°F by the mother's own bodily regulation. At birth, the neonate enters a new environment with a sharply lower temperature. গর্ভাবস্থায়, মায়ের নিজের শারীরিক নিয়ন্ত্রণ দ্বারা জন্মের তাপমাত্রা 98.6°F-এ স্থির থাকে। জন্মের সময়, নবজাতক একটি তীব্রভাবে কম তাপমাত্রা সহ একটি নতুন পরিবেশে প্রবেশ করে।

56) Moral principle বা নৈতিক নীতি দ্বারা পরিচালিত হয় মানসিক কাঠামোর কোন স্তর?

- ক) The Ego খ) The Super Ego গ) The Id ঘ) The Anal stage

ব্যাখ্যা: অতি অহম নৈতিক নীতি (Moral Principle) দ্বারা পরিচালিত হয়। সুখের প্রতি এর কোন মোহ নেই, বাস্তবের প্রতি সে ততটা মনোযোগী নয়। অতি অহমের মূল কাজ হলো নৈতিকতা ও সামাজিক আদর্শের ভিত্তিতে ব্যক্তিত্বের বিকাশ ঘটানো।

57) What are the basic units of the nervous system? (স্নায়ুতন্ত্রের মৌলিক একক কী?)

- ক) Cells (কোষ) খ) Tissue (টিস্যু) গ) Organ (অঙ্গ) ঘ) Neurons (নিউরন)

ব্যাখ্যা: Neurons are the cells that are the basic units of the nervous system- John L. Vogel. Cells are the units of the Body. Cells form Tissue, and some tissues form organs.

58) The _____ is the minimum amount of stimulus change needed for two stimuli to be perceived as different? (_____ বলতে দুটি উদ্দীপকের মধ্যে ন্যূনতম ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য পার্থক্যকে বলে?)

- ক) Difference threshold (পার্থক্য সীমা) খ) Absolute Threshold (প্রকৃত সীমা)
গ) Just Noticeable Difference (ন্যূনতম অনুভবনীয় পার্থক্য) ঘ) ক+গ

ব্যাখ্যা: The difference threshold is the minimum amount of stimulus change needed for two stimuli to be perceived as difference. Difference Threshold is also called Just Noticeable Difference (J.N.D.) Source: Crider & others.

59) What is another name for dissociative identity disorder? Dissociative Identity Disorder এর আরেকটি নাম কি?

- ক) Join Personality খ) Single Personality
গ) Multiple Personality ঘ) Best Personality

ব্যাখ্যা: Multiple Personality is another name for dissociative identity disorder.

60) _____ is the optimal level of physiological functioning that maintains an organism at a balanced or constant internal state. (_____ শারীরবৃত্তীয় কার্যকারিতার সর্বোত্তম স্তর যা একটি ভারসাম্যপূর্ণ বা ধ্রুবক অভ্যন্তরীণ অবস্থায় একটি জীব বজায় রাখে।)

- ক) Drive খ) Homeostasis গ) Instinct ঘ) Pattern

ব্যাখ্যা: Homeostasis is the optimal level of physiological functioning that maintains an organism at a balanced or constant internal state.

61) Humans can hear frequencies between _____ and _____ Hz. (মানুষ _____ এবং _____ Hz এর মধ্যে ফ্রিকোয়েন্সি শুনতে পারে।)

- ক) 15 and 25,000 Hz. খ) 20 and 18,000 Hz.
গ) 20 and 20,000 Hz. ঘ) 25 and 23,000 Hz.

ব্যাখ্যা: Humans have the ability to hear frequencies between 20 and 20,000 Hz. Our greatest sensitivity, however, is between 1000 and 4000 Hz.

62) Memories of a specific, important, or surprising emotionally significant event that are recalled easily and with vivid imagery is called? (একটি নির্দিষ্ট, গুরুত্বপূর্ণ, বা আশ্চর্যজনক আবেগগতভাবে উল্লেখযোগ্য ঘটনার স্মৃতি যা সহজে এবং প্রাণবন্ত চিত্র সহ স্মরণ করা হয়?)

- ক) Schemas খ) Flashbulb memory গ) Explicit memory ঘ) Implicit Memory

ব্যাখ্যা: Flashbulb memories are memories related to a specific, important, or surprising event that are so vivid they represent a virtual snapshot of the event. Several types of flashbulb memories are common among college students. (ফ্ল্যাশবাল্ভ স্মৃতি হল একটি নির্দিষ্ট, গুরুত্বপূর্ণ বা আশ্চর্যজনক ইভেন্টের সাথে সম্পর্কিত স্মৃতি যা এতটাই প্রাণবন্ত তারা ইভেন্টের একটি ভার্চুয়াল স্ন্যাপশট উপস্থাপন করে। কলেজ ছাত্রদের মধ্যে বিভিন্ন ধরনের ফ্ল্যাশবাল্ভ স্মৃতি সাধারণ।)

63) Collective or _____ is a broad term often used to designate similar or common social behavior on the part of a large number of people. সমষ্টিগত বা _____ একটি বিস্তৃত শব্দ যা প্রায়শই বিপুল সংখ্যক মানুষের পক্ষ থেকে অনুরূপ বা সাধারণ সামাজিক আচরণকে মনোনীত করতে ব্যবহৃত হয়।

- ক) Group Behavior খ) Individual Behavior
গ) Mass Behavior (গণ আচরণ) ঘ) Mob Behavior (উচ্ছৃঙ্খল আচরণ)

ব্যাখ্যা: Collective or mass behavior is a broad term often used to designate similar or common social behavior on the part of a large number of people. সমষ্টিগত বা গণ আচরণ একটি বিস্তৃত শব্দ যা প্রায়শই বিপুল সংখ্যক মানুষের পক্ষ থেকে অনুরূপ বা সাধারণ সামাজিক আচরণকে মনোনীত করতে ব্যবহৃত হয়।

64) Mass behavior analyzed according to _____ process.

- ক) Experimental method খ) Case study
গ) Introspective method (অন্তরদর্শন) ঘ) Field interpretation (ক্ষেত্র ব্যাখ্যাকরণ)

ব্যাখ্যা: Mass behavior is analyzed according to the field interpretation process. Like, the number of persons involved, their age, sex, socioeconomic status, and ethnic status. ক্ষেত্র ব্যাখ্যা প্রক্রিয়া অনুযায়ী গণ আচরণ বিশ্লেষণ করা হয়। যেমন, জড়িত ব্যক্তিদের সংখ্যা, তাদের বয়স, লিঙ্গ, আর্থ-সামাজিক অবস্থা এবং জাতিগত অবস্থা।

65) What is the covering of the cerebrum called? (গুরুমস্তিষ্কের বহিঃরাবরণকে কি বলে?)

- ক) Fissure (ফিসার) খ) Cerebral Cortex (সেরেব্রাল কর্টেক্স)
গ) Corpus Callosum (করপাস ক্যালোসাম) ঘ) Spinal Cord (মেরুঝু)

ব্যাখ্যা: গুরুমস্তিষ্কের বহিঃরাবরণকে মস্তিষ্ক আবরণ বা সেরেব্রাল কর্টেক্স বলে। মস্তিষ্ক আবরণ ধূসর পদার্থ দিয়ে তৈরি।

67) What refers to the height of each sound wave and is a measure of how much air is expanding and compressing? (কী প্রতিটি শব্দ তরঙ্গের উচ্চতাকে এবং বায়ু কতটা প্রসারিত এবং সংকুচিত হচ্ছে তার একটি পরিমাপ কে বোঝায়?)

- ক) Waves (তরঙ্গ) খ) Frequency (কম্পাঙ্ক) গ) Amplitudes (প্রশস্ততা) ঘ) Pitch (মাত্রা)

ব্যাখ্যা: Amplitude refers to the height of each sound wave and is a measure of how much air is expanding and compressing. We sense the amplitude of a sound wave as its loudness.

68) How long should the symptoms of schizophrenia be diagnosed? (সিজোফ্রেনিয়া নির্ণয় করতে গেলে এর বৈশিষ্ট্যগুলো কতদিন থাকতে হবে?)

- ক) 3 খ) 8 গ) 6 ঘ) 4

ব্যাখ্যা: At least six months are needed for the symptoms of Schizophrenia to be diagnosed. সিজোফ্রেনিয়া রোগ নির্ণয়ের জন্য কমপক্ষে ছয় মাস সময় লাগে।

69) _____ theory holds that organisms are motivated to eliminate states of tension or arousal, such as hunger or thirst, and to return to a state of balance known as Homeostasis. (_____ তত্ত্বটি মনে করে যে জীবগুলি উত্তেজনা বা উত্তেজনার অবস্থা যেমন ক্ষুধা বা তৃষ্ণা দূর করতে এবং হোমিওস্ট্যাসিস নামে পরিচিত ভারসাম্যের অবস্থায় ফিরে যেতে অনুপ্রাণিত হয়।)

ক) Arousal Theory খ) Instinct Theory গ) Incentive Theory ঘ) Drive Theory

ব্যাখ্যা: Drive theory holds that organisms are motivated to eliminate states of tension or arousal, such as hunger or thirst, and to return to a state of balance known as Homeostasis.

70) Which of the following is used to classify abnormal behavior? অস্বভাবী আচরণের শ্রেণিবিভাগের জন্য নিচের কোনটি ব্যবহৃত হয়?

ক) DSM খ) MRI গ) CT Scan ঘ) APA

ব্যাখ্যা: The Diagnostic and Statistical Manual is used to classify abnormal behavior.

71) What is it called when symptoms of various diseases appear in the body without any physiological reason? শারীরবৃত্তীয় কোন কারণ ছাড়াই যখন দেহে নানারকম রোগব্যাধির উপসর্গ দেখা যায় তাকে কি বলে?

ক) Somatization খ) Obsession গ) Compulsion ঘ) Hypochondriasis

ব্যাখ্যা: When symptoms of various diseases appear in the body without any physiological reason, it is called hypochondria.

72) _____ trends of participants will be discussed-their needs and frustrations, their attitudes, values, and interests, concluding with the data on how they define or interpret the situation. অংশগ্রহণকারীদের _____ প্রবণতা নিয়ে আলোচনা করা হবে-তাদের চাহিদা এবং হতাশা, তাদের মনোভাব, মূল্যবোধ এবং আগ্রহ, তারা কীভাবে পরিস্থিতিতে সংজ্ঞায়িত বা ব্যাখ্যা করে তার ডেটা দিয়ে উপসংহারে।

ক) Motivation খ) Personality গ) Behavior ঘ) Cultural

ব্যাখ্যা: Personality trends of participants will be discussed, including their needs and frustrations, attitudes, values, and interests, concluding with an examination of how they define or interpret the situation. অংশগ্রহণকারীদের ব্যক্তিত্বের প্রবণতা নিয়ে আলোচনা করা হবে, তাদের চাহিদা এবং হতাশা, মনোভাব, মূল্যবোধ এবং আগ্রহ সহ, তারা কীভাবে পরিস্থিতিতে সংজ্ঞায়িত করে বা ব্যাখ্যা করে তার একটি পরীক্ষা দিয়ে শেষ করে।

73) Abelson (1959), mentions how many ways to eliminate dissonant thoughts to change attitude? Abelson (1959), মনোভাব পরিবর্তনের অসঙ্গতিমূলক চিন্তা দূরীকরণের জন্য কয়টি উপায়ের কথা উল্লেখ করেছেন?

ক) 3 খ) 4 গ) 5 ঘ) 6

ব্যাখ্যা: Abelson (1959), four ways to eliminate dissonant thoughts to change attitude. These are denial, bolstering, differentiation, and transcendence.

74) The expression of unwanted feelings or thought is redirected from a more threatening, powerful person to a weaker one is called _____ (অবাস্তব অনুভূতি বা চিন্তার অভিব্যক্তিকে আরও ভয়ঙ্কর শক্তিশালী ব্যক্তি থেকে দুর্বল ব্যক্তির কাছে পুনঃনির্দেশিত করা হয় তাকে _____ বলে)

ক) Repression (অবদমন) খ) Displacement (স্থানচ্যুতি)
গ) Rationalization (যুক্তাভ্যাস) ঘ) Denial (অস্বীকৃতি)

ব্যাখ্যা: The expression of unwanted feelings or thoughts is redirected from a more threatening, powerful person to a weaker one, a phenomenon known as displacement. For example, A brother yells at his younger sister after a teacher gives him a bad grade. অবাস্তব অনুভূতি বা চিন্তাভাবনার অভিব্যক্তিকে আরও ভয়ঙ্কর, শক্তিশালী ব্যক্তি থেকে দুর্বল ব্যক্তিতে পুনঃনির্দেশিত করা হয়, যা স্থানচ্যুতি নামে পরিচিত একটি ঘটনা। উদাহরণস্বরূপ, একজন শিক্ষক তাকে খারাপ গ্রেড দেওয়ার পরে একজন ভাই তার ছোট বোনের দিকে চিৎকার করে।

75) Encoding by _____-is called semantic encoding. (_____দ্বারা এনকোডিংকে শব্দার্থিক এনকোডিং বলে।)

ক) Analysis খ) Meaning গ) Vocabulary ঘ) Sentence

ব্যাখ্যা: Encoding by meaning is called semantic encoding. Semantic encoding is remembering the general meaning of words and sentences. (অর্থ দ্বারা এনকোডিং শব্দার্থিক এনকোডিং বলা হয়। শব্দার্থিক এনকোডিং হল শব্দ এবং বাক্যের সাধারণ অর্থ মনে রাখা।)

76) In which society, personality was marked by strong ego drive and self-assertiveness; industry, physical prowess, and respect for authority were primary goals. কোন সমাজে, ব্যক্তিত্ব শক্তিশালী অহং ড্রাইভ এবং আত্ম-প্রত্যয় দ্বারা চিহ্নিত করা হয়েছিল; শিল্প, শারীরিক দক্ষতা এবং কর্তৃত্বের প্রতি শ্রদ্ধা ছিল প্রাথমিক লক্ষ্য।

ক) Samoa খ) New Guinea গ) Arapesh ঘ) Mundugumor

ব্যাখ্যা: In New Guinea's society, personality was characterized by a strong ego drive and self-assertiveness; industry, physical prowess, and respect for authority were the primary goals. This is totally different from the Samoan society. নিউ গিনির সমাজে, ব্যক্তিত্ব একটি শক্তিশালী অহং ড্রাইভ এবং আত্ম-দৃঢ়তা দ্বারা চিহ্নিত করা হয়েছিল; শিল্প, শারীরিক দক্ষতা এবং কর্তৃত্বের প্রতি শ্রদ্ধা ছিল প্রাথমিক লক্ষ্য। এটি সামোয়ান সমাজ থেকে সম্পূর্ণ আলাদা।

77) How many basic components are in the human ear? (মানুষের কানের মৌলিক উপাদান কয়টি?)

ক) 2 খ) 3 গ) 4 ঘ) 5

ব্যাখ্যা: The human ear is made up of three basic components: the outer or external ear, the middle ear, and the inner ear.

78) The hormones secreted by the pituitary gland are: (পিটুইটারী গ্রন্থি নিঃসৃত হরমোনগুলো হচ্ছে)

ক) Melatonin (মেলাটোনিন) খ) Luteinizing (লিউটিনাইজিং)
 গ) Lactogenic (ল্যাকটোজেনিক) ঘ) Luteinizing & Lactogenic (লিউটিনাইজিং ও ল্যাকটোজেনিক)

ব্যাখ্যা: পিটুইটারী গ্রন্থির সম্মুখ অংশ থেকে লিউটিনাইজিং ও ল্যাকটোজেনিক হরমোন নিঃসরণ হয়।

79) Which of the following is not a subdivision of dissociative disorder? নিচের কোনটি বিচ্ছিন্নতামূলক গোলযোগের উপবিভাগ নয়?

ক) Dissociative Amnesia খ) Dissociative Fuge
 গ) Dissociative Identity Disorder ঘ) Day Dreaming

ব্যাখ্যা: Daydreaming is not a subdivision of dissociative disorder.

80) Down syndrome problem is caused by abnormality of which pair of chromosomes? ডাউন সিন্ড্রোম সমস্যাটি কোন জোড়া ক্রোমোজোমের অসুবিধাজনিত কারণে হয়ে থাকে?

ক) 21 খ) 18 গ) 20 ঘ) 22

ব্যাখ্যা: An abnormality of the 22nd pair of chromosomes causes Down syndrome.

81) Newton, Darwin, and Einstein are _____type of leaders.

ক) Administrative Leader খ) Bureaucrat
 গ) Reformer ঘ) Expert

ব্যাখ্যা: Newton, Darwin, and Einstein are Expert types of leaders. They are a leader of a different sort_____a creative genius in science or the arts. This leadership is based solely on achieved eminence in a certain field. নিউটন, ডারউইন এবং আইনস্টাইন হলেন বিশেষজ্ঞ ধরনের নেতা। তারা একটি ভিন্ন ধরনের নেতা _____ বিজ্ঞান বা শিল্পকলায় সৃজনশীল প্রতিভা। এই নেতৃত্ব শুধুমাত্র একটি নির্দিষ্ট ক্ষেত্রে অর্জিত বিশিষ্টতার উপর ভিত্তি করে।

82) Which research methods are used Variables in social psychology? সমাজ মনোবিজ্ঞানের কোন গবেষণা পদ্ধতিতে চলার ব্যবহার করা হয়?

ক) Survey Method (জরিপ পদ্ধতি) খ) Experimental Method (পরীক্ষণ পদ্ধতি)

গ) Observational Method (পর্যবেক্ষণ পদ্ধতি) ঘ) Cross-Sectional Method

ব্যাখ্যা: In social psychology, the Experimental method uses different types of variables. Like, Independent variable, dependent variable, extraneous variable. সামাজিক মনোবিজ্ঞানে, পরীক্ষামূলক পদ্ধতি বিভিন্ন ধরনের চল ব্যবহার করে। যেমন, স্বাধীন পরিবর্তনশীল, নির্ভরশীল পরিবর্তনশীল, বহিরাগত পরিবর্তনশীল।

83) _____ is the belief that we can master a situation and produce positive outcomes. _____ হল এই বিশ্বাস যে আমরা একটি পরিস্থিতি আয়ত্ত করতে পারি এবং ইতিবাচক ফলাফল আনতে পারি।

ক) Self confidence খ) Self-Motivation

গ) Self-Efficacy (স্ব-কার্যকারিতা) ঘ) Self Esteem

ব্যাখ্যা: Self-efficacy is the belief that we can master a situation and produce positive outcomes. Self-efficacy underlies people's confidence in their ability to accomplish a particular task or achieve a desired outcome successfully. স্ব-কার্যকারিতা হল এই বিশ্বাস যে আমরা একটি পরিস্থিতি আয়ত্ত করতে পারি এবং ইতিবাচক ফলাফল আনতে পারি। স্ব-কার্যকারিতা একটি নির্দিষ্ট কাজ সম্পন্ন করার বা সফলভাবে একটি কাজিক্ত ফলাফল অর্জন করার ক্ষমতার উপর মানুষের আস্থার অন্তর্নিহিত করে।

84) Which of the following causes of schizophrenia is not intrinsic? নিচের সিজোফ্রেনিয়ার কোন কারণটি অভ্যন্তরীণ উপাদান জনিত নয়?

ক) Genetics খ) Brain Structure গ) Heredity ঘ) Environmental

ব্যাখ্যা: Environmental causes are not the intrinsic causes of Schizophrenia. পরিবেশগত কারণগুলি সিজোফ্রেনিয়ার অন্তর্নিহিত কারণ নয়।

85) Whose is the most interesting and widely discussed theory of attitude change? মনোভাব পরিবর্তনের মতবাদগুলোর মধ্যে সবচেয়ে দৃষ্টিআকর্ষণকারী ও বহুল আলোচিত মতবাদটি কার?

ক) Festinger খ) Rosenberg গ) Heider ঘ) McGuire

ব্যাখ্যা: The most interesting and widely discussed theory of attitude change is Festinger's Theory of Cognitive Dissonance. নোভাব পরিবর্তনের সবচেয়ে আকর্ষণীয় এবং বহুল আলোচিত তত্ত্ব হল ফেস্টিনগারের থিওরি অফ কগনিটিভ ডিসোন্যান্স।

86) Maintenance rehearsal is the process of keeping information in _____ memory.

ক) Sensory memory খ) Long-term memory গ) Short-term memory ঘ) Storage memory

ব্যাখ্যা: Maintenance rehearsal is the process of keeping information in short-term memory. Without maintenance rehearsal, information remains in short-term memory for less than 20 seconds.

87) The type of relationships social psychologists try to determine: (সমাজ মনোবিজ্ঞানী যে ধরনের সম্পর্ক নির্ণয়ের চেষ্টা করেন?)

ক) Person to Person (ব্যক্তির সাথে ব্যক্তির) খ) Person to Group (ব্যক্তির সাথে দলের)

গ) Group to Group (দলের সাথে দলের) ঘ) ক+খ+গ

ব্যাখ্যা: সমাজ মনোবিজ্ঞানীরা সাধারণত সমাজের সকলের সাথে সকলের সম্পর্ক, যোগাযোগ, মনোভাব, আচরণ নিয়ে আলোচন করে।

88) The Authoritarian leader usually has a _____ personality structure.

ক) Flexible খ) Fixed গ) Rigid ঘ) Normal

ব্যাখ্যা: The authoritarian leader, who is frequently contrasted to the democratic leader, usually has a rigid personality structure. কর্তৃত্ববাদী নেতা, যিনি প্রায়শই গণতান্ত্রিক নেতার বিপরীতে থাকেন, সাধারণত একটি অনমনীয় ব্যক্তিত্বের কাঠামো থাকে।

89) ক্যাটেলের সংলক্ষণ মতবাদে (Cattell's Trait Theory) তে ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণগুলোকে কতভাগে ভাগ করেছেন?

ক) ৫ ভাগে খ) ৪ ভাগে গ) ২ ভাগে ঘ) ৩ ভাগে

ব্যাখ্যা: রেমন্ড বি ক্যাটেল তাঁর সংলক্ষণ তত্ত্বে ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণগুলোকে ২ ভাগে ভাগ করেছেন। এগুলো হচ্ছে বাহ্যিক সংলক্ষণ (Surface

Trait) এবং উৎস সংলক্ষণ (Source Trait)। ক্যাটেল ১৬টি বাহ্যিক সংলক্ষণের কথা বলেছেন। উৎস সংলক্ষণগুলো ব্যক্তির ভিতরে নিহিত থাকে এবং বাহ্যিক সংলক্ষণগুলোকে নিয়ন্ত্রণ করে।

90) Rumor is a kind of _____ that is not only interesting in itself, but is also one of the means by which booms, crazes, panics, and other forms of mass behavior are produced. গুজব হল এক ধরনের _____ যেটি কেবল নিজের মধ্যেই আকর্ষণীয় নয়, এটি এমন একটি উপায় যার মাধ্যমে উত্থান, উদ্দাদনা, আতঙ্ক এবং অন্যান্য ধরনের গণ আচরণ তৈরি হয়।

ক) Action খ) Communication গ) Interaction ঘ) Attention

ব্যাখ্যা: Rumor is a kind of communication that is not only interesting in itself but is also one of the means by which booms, crazes, panics, and other forms of mass behavior are produced. গুজব হল এক ধরনের যোগাযোগ যা শুধুমাত্র নিজের মধ্যেই আকর্ষণীয় নয়, এটি এমন একটি মাধ্যম যার মাধ্যমে বুম, ক্রেজ, আতঙ্ক এবং অন্যান্য ধরনের গণ আচরণ তৈরি হয়।

91) Which motivational theory did not address the internal state of the organism? (কোন প্রেষণামূলক তত্ত্ব জীবের অভ্যন্তরীণ অবস্থাকে সম্বোধন করেনি?)

ক) Arousal Theory খ) Drive Theory গ) Incentive Theory ঘ) Instinct Theory

ব্যাখ্যা: The instinct, drive, arousal, and opponent-process theories of motivation share a common perspective. Each of these theories addresses the internal state of the organism. But in the Incentive theory, the external stimuli in the environment that 'pull' the organism in specific directions. (অনুপ্রেরণার সহজাত প্রবৃত্তি, চালনা, উত্তেজনা এবং প্রতিপক্ষ-প্রক্রিয়া তত্ত্বগুলি একটি সাধারণ দৃষ্টিভঙ্গি ভাগ করে। এই তত্ত্বগুলির প্রত্যেকটি জীবের অভ্যন্তরীণ অবস্থাকে সম্বোধন করে। কিন্তু উদ্দীপক তত্ত্বে, পরিবেশের বাহ্যিক উদ্দীপনা যা জীবকে নির্দিষ্ট দিকে 'টান' দেয়।)

92) If you accidentally touch a hot stove, your hand automatically pulls back before you even realize it's hot. It's an example of _____. (যদি আপনি দুর্ঘটনাক্রমে গরম চুলায় স্পর্শ করেন, আপনার হাত স্বয়ংক্রিয়ভাবে পিছনে চলে যায়। এটি _____ এর উদাহরণ)

ক) Learning (শেখা) খ) Reflex Action (প্রতিবর্তি ক্রিয়া)

গ) Motivation (প্রেরণা) ঘ) Conditioning (শর্তায়ন)

ব্যাখ্যা: বহির্জগতের কোন উদ্দীপক ইন্দ্রিয়ার মাধ্যমে আমাদের দেহের উপর ক্রিয়া করলে এবং তার ফলে স্নায়ু উদ্দীপিত হওয়ার জন্য যে স্বতঃস্ফূর্ত প্রতিক্রিয়া দেহে সৃষ্টি হয় তাকে প্রতিবর্ত ক্রিয়া বলে। হাঁচি দেয়া, চোখের পলক ফেলা, লাল নিঃসরণ সবই প্রতিবর্তি ক্রিয়ার উদাহরণ।

93) Self-esteem is the component of personality that encompasses our positive and negative _____ (আত্মসম্মান ব্যক্তিত্বের উপাদান যা আমাদের ইতিবাচক এবং নেতিবাচক _____ কে অন্তর্ভুক্ত করে)

ক) Self confidence খ) Self-evaluations গ) Self-development ঘ) self-motivation

ব্যাখ্যা: Self-esteem is the component of personality that encompasses our positive and negative self-evaluations. Self-esteem relates to how we feel about ourselves. আত্ম-সম্মান ব্যক্তিত্বের উপাদান যা আমাদের ইতিবাচক এবং নেতিবাচক আত্ম-মূল্যায়নকে অন্তর্ভুক্ত করে। আত্মসম্মান আমরা নিজেদের সম্পর্কে কেমন অনুভব করি তার সাথে সম্পর্কিত।

94) Who is the father of psychoanalysis? মনঃসমীক্ষণ তত্ত্বের জনক কে?

ক) Carl Rojers খ) Sigmund Freud গ) Albert Bandura ঘ) Pavlov

ব্যাখ্যা: The Father of the psychoanalysis theory is Sigmund Freud. মনোবিশ্লেষণ তত্ত্বের জনক সিগমুন্ড ফ্রয়েড।

95) In _____, a person is afraid of being in shopping malls, crowds, and other public situations from which escape would be difficult if anxiety symptoms occurred.

ক) Agoraphobia খ) Claustrophobia গ) Pyrophobia ঘ) Pathophobia

ব্যাখ্যা: In agoraphobia, a person is afraid of being in shopping malls, crowds, and other public situations, from which escape would be difficult if anxiety symptoms occurred. People with agoraphobia can become

homebound. অ্যাগোরাফোবিয়া, একজন ব্যক্তি শপিং মল, ভিড় এবং অন্যান্য পাবলিক পরিস্থিতিতে থাকতে ভয় পান, যেখান থেকে উদ্বেগের লক্ষণ দেখা দিলে সেখান থেকে পালাতে কঠিন হবে। অ্যাগোরাফোবিয়ায় আক্রান্ত ব্যক্তির গৃহবন্দী হতে পারেন।

96) The general knowledge about a particular situation is called _____. (একটি বিশেষ পরিস্থিতি সম্পর্কে সাধারণ জ্ঞানকে বলা হয় ____।)

- ক) Memory খ) Incident গ) Schema ঘ) Learning

ব্যাখ্যা: When individuals are placed in a situation many times, they become familiar with various aspects of the problem. This general knowledge about the particular situation is called a schema (the plural is schemata).

97) Through cultures are amazingly diverse, said Benedict, each has a certain pattern or _____ সংস্কৃতির মাধ্যমে আশ্চর্যজনকভাবে বৈচিত্র্যময়, বেনেডিক্ট বলেন, প্রতিটির একটি নির্দিষ্ট প্যাটার্ন বা _____ আছে।

- ক) Segregation (পৃথকীকরণ) খ) Differentiation (পৃথকীকরণ)
গ) Integration (সমন্বয়করণ) ঘ) generalization (সাধারণীকরণ)

ব্যাখ্যা: Although cultures are amazingly diverse, said Benedict, each has a certain pattern or integration. Each human society has somehow selected certain segments of the great range of possible interests and types of behavior. যদিও সংস্কৃতি আশ্চর্যজনকভাবে বৈচিত্র্যময়, বেনেডিক্ট বলেন, প্রত্যেকটির একটি নির্দিষ্ট প্যাটার্ন বা একীকরণ রয়েছে। প্রতিটি মানব সমাজ কোনো না কোনোভাবে সম্ভাব্য আগ্রহ এবং আচরণের প্রকারের বিশাল পরিসরের নির্দিষ্ট অংশকে বেছে নিয়েছে।

98) Which medical procedure is called non-directive treatment procedure? কোন চিকিৎসা পদ্ধতিকে নির্দেশনাবিহীন চিকিৎসা পদ্ধতি বলে?

- ক) Psychoanalysis খ) Client-centered Therapy গ) Hypnosis ঘ) Cognitive Behavior Therapy

ব্যাখ্যা: Client-centered therapy is called a non-directional treatment procedure. ক্লায়েন্ট-কেন্দ্রিক থেরাপিকে একটি অ-দিকনির্দেশক চিকিৎসা পদ্ধতি বলা হয়।

99) What is the method of treatment through education? শিক্ষণের মাধ্যমে চিকিৎসা পদ্ধতিকে কী বলে?

- ক) Behavior Therapy খ) Client-centered therapy
গ) Hypnosis ঘ) Cognitive Behavior Therapy

ব্যাখ্যা: Behavior therapy is a method of treatment through psychoeducation. বিহেভিয়ার থেরাপি হল মনোশিক্ষার মাধ্যমে চিকিৎসার একটি পদ্ধতি।

100) Who is the originator of the physiological theory of abnormal behavior? অস্বাভাবিক আচরণের দেহতাত্ত্বিক মতবাদের প্রবর্তক কে?

- ক) Hippocrates খ) Gallen গ) Emile Krepelin ঘ) Morel

ব্যাখ্যা: Emile Kropelin was the originator of the physiological theory of abnormal behavior.

101) The neonate's heartbeat is very rapid, averaging _____-beats per minute. নবজাতকের হৃদস্পন্দন খুব দ্রুত হয়, গড় _____-বিট প্রতি মিনিটে।

- ক) 150 খ) 140 গ) 130 ঘ) 120

ব্যাখ্যা: The neonate's heartbeat is very rapid, averaging 140 beats per minute, but the blood pressure is low. নবজাতকের হৃদস্পন্দন খুব দ্রুত হয়, গড়ে প্রতি মিনিটে 140 বিট, কিন্তু রক্তচাপ কম।

102) How many types of Figure-Ground Perception? (প্রতীক-পটভূমি প্রত্যক্ষণের প্রকারভেদ কত?)

- ক) ২ খ) ৩ গ) ৪ ঘ) ৫

ব্যাখ্যা: প্রতীক-পটভূমি সম্পর্কে মূলত তিনটি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। এগুলো হলো: অপরিবর্তনশীল প্রতীক-পটভূমি (Figure Ground Non-Reversal), পরিবর্তনশীল প্রতীক-পটভূমি (Figure Ground Reversal) এবং দ্ব্যর্থবোধক প্রতীক-পটভূমি (Ambiguous Figure Ground).

103) According to Maslow's theory of Motivation, what type of need is Food?

ক) Safety Needs খ) Cognitive Needs গ) Aesthetic Needs ঘ) Physiological Needs

ব্যাখ্যা: According to Maslow's hierarchy of needs, Maslow felt that people would not be motivated to satisfy their higher needs until they had satisfied their lower needs. Hunger and thirst are basic needs, and they are in the physiological needs stage.

104) The Period of Embryo is usually regarded as a critical time because the _____. (জন্মের সময়কাল সাধারণত একটি গুরুত্বপূর্ণ সময় হিসাবে বিবেচিত হয় কারণ _____-জন্য)

ক) Age খ) Physical Figures গ) Maternal stress ঘ) Malnutrition

ব্যাখ্যা: The Period of embryogenesis is usually regarded as a critical time because unfavorable conditions in the prenatal environment can distort the physical features that are then developing rapidly. জন্মজনিত সময়কাল সাধারণত একটি জটিল সময় হিসাবে বিবেচিত হয় কারণ জন্মপূর্ব পরিবেশে প্রতিকূল পরিস্থিতি শারীরিক বৈশিষ্ট্যগুলিকে বিকৃত করতে পারে যা তখন দ্রুত বিকাশ লাভ করে।

105) Which approach to personality emphasizes the innate goodness of people and their desire to grow? (ব্যক্তিত্বের কোন পদ্ধতিটি মানুষের সহজাত মঙ্গল এবং তাদের বৃদ্ধির আকাঙ্ক্ষাকে জোর দেয়?)

ক) Humanistic খ) Psychodynamic
গ) Learning ঘ) Biological and Evolutionary (জৈবিক এবং বিবর্তনীয়)

ব্যাখ্যা: The humanistic approach to personality emphasizes the innate goodness of people and their desire to grow. (ব্যক্তিত্বের প্রতি মানবতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গি মানুষের সহজাত মঙ্গল এবং তাদের বৃদ্ধির আকাঙ্ক্ষার উপর জোর দেয়।)

106) Several studies suggest that women are at least _____ as likely as men to be diagnosed with an anxiety disorder.

ক) Thrice খ) Twice গ) Four times ঘ) Five times

ব্যাখ্যা: Several studies suggest that women are at least twice as likely as men to be diagnosed with an anxiety disorder. বেশ কিছু গবেষণায় দেখা গেছে যে নারীরা পুরুষদের তুলনায় অন্তত দ্বিগুণ উদ্বেগজনিত ব্যাধিতে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি।

107) According to Festinger, cognitive dissonance occurs when there is an inconsistency between _____ relevant elements. ফেস্টিংগারের মতে, যখন _____ প্রাসঙ্গিক উপাদানের মধ্যে অসঙ্গতি দেখা যায় তখন অবহিতিমূলক সামঞ্জস্যহীনতার সৃষ্টি হয়।

ক) 3 খ) 4 গ) 2 ঘ) 6

ব্যাখ্যা: According to Festinger, cognitive dissonance occurs when there is an inconsistency between two relevant elements.

108) What is the meaning of the word Ab in Abnormal Psychology? Abnormal Psychology তে Ab শব্দের অর্থ কি?

ক) Away খ) Inside গ) Near ঘ) Outside

ব্যাখ্যা: In Abnormal Psychology, the meaning of Ab is Away.

109) The Zuni primitive group was from _____. জুনি আদিম গোষ্ঠীটি ছিল _____ থেকে।

ক) New Guinea খ) New Mexico গ) Vancouver Island ঘ) Hawaii Island

ব্যাখ্যা: Margaret Mead analyzed in detail three cultures: the Zuni of New Mexico, the Dobuans of New Guinea, and the Kwakiutl of Vancouver Island. মার্গারেট মিড তিনটি সংস্কৃতির বিস্তারিত বিশ্লেষণ করেছেন: নিউ মেক্সিকোর জুনি, নিউ গিনির ডোবুয়ানস এবং ভ্যাঙ্কুভার দ্বীপের কোয়াকিউটল।

110) Abram Kardiner and Ralph Linton proposed a central concept named_____ আব্রাম কার্ডিনার এবং রাফ লিটন _____ নামে একটি কেন্দ্রীয় ধারণা প্রস্তাব করেছিলেন।

- ক) Basic Social Structure (মৌলিক সামাজিক কাঠামো)
 খ) Basic Cultural Structure (মৌলিক সাংস্কৃতিক কাঠামো)
 গ) Basic Personality Structure (মৌলিক ব্যক্তিত্ব কাঠামো)
 ঘ) Basic Intelligence Structure (মৌলিক বুদ্ধির কাঠামো)

ব্যাখ্যা: Abram Kardiner and Ralph Linton proposed a central concept named 'Basic Personality Structure' or 'basic personality type'. This means the constellation of personality characteristics that would appear to be congenial with the total range of institutions comprised within a given culture. আব্রাম কার্ডিনার এবং রাফ লিটন 'বেসিক পার্সোনালিটি স্ট্রাকচার' বা 'বেসিক পার্সোনালিটি টাইপ' নামে একটি কেন্দ্রীয় ধারণার প্রস্তাব করেছিলেন। এর অর্থ ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্যের নক্ষত্রমণ্ডল যা একটি প্রদত্ত সংস্কৃতির মধ্যে গঠিত প্রতিষ্ঠানের মোট পরিসরের সাথে অনুকূল বলে মনে হবে।

111) In which process does cell division multiply the number of cells during the Germinal stage of prenatal development? (কোন প্রক্রিয়ায় কোষ বিভাজন জন্মপূর্ব বিকাশের জার্মিনাল/ভ্রূণ পর্যায়ে কোষের সংখ্যাকে গুণ করে?)

- ক) Miosis খ) Mitosis গ) Arithmetic ঘ) Geometric

ব্যাখ্যা: In the Mitosis process, the cell division multiplies the number of cells during the Germinal stage of prenatal development. The one cell is divided into two, then these two into four, four into eight, and so on. মাইটোসিস প্রক্রিয়ায়, কোষ বিভাজন জন্মপূর্ব বিকাশের জার্মিনাল/ ভ্রূণ পর্যায়ে কোষের সংখ্যাকে গুণ করে। একটি কোষ দুটিতে বিভক্ত, তারপর এই দুটিকে চারটি, চারটি থেকে আটটি।

112) নেপোলিয়ন একসাথে সাতটি চিঠির শ্রুতিলিখন দিতে পারতেন। আলপোর্টের ব্যক্তিত্ব সংলক্ষণ তত্ত্বে নেপোলিয়নের ব্যক্তিত্বের কোন সংলক্ষণ ফুটে উঠেছে?

- ক) মৌলিক সংলক্ষণ (Cardinal Trait) খ) কেন্দ্রীয় সংলক্ষণ (Central Trait)
 গ) গৌণ সংলক্ষণ (Secondary Trait) ঘ) মুখ্য সংলক্ষণ (Primary Trait)

ব্যাখ্যা: মৌলিক সংলক্ষণগুলো হলো কোনো ব্যক্তির এমন প্রধান গুণাবলি যার মাধ্যমে তিনি বিশেষভাবে পরিচিত হন। এ সংলক্ষণকে বিশেষ বৈশিষ্ট্য ও বলা হয়।

113) The _____ component is conveyed in the labels we attach to our emotions, such as fear, anger, joy, or sadness. (_____ উপাদানটি আমাদের আবেগ, যেমন ভয়, রাগ, আনন্দ বা দুঃখের সাথে আমরা সংযুক্ত করি সেই লেবেলে প্রকাশ করা হয়।)

- ক) Subjective খ) Objective গ) Psychological ঘ) Positive

ব্যাখ্যা: The subjective component is conveyed in the labels we attach to our emotions, such as fear, anger, joy, or sadness. The physiological component includes all the bodily changes that occur in emotion. (আমরা আমাদের আবেগের সাথে যে লেবেলগুলি সংযুক্ত করি, যেমন ভয়, রাগ, আনন্দ বা দুঃখের সাথে বিষয়গত উপাদানটি প্রকাশ করা হয়। শারীরবৃত্তীয় উপাদান আবেগের মধ্যে ঘটে এমন সমস্ত শারীরিক পরিবর্তনকে অন্তর্ভুক্ত করে।)

114) The lifetime prevalence of Schizophrenia is slightly less than ____percent, and it affects men slightly more often than women. সিজোফ্রেনিয়ার জীবনকালের প্রকোপ _____ শতাংশের চেয়ে সামান্য কম, এবং এটি মহিলাদের তুলনায় পুরুষদের কিছুটা বেশি প্রভাবিত করে।

- ক) 5 খ) 3 গ) 10 ঘ) 1

ব্যাখ্যা: The lifetime prevalence of Schizophrenia is slightly less than 1 percent, and it affects men slightly more often than women. সিজোফ্রেনিয়ার জীবনকালের প্রকোপ 1 শতাংশের চেয়ে সামান্য কম, এবং এটি মহিলাদের তুলনায় পুরুষদের কিছুটা বেশি প্রভাবিত করে।

115) Our mass media are _____ influences in the diffusion of power in our society. (আমাদের গণমাধ্যম হল আমাদের সমাজে ক্ষমতার প্রসারে _____ প্রভাব।)

ক) Major খ) Minor গ) No ঘ) Neutral

ব্যাখ্যা: Mass media have increased the arena of political life. Our mass media are major influences in the diffusion of power in our society. গণমাধ্যম রাজনৈতিক জীবনের আঙিনা বাড়িয়ে দিয়েছে। আমাদের গণমাধ্যম আমাদের সমাজে ক্ষমতার প্রসারে প্রধান প্রভাবক।

116) A _____ is formed when a sperm unites with an ovum. (একটি _____ গঠিত হয় যখন একটি শুক্রাণু একটি ডিম্বাণুর সাথে মিলিত হয়।)

ক) Follicle খ) Zygote গ) Blastocyst ঘ) Placenta

ব্যাখ্যা: The beginning of a life consists of an astounding series of events and processes that start at conception when an egg cell from a female unites with a sperm cell from a male. The resulting single fertilized cell, called a zygote. একটি জীবনের শুরুতে ঘটনা এবং প্রক্রিয়াগুলির একটি চমকপ্রদ সিরিজ রয়েছে যা গর্ভধারণের সময় শুরু হয় যখন একটি মহিলার ডিম্বাণু একটি পুরুষের শুক্রাণু কোষের সাথে একত্রিত হয়। ফলে একক নিষিক্ত কোষ, যাকে জাইগোট বলে।

117) Where were the 'Rumor Clinics' established?

ক) New York খ) London গ) Boston ঘ) California

ব্যাখ্যা: During World War II, Rumor clinics were established in Boston, USA, and other centers to aid in this work. দ্বিতীয় বিশ্বযুদ্ধের সময়, এই কাজে সাহায্য করার জন্য মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের বোস্টন এবং অন্যান্য কেন্দ্রে গুজব ক্লিনিক প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল।

118) C. Bird has summarized _____ psychological studies designed to reveal the personality traits of leaders. (সি. বার্ড নেতাদের ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য প্রকাশ করার জন্য ডিজাইন করা _____ মনস্তাত্ত্বিক অধ্যয়নের সংক্ষিপ্ত বিবরণ দিয়েছেন।)

ক) Twenty Five খ) Twenty গ) Thirty Five ঘ) Thirty

ব্যাখ্যা: C. Bird has summarized twenty psychological studies designed to reveal the personality traits of leaders. Intelligence, initiative, extroversion, and sense of humor were found to be the most characteristic of leadership. সি. বার্ড নেতাদের ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য প্রকাশ করার জন্য ডিজাইন করা বিশটি মনস্তাত্ত্বিক অধ্যয়নের সংক্ষিপ্ত বিবরণ দিয়েছেন। বুদ্ধিমত্তা, উদ্যোগ, বহির্মুখীতা এবং হাস্যরসের অনুভূতি নেতৃত্বের সর্বাধিক বৈশিষ্ট্য হিসাবে পাওয়া গেছে।

119) The newborn infant sleeps generally _____ hours per day. নবজাতক শিশু প্রতিদিন সাধারণত _____ ঘন্টা ঘুমায়।

ক) 10-15 hours খ) 15-20 hours গ) 12-18 hours ঘ) 13-17 hours

ব্যাখ্যা: The newborn infant spends a great deal of time sleeping, generally 15 to 20 hours per day. The sleep patterns tend to occur as naps of perhaps 2 to 4 hours, separated by short periods of wakefulness. নবজাতক শিশু ঘুমের জন্য প্রচুর সময় ব্যয় করে, সাধারণত প্রতিদিন 15 থেকে 20 ঘন্টা। ঘুমের ধরণগুলি সম্ভবত 2 থেকে 4 ঘন্টার ঘুম হিসাবে ঘটতে থাকে, যা স্বল্প সময়ের জাগরণ দ্বারা পৃথক হয়।

120) কার্ল ইয়ং এর মনোবৈজ্ঞানিক প্রকারভেদ মতবাদে (Psychological type theory) তে কবি, সাহিত্যিক, শিল্পী, বিজ্ঞানীদের কোন প্রকারভেদের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত করেছেন?

ক) অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্ব খ) বহির্মুখী ব্যক্তিত্ব গ) মুক্তমনা ব্যক্তিত্ব ঘ) বাস্তবমুখী ব্যক্তিত্ব

ব্যাখ্যা: কার্ল ইয়ং এর মতে, অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্বের লোকেরা নিজেদের নিয়ে ব্যস্ত থাকে। বাইরের জগতের প্রতি এদের আকর্ষণ খুব কম। এরা খুব আত্মকেন্দ্রিক, বাহ্য বস্তুর প্রতি উদাসীন, আত্মসচেতন, এবং স্বার্থপর। এজন্য কবি, সাহিত্যিক এদেরকে অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্ব বলেছেন।

121) The terms come from the nature of the question asked, which leaves the respondent free to answer in his own words. Is the technique named? পদগুলি জিজ্ঞাসিত প্রশ্নের প্রকৃতি থেকে আসে, যা উত্তরদাতাকে তার নিজের ভাষায় উত্তর দিতে স্বাধীন রাখে। কৌশলটির নাম কি?

ক) Unidimensional খ) Single question গ) Free response ঘ) Cognitive Dissonance

ব্যাখ্যা: The terms come from the nature of the question asked, which leaves the respondent free to answer in his own words. This technique is known as the Free Response Method of attitude assessment. পদগুলি জিজ্ঞাসিত প্রশ্নের প্রকৃতি থেকে আসে, যা উত্তরদাতাকে তার নিজের ভাষায় উত্তর দিতে স্বাধীন রাখে। এই কৌশলটি মনোভাব মূল্যায়নের মুক্ত প্রতিক্রিয়া পদ্ধতি নামে পরিচিত।

122) A recent survey by Stogdill covers over a hundred studies of ' _____ factors associated with leadership'.

- ক) Personal খ) Social গ) Environmental ঘ) Cultural

ব্যাখ্যা: A recent survey by Stogdill covers over a hundred studies of ' personal factors associated with leadership'. Personal factors include intelligence, scholarship, dependability, activity, social participation, and others. স্টগডিলের একটি সাম্প্রতিক জরিপ 'নেতৃত্বের সাথে যুক্ত ব্যক্তিগত কারণের' শতাধিক গবেষণা করার করে। ব্যক্তিগত কারণগুলির মধ্যে রয়েছে বুদ্ধিমত্তা, বৃত্তি, নির্ভরযোগ্যতা, কার্যকলাপ, সামাজিক অংশগ্রহণ এবং অন্যান্য।

123) Which approach mentions that learning comes from mental processes? (কোন পদ্ধতির উল্লেখ আছে যে শিক্ষা মানসিক প্রক্রিয়া থেকে আসে?)

- ক) Classical Conditioning খ) Operant Conditioning
গ) Cognitive Approach ঘ) Observational Learning

ব্যাখ্যা: Cognitive Approach mentions that learning comes from the mental process.

124) Which memory has the largest capacity?

- ক) Long-term memory খ) short-term memory গ) Sensory Memory ঘ) Primary memory

ব্যাখ্যা: Sensory memory has a huge capacity, storing almost everything that we see or hear, but it lasts for less than a second.

125) বুদ্ধি হলো বিদ্যুতের মতো-এটি পরিমাপ করা সহজ, কিন্তু সংজ্ঞায়িত করা কঠিন। সংজ্ঞাটি কে প্রদান করেছেন?

- ক) ম্যাকমোহন ও ম্যাকমোহন খ) ক্রাইডার ও সাথীরা গ) ওয়েকসলার ঘ) আলফ্রেড বিনে

ব্যাখ্যা: উপরের সংজ্ঞাটি প্রদান করেছেন ক্রাইডার ও তার সাথীরা।

126) A person may believe that thoughts that are not his or her own have been placed in his or her mind by an external source; this is called? একজন ব্যক্তি বিশ্বাস করতে পারেন যে তার নিজের নয় এমন চিন্তাভাবনা তার মনের মধ্যে বাহ্যিক উৎস দ্বারা স্থাপন করা হয়েছে; এটা কি বলা হয়?

- ক) Thought Broadcasting খ) Thought Insertion
গ) Grandiose delusions ঘ) Ideas of reference

ব্যাখ্যা: A person may believe that thoughts that are not his or her own have been placed in his or her mind by an external source; this is called thought insertion. একজন ব্যক্তি বিশ্বাস করতে পারেন যে তার নিজের নয় এমন চিন্তাভাবনা তার মনের মধ্যে বাহ্যিক উৎস দ্বারা স্থাপন করা হয়েছে; এটাকে ভাবনা সন্নিবেশ বলা হয়।

127) Behavior measurement is a _____measure of an individual's behavior used to describe personality characteristics. (আচরণের পরিমাপ হল একজন ব্যক্তির আচরণের একটি _____ পরিমাপ যা ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য বর্ণনা করতে ব্যবহৃত হয়।)

- ক) Indirect খ) Direct গ) Systematic ঘ) Automatic

ব্যাখ্যা: Behavioral assessment is a direct measure of an individual's behavior designed to describe characteristics indicative of personality. As with observational research, behavioral assessment may be carried out naturally by observing people in their own settings. আচরণগত মূল্যায়ন হল একজন ব্যক্তির আচরণের একটি সরাসরি পরিমাপ যা ব্যক্তিত্বের নির্দেশক বৈশিষ্ট্য বর্ণনা করার জন্য ডিজাইন করা হয়েছে। পর্যবেক্ষণমূলক গবেষণার মতো, আচরণগত মূল্যায়ন স্বাভাবিকভাবেই মানুষের নিজস্ব সেটিংসে পর্যবেক্ষণ করে করা যেতে পারে।

128) What wavelength of light produces red color? (আলোক তরঙ্গ দৈর্ঘ্য কত হলে লাল বর্ণের সৃষ্টি হয়?)

ক) ৪৩০ মিলিমাইক্রন খ) ৪৯৫ মিলিমাইক্রন গ) ৫১৫ মিলিমাইক্রন ঘ) ৬৬০ মিলিমাইক্রন

ব্যাখ্যা: বিভিন্ন দৈর্ঘ্যের আলোক তরঙ্গ বিভিন্ন বর্ণ তৈরি করে। ৪৩০ মিলিমাইক্রন হলে বেগুনি, ৪৯৫ হলে নীলাভ সবুজ, ৫১৫ হলে সবুজ, ৬১০ হলে কমলা এবং ৬৬০ মিলিমাইক্রন হলে লাল বর্ণের সৃষ্টি হয় এবং সেই আলোগুলো আমরা চোখে দেখতে পাই।

129) In assessing the effects of mass media, it must be kept in mind that attitude and opinion formation occurs as a _____. গণমাধ্যমের প্রভাব মূল্যায়ন করার সময়, এটি অবশ্যই মনে রাখতে হবে যে মনোভাব এবং মতামত গঠন একটি _____ হিসাবে ঘটে।

ক) Behavioristic (আচরণবাদী) খ) Psychodynamic (মনঃসমীক্ষণবাদী)
 গ) Humanistic (মানবিক) ঘ) Gestalt (সমগ্রতাবাদী)

ব্যাখ্যা: In assessing the effects of mass media, it must be kept in mind that attitude and opinion formation occur as a Gestalt. গণমাধ্যমের প্রভাব মূল্যায়ন করার সময়, এটি অবশ্যই মনে রাখতে হবে যে মনোভাব এবং মতামত গঠন একটি Gestalt হিসাবে ঘটে।

130) _____ is a personality trait defined by the tendency to react to events with greater-than-average negative effect.

ক) Extraversion খ) Neurosis গ) Neuroticism ঘ) Psychosis

ব্যাখ্যা: Neuroticism is a personality trait defined by the tendency to react to events with greater-than-average negative effect. নিউরোটিসিজম হল একটি ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য যা গড়ের চেয়ে বেশি নেতিবাচক প্রভাব সহ ইভেন্টগুলিতে প্রতিক্রিয়া করার প্রবণতা দ্বারা সংজ্ঞায়িত করা হয়।

131) বিকাশ মনোবিজ্ঞান অনুযায়ী গর্ভাবস্থা বা Prenatal Stage এর সময়সীমা কত?

ক) গর্ভধারণ থেকে জন্ম খ) ভূমিষ্ঠ হওয়ার পর থেকে ২য় সপ্তাহ
 গ) দ্বিতীয় সপ্তাহের পর থেকে দুই বছর ঘ) দুই বছর থেকে ছয় বছর

ব্যাখ্যা: বিকাশ মনোবিজ্ঞান অনুযায়ী গর্ভাবস্থা বা Prenatal Stage এর সময়সীমা হচ্ছে গর্ভধারণ থেকে জন্ম পর্যন্ত

132) Memories of a specific, important, or surprising emotionally significant event that are recalled easily and with vivid imagery is called? (একটি নির্দিষ্ট, গুরুত্বপূর্ণ, বা আশ্চর্যজনক আবেগগতভাবে উল্লেখযোগ্য ঘটনার স্মৃতি যা সহজে এবং প্রাণবন্ত চিত্র সহ স্মরণ করা হয়?)

ক) Schemas খ) Flashbulb memory গ) Explicit memory ঘ) Implicit Memory

ব্যাখ্যা: Flashbulb memories are memories related to a specific, important, or surprising event that are so vivid they represent a virtual snapshot of the event. Several types of flashbulb memories are common among college students. (ফ্ল্যাশবাল্‌ব স্মৃতি হল একটি নির্দিষ্ট, গুরুত্বপূর্ণ বা আশ্চর্যজনক ইভেন্টের সাথে সম্পর্কিত স্মৃতি যা এতটাই প্রাণবন্ত তারা ইভেন্টের একটি ভার্চুয়াল স্ন্যাপশট উপস্থাপন করে। কলেজ ছাত্রদের মধ্যে বিভিন্ন ধরনের ফ্ল্যাশবাল্‌ব স্মৃতি সাধারণ।)

134) A leader must be able to retrench and shift his course as emergencies arise. A successful leader foresees emergencies and prepares to deal with them, which is the _____ quality of a leader.

(জরুরী অবস্থা দেখা দিলে একজন নেতাকে অবশ্যই ছাঁটাই করতে এবং তার পথ পরিবর্তন করতে সক্ষম হতে হবে। একজন সফল নেতা জরুরী পরিস্থিতি দেখেন এবং তাদের মোকাবেলা করার জন্য প্রস্তুত হন, যা একজন নেতার _____ গুণ।)

ক) Organizing খ) Administration গ) Adaptability ঘ) Creativity

ব্যাখ্যা: A leader must be adaptable, able to retrench and shift his course as emergencies arise. Unexpected events always occur; disputes and defections among followers are almost inevitable. A successful leader anticipates emergencies and prepares to address them. একজন নেতাকে অবশ্যই অভিযোজিত হতে হবে, জরুরী অবস্থার উদ্ভব হলে তাকে ছাঁটাই করতে এবং তার পথ পরিবর্তন করতে সক্ষম হতে হবে। অপ্রত্যাশিত ঘটনা সবসময় ঘটে; অনুসারীদের মধ্যে বিরোধ এবং দলত্যাগ প্রায় অনিবার্য। একজন সফল নেতা জরুরী অবস্থার পূর্বাভাস দেন এবং তাদের মোকাবেলা করার জন্য প্রস্তুত

হন।

135) _____are chemical messengers secreted by a set of endocrine glands in our bodies. _____হয় রাসায়নিক বার্তাবাহক যা আমাদের দেহের অন্তঃস্রাবী গ্রন্থির একটি সেট দ্বারা নিঃসৃত হয়।

ক) Hormones খ) Synapse গ) Axons ঘ) Cell body

ব্যাখ্যা: Hormones are chemical messengers secreted by a set of endocrine glands in our bodies. Each of the endocrine glands produces and releases its own set of hormones directly into our bloodstream. হরমোন হল রাসায়নিক বার্তাবাহক যা আমাদের দেহের অন্তঃস্রাবী গ্রন্থিগুলির একটি সেট দ্বারা নিঃসৃত হয়। প্রতিটি অন্তঃস্রাবী গ্রন্থি সরাসরি আমাদের রক্তপ্রবাহে নিজস্ব হরমোন তৈরি করে এবং ছেড়ে দেয়।

136) সাকিব আল হাসান একজন বিখ্যাত ক্রিকেটার। তিনি সবসময়ই চিন্তা করেন কিভাবে ব্যাটিং, বোলিং, বা ফিল্ডিং বিশ্বসেরা হবেন। তাছাড়া, তাঁর আরো কিছু আকাঙ্ক্ষা রয়েছে যেমন, অনেক টাকার মালিক হবেন, সারা বিশ্ব তাকে চিনবে, তিনি একজন ক্রিকেটে বিশাল তারকা হবেন। সাকিব আল হাসানের কোন ধরনের সামাজিক প্রেষণা এখানে কাজ করেছে?

ক) খ্যাতি লাভের ইচ্ছা খ) পদমর্যাদার চাহিদা গ) ক্ষমতা লিপ্সা ঘ) কৃতি প্রেষণা

ব্যাখ্যা: প্রত্যেক মানুষই তাঁর কাজের স্বীকৃতি চায়। মানুষ তাঁর ভালো কাজের স্বীকৃতি হিসেবে খ্যাতি লাভ করে, একজন ভালো খেলোয়াড় তাঁর খেলার অর্জনের মাধ্যমে খ্যাতি অর্জন করতে চায়। এটিই উল্লেখিত উদ্দীপকে উল্লেখ করা হয়েছে।

137) Which common effects are produced when the relationship between parental behavior and child personality is Rejection? পিতামাতার আচরণ এবং সন্তানের ব্যক্তিত্বের মধ্যে সম্পর্ক যখন প্রত্যাখ্যান হয় তখন কোন সাধারণ প্রভাব তৈরি হয়?

ক) Aggressiveness খ) Feelings of insecurity and nervousness
গ) Infantile behavior ঘ) All of them

ব্যাখ্যা: Aggressiveness, Feelings of insecurity and nervousness, and Infantile behavior, Submissiveness all are common effects are produced when the relationship between parental behavior and child personality is Rejection. আক্রমণাত্মকতা, নিরাপত্তাহীনতার অনুভূতি এবং নার্ভাসনেস, এবং শিশুর আচরণ, বশ্যতা সবই সাধারণ প্রভাব তৈরি হয় যখন পিতামাতার আচরণ এবং শিশুর ব্যক্তিত্বের মধ্যে সম্পর্ক প্রত্যাখ্যান হয়।

138) When dissonance is present, in addition to trying to reduce it, the person will actively avoid_____and information which would likely increase the dissonance. যখন বৈষম্য উপস্থিত থাকে, তখন এটি হ্রাস করার চেষ্টা করার পাশাপাশি, ব্যক্তি সক্রিয়ভাবে _____ এবং এমন তথ্য এড়িয়ে যাবেন যা সম্ভবত ভিন্নতা বাড়িয়ে দেবে।

ক) Situations (পরিস্থিতি) খ) Decisions (সিদ্ধান্ত) গ) Actions (ক্রিয়া) ঘ) Relations (সম্পর্ক)

ব্যাখ্যা: When dissonance is present, in addition to trying to reduce it, the person will actively avoid situations and information that would likely increase the dissonance. যখন বৈষম্য উপস্থিত থাকে, তখন এটি কমানোর চেষ্টা করার পাশাপাশি, ব্যক্তি সক্রিয়ভাবে এমন পরিস্থিতি এবং তথ্য এড়িয়ে চলবেন যা সম্ভবত অসঙ্গতি বাড়িয়ে দেবে।

139) Which hormone helps in the formation of skin pigmentation? (কোন হরমোন ত্বকের বর্ণ (Pigmentation) তৈরিতে সাহায্য করে?)

ক) Thyrotropic hormone (থাইরোট্রোপিক হরমোন)
খ) Antidiuretic hormone (এন্টিডিউরিক হরমোন)
গ) Thyroxine hormone (থাইরক্সিন হরমোন)
ঘ) Melanocyte-stimulating hormone (মেলানোসাইট উদ্দীপক হরমোন)

ব্যাখ্যা: পিটুইটারী গ্রন্থির মধ্য অংশ হতে নিঃসৃত মেলানোসাইট উদ্দীপক হরমোন (Melanocyte Stimulating Hormone) ত্বকের বর্ণ বা Pigmentation তৈরিতে সাহায্য করে।

140) Moral principle বা নৈতিক নীতি দ্বারা পরিচালিত হয় মানসিক কাঠামোর কোন স্তর?

ক) The Ego খ) The Super Ego গ) The Id ঘ) The Anal stage

ব্যাখ্যা: অতি অহম নৈতিক নীতি (Moral Principle) দ্বারা পরিচালিত হয়। সুখের প্রতি এর কোন মোহ নেই, বাস্তবের প্রতি সে ততটা মনোযোগী নয়। অতি অহমের মূল কাজ হলো নৈতিকতা ও সামাজিক আদর্শের ভিত্তিতে ব্যক্তিত্বের বিকাশ ঘটানো।

141) Social Behavior is a function of individuals' personality variables operating within a framework of social ____ and roles. সামাজিক আচরণ হল ব্যক্তির ব্যক্তিত্বের পরিবর্তনশীলের একটি ফাংশন যা সামাজিক ____ এবং ভূমিকাগুলির একটি কাঠামোর মধ্যে কাজ করে।

ক) Norms (আদর্শ) খ) Deviation (বিচ্যুতি) গ) Structure (গঠন) ঘ) Perception (প্রত্যক্ষণ)

ব্যাখ্যা: Social Behavior is a function of individuals' personality variables operating within a framework of social norms and roles, always affected by their perception of the situation. সামাজিক আচরণ হল ব্যক্তিদের ব্যক্তিত্বের ভেরিয়েবলের একটি ফাংশন যা সামাজিক নিয়ম এবং ভূমিকার একটি কাঠামোর মধ্যে কাজ করে, সবসময় পরিস্থিতি সম্পর্কে তাদের উপলব্ধি দ্বারা প্রভাবিত হয়।

142) The approach is based on the view that behavior is motivated by unconscious inner forces over which the individual has little control _____. (যে দৃষ্টিভঙ্গি অবচেতন অভ্যন্তরীণ শক্তি দ্বারা আচরণ নিয়ন্ত্রণ করে, যেগুলোর উপর ব্যক্তির সামান্যই নিয়ন্ত্রণ থাকে, তাকে বলে _____।)

ক) Behavioral perspective (আচরণমূলক দৃষ্টিভঙ্গি)
 খ) Cognitive perspective (জ্ঞানমূলক দৃষ্টিভঙ্গি)
 গ) Psychodynamic perspective (মনোবৈজ্ঞানিক-গতি দৃষ্টিভঙ্গি)
 ঘ) Neuroscience perspective (স্নায়ুবিজ্ঞানের দৃষ্টিভঙ্গি)

ব্যাখ্যা: The Psychodynamic approach is based on the view that behavior is motivated by unconscious inner forces over which the individual has little control. Sigmund Freud introduces this perspective.

143) ক্যাটেলের সংলক্ষণ মতবাদে (Cattell's Trait Theory) তে ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণগুলোকে কতভাগে ভাগ করেছেন?

ক) ৫ ভাগে খ) ৪ ভাগে গ) ২ ভাগে ঘ) ৩ ভাগে

ব্যাখ্যা: রেমন্ড বি ক্যাটেল তাঁর সংলক্ষণ তত্ত্বে ব্যক্তিত্বের সংলক্ষণগুলোকে ২ ভাগে ভাগ করেছেন। এগুলো হচ্ছে বাহ্যিক সংলক্ষণ (Surface Trait) এবং উৎস সংলক্ষণ (Source Trait)। ক্যাটেল ১৬টি বাহ্যিক সংলক্ষণের কথা বলেছেন। উৎস সংলক্ষণগুলো ব্যক্তির ভিতরে নিহিত থাকে এবং বাহ্যিক সংলক্ষণগুলোকে নিয়ন্ত্রণ করে।

144) What is the third way of reducing cognitive dissonance? জ্ঞানীয় অসঙ্গতি কমানোর তৃতীয় উপায় কি?

ক) Change of a behavioral cognitive element. (একটি আচরণগত জ্ঞানীয় উপাদান পরিবর্তন.)
 খ) Change of an environmental cognitive element (একটি পরিবেশগত জ্ঞানীয় উপাদান পরিবর্তন)
 গ) Addition of new cognitive elements (নতুন জ্ঞানীয় উপাদানের সংযোজন)
 ঘ) Stop adding any cognitive elements (কোনো সংজ্ঞামূলক উপাদান যোগ করা বন্ধ করুন)

ব্যাখ্যা: Sometimes it is very difficult to change any of the cognitive elements that are involved in dissonance. Under these circumstances, it is often possible to add new elements to outweigh the dissonant ones. কখনও কখনও অসঙ্গতির সাথে জড়িত যে কোনও জ্ঞানীয় উপাদান পরিবর্তন করা খুব কঠিন। এই পরিস্থিতিতে, অসঙ্গতিগুলিকে ছাড়িয়ে যাওয়ার জন্য প্রায়ই নতুন উপাদান যুক্ত করা সম্ভব।

145) Which one is the main agent of socialization for a child? কোনটি একটি শিশুর সামাজিকীকরণের প্রধান এজেন্ট?

ক) School খ) Peer গ) Family ঘ) Media

ব্যাখ্যা: Family is the primary agent of socialization for a child, as most learning occurs within the family. পরিবার হল একটি শিশুর সামাজিকীকরণের প্রাথমিক এজেন্ট, কারণ বেশিরভাগ শিক্ষা পরিবারের মধ্যেই ঘটে।

146) _____ Is experienced when the fetus orients itself so that it heads (or rump) settles into the pelvic basin at the lower end of the uterus. (_____ অনুভব করা হয় যখন জগ্ন নিজে থেকে এমনভাবে অভিমুখী করে যে

এটি জরায়ুর নীচের প্রান্তে শ্রোণী বেসিনে মাথা (বা রাম্প) স্থির হয়।)

- ক) Crowning খ) Lightening গ) Breech ঘ) Shoulder presentation

ব্যাখ্যা: Lightening is experienced when the fetus orients itself so that its head (or rump) settles into the pelvic basin at the lower end of the uterus. This position relieves or lightens the pressure on the mother's diaphragm and lungs, allowing her to breathe more easily. যখন ভ্রূণ নিজেকে এমনভাবে অভিমুখ করে যে তার মাথা (বা রাম্প) জরায়ুর নীচের প্রান্তে পেলভিক বেসিনে স্থির হয় তখন হালকা হওয়ার অভিজ্ঞতা হয়। এই অবস্থানটি মায়ের ডায়াফ্রাম এবং ফুসফুসের চাপকে উপশম করে বা হালকা করে, তাকে আরও সহজে শ্বাস নিতে দেয়।

147) A charismatic leader's charisma is a native word. (Charismatic Leader এর Charisma কোন দেশি শব্দ?)

- ক) French খ) Spanish গ) Latin ঘ) Greek

ব্যাখ্যা: In a charismatic leader, the word charisma comes from the Greek word charisma.

148) Behavior therapy usually achieves results in a _____ of time because it is generally directed to specific symptoms, leading to faster relief of a client's distress and to lower costs.

- ক) Life long খ) Short period গ) Permanent ঘ) Long period

ব্যাখ্যা: Behavior therapy usually achieves results in a short period of time because it is generally directed to specific symptoms, leading to faster relief of a client's distress and to lower costs. আচরণ থেরাপি সাধারণত অল্প সময়ের মধ্যে ফলাফল অর্জন করে কারণ এটি সাধারণত নির্দিষ্ট উপসর্গের দিকে পরিচালিত হয়, যার ফলে একজন ক্লায়েন্টের কষ্টের দ্রুত ত্রাণ হয় এবং খরচ কম হয়।

149) Which techniques of propaganda imply that 'everybody's doing it better come along? প্রচারের কোন কৌশলগুলি বোঝায় যে 'প্রত্যেকে এটি ভাল করছে?

- ক) Name calling খ) Testimonial গ) Plain Folks ঘ) Band wagon

ব্যাখ্যা: Band Wagon techniques of Propaganda imply that 'everybody's doing it, better come along. প্রচারের ব্যান্ড ওয়গন কৌশলগুলি বোঝায় যে 'সবাই এটা করছে, আরও ভালভাবে এগিয়ে আসুন।

150) আলফ্রেড বিনে কোন দেশের মনোবিজ্ঞানী?

- ক) ব্রিটিশ খ) ফেঞ্জ গ) জার্মান ঘ) আমেরিকান

ব্যাখ্যা: আলফ্রেড বিনে একজন ফরাসি মনোবিজ্ঞানী (১৮৫৭-১৯১১)। তিনি উনবিংশ শতাব্দীর শেষের দিকে মানসিক ক্ষমতার পার্থক্য নিয়ে গবেষণা করেছিলেন।

151) বিবর্তন মতবাদ কে প্রকাশ করেছেন?

- ক) ফ্রানসিস গ্যালটন খ) থার্সটোন গ) চার্লস ডারউইন ঘ) গিলফোর্ড

ব্যাখ্যা: চার্লস ডারউইন বিবর্তনবাদের জনক।

152) মনোগতীয় দৃষ্টিভঙ্গি (The Psychodynamic Theory) অনুযায়ী ব্যক্তিত্বের কাঠামো তে কোন অংশকে প্রধান কার্যনির্বাহী (Executive Head) বলা হয়?

- ক) The Id খ) The Ego গ) The Super Ego ঘ) The Oral Stage

ব্যাখ্যা: The Ego বা অহম বাস্তব নীতি (Reality Principle) দ্বারা পরিচালিত হয়। অহম বিচারবুদ্ধি সম্পন্ন এবং যুক্তিবাদী। সামাজিক রীতিনীতির ভিত্তিতে সে যতটুকু সম্ভব আদিসত্তার চাহিদা পূরণ করে। এজন্য অহমকে প্রধান কার্যনির্বাহী (Executive Head) বলে।

153) In the socialization, the teacher serves as an 'appropriate model' for _____. সামাজিকীকরণে, শিক্ষক _____ এর জন্য 'উপযুক্ত মডেল' হিসেবে কাজ করেন।

- ক) Identification খ) Rationalization গ) Parental roles ঘ) Behavior Modification

ব্যাখ্যা: The teacher and school have formative and reconstructive influences on students, including goal definition, moral training, individual self-concept, work habits, use of leisure time, and value orientations. In other words, the teacher serves as an appropriate model for identification. লক্ষ্য সংজ্ঞা, নৈতিক প্রশিক্ষণ, স্বতন্ত্র

স্ব-ধারণা, কাজের অভ্যাস, অবসর সময়ের ব্যবহার, এবং মান অভিযোজন সহ শিক্ষার্থীদের উপর শিক্ষক এবং বিদ্যালয়ের গঠনমূলক এবং পুনর্গঠনমূলক প্রভাব রয়েছে। অন্য কথায়, শিক্ষক সনাক্তকরণের জন্য উপযুক্ত মডেল হিসাবে কাজ করে।

154) ব্যক্তিত্বের জৈবিক দৃষ্টিভঙ্গিতে শেলডনের শারীরিক গঠন মতবাদে একটোমরফিক ব্যক্তিত্বের ব্যক্তিদের দেহের গড়ন কেমন?

ক) পেট শরীরের অন্যান্য অংশের তুলনায় বড় খ) মিশুক, আরামপ্রিয়

গ) সুঠাম দেহের অধিকারী

ঘ) দেহ ছিপছিপে লম্বা, হালকা পাতলা

ব্যাখ্যা: একটোমরফিক (Ectomorphic) ব্যক্তিত্বের অধিকারী লোকদের দেহ ছিপছিপে লম্বা, হালকা পাতলা গড়নের হয়। এরা যেকোন কাজে দ্রুত প্রতিক্রিয়া করতে পারে। সামাজিক মেলামেশা এরা পছন্দ করে, এরা আত্মকেন্দ্রিক এবং নির্জনপ্রিয়।

155) When the frequency of sound waves increases rapidly, the perception of sound its pitch_____. (শব্দ তরঙ্গের সংখ্যা যেখানে দ্রুত বৃদ্ধি পায়, সেখানে শব্দের উচ্চতা অর্থাৎ আমাদের শব্দের প্রত্যক্ষণ _____।)

ক) Gradually decreases (ধীরে ধীরে কমে যায়)

খ) Gradually increases (ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পায়)

গ) Remains constant (ধীরে ধীরে সমান হয়)

ঘ) No change (কোন পরিবর্তন হয় না)

ব্যাখ্যা: শব্দ তরঙ্গের সংখ্যা যেখানে দ্রুত বৃদ্ধি পায়, সেখানে শব্দের উচ্চতা অর্থাৎ আমাদের শব্দের প্রত্যক্ষণ ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পায়। বিশেষ করে দেখা গেছে, শব্দ তরঙ্গের সংখ্যা প্রতি সেকেন্ডে ১০০০ থেকে ৪০০০ পর্যন্ত হলে প্রত্যক্ষীভূত উচ্চতা ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পায়।

156) People with high levels of neuroticism were more than_____as likely to develop an anxiety disorder as those with low levels.

ক) Thrice

খ) Twice

গ) Half

ঘ) One-third

ব্যাখ্যা: People with high levels of neuroticism were more than twice as likely to develop an anxiety disorder as those with low levels. উচ্চ স্তরের নিউরোটিসিজমযুক্ত ব্যক্তিদের মধ্যে নিম্ন স্তরের লোকদের তুলনায় উদ্বেগজনিত ব্যাধি হওয়ার সম্ভাবনা দ্বিগুণেরও বেশি।

157) According to Kelman, _____occurs when a person accepts influence from another individual or a group because he expects to obtain a favorable reaction from the other. কেলম্যানের মতে, _____ ঘটে যখন একজন ব্যক্তি অন্য ব্যক্তি বা একটি গোষ্ঠীর প্রভাব গ্রহণ করেন কারণ তিনি অন্যের কাছ থেকে অনুকূল প্রতিক্রিয়া পাওয়ার আশা করেন।

ক) Identification (শনাক্তকরণ)

খ) Internalization (অভ্যন্তরীণকরণ)

গ) Compliance (সম্মতি)

ঘ) Knowledge function (জ্ঞানগত কার্যাবলি)

According to Kelman, compliance occurs when a person accepts influence from another individual or a group because he expects to obtain a favorable reaction from the other. কেলম্যানের মতে, সম্মতি ঘটে যখন একজন ব্যক্তি অন্য ব্যক্তি বা একটি গোষ্ঠীর প্রভাব গ্রহণ করেন কারণ তিনি অন্যের কাছ থেকে অনুকূল প্রতিক্রিয়া পাওয়ার আশা করেন।

158) In stage 2 of labor, the forward emergence of the fetal head at the cervical outlet is termed—

(জন্ম প্রক্রিয়ার ২ ধাপে শিশুর মাথা হামাগুড়ি দিয়ে জরায়ুমুখ দিয়ে বের অগ্রসর হওয়াকে কি বলে?)

ক) Lightening খ) Crowning

গ) Breeching

ঘ) Implantation

ব্যাখ্যা: জন্মপ্রক্রিয়ার ২ ধাপে একসময় সংকোচন সাময়িকভাবে বন্ধ হয়ে যায় এবং গর্ভবতী মহিলা নিচের দিকে খুব চাপ অনুভব করে। এই সময় শিশুর মাথা হামাগুড়ি দেওয়ার মতো করে অগ্রসর হতে থাকে। একে বলে Crowning বলে। এসময় জন্মানালী পথে নবজাতকের মাথা দেখা যায়।

159) Memory for factual information (names, faces, dates) is called?

ক) Declarative Memory

খ) Procedural Memory

গ) Semantic Memory

ঘ) Episodic Memory

ব্যাখ্যা: Declarative memory is memory for factual information, such as names, dates, faces, and facts, like a bike has two wheels.

160) ব্যক্তির বংশগত এবং জন্মগত গুণাবলীকে ক্যাটেল কোন সংলক্ষণে ভাগ করেছেন?

ক) পরিবেশগত সংলক্ষণ খ) মেটা আর্গ

গ) আর্গ ঘ) গঠনগত সংলক্ষণ

ব্যাখ্যা: ব্যক্তির বংশগত এবং জন্মগত গুণাবলীকে ক্যাটেল আর্গ সংলক্ষণে ভাগ করেছেন।

161) Which groups tend to be more cohesive? কোন দলগুলো বেশি সমন্বিত হতে থাকে?

- ক) Large খ) Small গ) Social Group ঘ) Fromal Group

ব্যাখ্যা: Small groups tend to be more cohesive.

162) Which one is not the basic goal of Psychology? (মনোবিজ্ঞানের মৌলিক লক্ষ্যগুলোর অন্তর্ভুক্ত নয়?)

- ক) To describe (বর্ণনা করা) খ) To explain (ব্যাখ্যা করা)
 গ) Apply knowledge to promote human behavior (মানব আচরণ উন্নয়নে জ্ঞান প্রয়োগ করা)
 ঘ) To prescribe medicine (ঔষধ নির্ধারণ করা)

ব্যাখ্যা: The first three items are the basic goals of psychology. To prescribe medicine is not the goal of psychology.

163) _____ can be conceptualized as a continuum along which individuals, groups, and societies are located.

_____কে একটি ধারাবাহিকতা হিসাবে ধারণা করা যেতে পারে যার সাথে ব্যক্তি, গোষ্ঠী এবং সমাজ অবস্থিত।

- ক) Conformity (সামঞ্জস্য) খ) Cohesion (সংহতি)
 গ) Consensus (ঐক্যমত) ঘ) Normative (আদর্শিকতা)

ব্যাখ্যা: Conformity can be conceptualized as a continuum along which individuals, groups, and societies are located. Conformity is indispensable to society and is related to cohesion. সামঞ্জস্য একটি ধারাবাহিকতা হিসাবে ধারণা করা যেতে পারে যার সাথে ব্যক্তি, গোষ্ঠী এবং সমাজ অবস্থিত। সামঞ্জস্য সমাজের জন্য অপরিহার্য এবং সংহতির সাথে সম্পর্কিত।

164) People with anxiety disorders have been found to pay _____ to negative cues in their environment than do people without anxiety.

- ক) Less attention খ) More attention গ) Severe attention ঘ) no attention

ব্যাখ্যা: People with anxiety disorders have been found to pay more attention to negative cues in their environment than do people without anxiety. উদ্বেগজনিত ব্যাধিযুক্ত ব্যক্তিরা উদ্বেগহীন লোকদের তুলনায় তাদের পরিবেশে নেতিবাচক সংকেতগুলিতে বেশি মনোযোগ দিতে দেখা গেছে।

165) _____ refers to a child's reactivity and characteristic ways of self-regulation, which are believed to be biologically programmed. _____ একটি শিশুর প্রতিক্রিয়াশীলতা এবং স্ব-নিয়ন্ত্রণের বৈশিষ্ট্যগত উপায়গুলিকে বোঝায়, যা জৈবিকভাবে প্রোগ্রাম করা বলে মনে করা হয়।

- ক) Temperament খ) Hormones গ) Pituitary Glands ঘ) Adrenal

ব্যাখ্যা: Temperament refers to a child's reactivity and characteristic ways of self-regulation, which is believed to be biologically programmed. মেজাজ বলতে একটি শিশুর প্রতিক্রিয়াশীলতা এবং স্ব-নিয়ন্ত্রণের বৈশিষ্ট্যগত উপায় বোঝায়, যা জৈবিকভাবে প্রোগ্রাম করা বলে বিশ্বাস করা হয়।

166) Intentional or conscious collection of information is called? (ইচ্ছাকৃত বা সচেতনভাবে তথ্য সংগ্রহকে বলা হয়?)

- ক) Explicit Memory খ) Implicit Memory গ) Semantic Memory ঘ) Episodic Memory

ব্যাখ্যা: Explicit memory refers to intentional or conscious recollection of information. When we try to remember a name or date we have encountered or learned about previously, we are searching for our explicit memory.

(সুস্পষ্ট স্মৃতি বলতে ইচ্ছাকৃত বা সচেতনভাবে তথ্যের স্মরণকে বোঝায়। যখন আমরা একটি নাম বা তারিখ মনে রাখার চেষ্টা করি যা আমরা আগে পেয়েছি বা জেনেছি, আমরা আমাদের স্পষ্ট স্মৃতি অনুসন্ধান করছি।)

167) What are the Decibel Ratings of the busy traffic, office tabulator, and noisy restaurant? (ব্যস্ত ট্রাফিক, অফিস ট্যাবুলেটর, এবং কোলাহলপূর্ণ রেস্টুরেন্টের ডেসিবেল রেটিং কি?)

- ক) 30 খ) 70 গ) 100 ঘ) 120

ব্যাখ্যা: Sounds, however, are measured in tenths of a bel or decibels (Abbreviated dB)- zero decibels is the

মনোবিজ্ঞানের একটি জৈবিক ফ্যাক্টর।

175) The blind spot is a small area of the retina containing _____? (ব্লাইন্ড স্পট কি রেটিনার একটি ছোট এলাকা ধারণ করে যেখানে _____?)

ক) Neither Rods খ) Neither Cones গ) Neither Nerve cells ঘ) ক+খ

ব্যাখ্যা: The blind spot is a small area of the retina containing neither rods nor cones. This area is where the axons (nerve fibers) of the ganglion cells converge and leave the eye as the optic nerve.

ব্লাইন্ড স্পট হল রেটিনার একটি ছোট অংশ যাতে রড বা শঙ্কু থাকে না। এই এলাকাটি যেখানে গ্যাংলিয়ন কোষের অ্যাক্সন (স্নায়ু তন্তু) একত্রিত হয় এবং চোখকে অপটিক স্নায়ু হিসাবে ছেড়ে যায়।

176) When was the Institute of Propaganda Analysis established in the USA?

ক) 1940 খ) 1945 গ) 1937 ঘ) 1935

ব্যাখ্যা: The Institute of Propaganda Analysis was established in the USA in 1937 to analyze the different types of Propaganda. প্রোপাগান্ডা বিশ্লেষণের ইনস্টিটিউট 1937 সালে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে বিভিন্ন ধরনের প্রচার বিশ্লেষণ করার জন্য প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল।

177) Research suggests that genes can explain _____ percent of the variance in anxiety disorders other than panic disorder. গবেষণা পরামর্শ দেয় যে জিন প্যানিক ডিসঅর্ডার ব্যতীত উদ্বেগজনিত ব্যাধিগুলির পার্থক্যের _____ শতাংশ ব্যাখ্যা করতে পারে।

ক) 0-20 percent খ) 20-40 percent গ) 40-60 percent ঘ) 60-80 percent

ব্যাখ্যা: Research suggests that genes can explain 20-40 percent of the variance in anxiety disorders other than panic disorder. গবেষণা পরামর্শ দেয় যে জিন প্যানিক ডিসঅর্ডার ব্যতীত উদ্বেগজনিত ব্যাধিগুলির 20-40 শতাংশ পার্থক্য ব্যাখ্যা করতে পারে।

178) A delivery in which the infant's feet/buttocks emerge before the head is termed—

(যে জন্ম প্রক্রিয়ায় শিশুর মাথা আগে বের না হয়ে পা আগে বের হয় তাকে কোন ধরনের জন্মপ্রক্রিয়া বলে?)

ক) Natural খ) Breech গ) Transverse ঘ) Spontaneous

ব্যাখ্যা: যে জন্ম প্রক্রিয়ায় শিশুর মাথা আগে বের না হয়ে পা আগে বের হয় তাকে Breech Birth ধরনের জন্মপ্রক্রিয়া বলে? শতকরা ৪ ভাগ শিশুর ক্ষেত্রে প্রথমে মাথা না এসে এ ধরনের উলটো হয়ে জন্ম হয়ে থাকে।

179) The death of a loved one's effect on Abnormal Behavior is a _____ causal factor. অস্বাভাবিক আচরণে প্রিয়জনের মৃত্যু একটি _____ কারণ কারণ।

ক) Predisposing Factor খ) Precipitating factors গ) Reinforcing Factors ঘ) Genetical

ব্যাখ্যা: The death of a loved one's effect on Abnormal Behavior is a Precipitating factor.

180) Which of the following is not included in Hartley and Hartley's (1952) stage of development of racial prejudice? নিম্নের কোনটি হার্টলে ও হার্টলে (১৯৫২) জাতিগত পূর্বসংস্কার বিকাশ পর্যায়ের অন্তর্ভুক্ত নয়?

ক) পৃথকীকরণ (Differentiation), খ) শনাক্তকরণ (Identification)

গ) মূল্যায়ন (Evaluation) ঘ) গঠন (Formation)

ব্যাখ্যা: Formation is not included in Hartley and Hartley's (1952) stage of development of racial prejudice. Differentiation, Identification, and Evaluation are the stages of development of racial prejudices. হার্টলি এবং হার্টলির (1952) জাতিগত কুসংস্কারের বিকাশের পর্যায়ে অন্তর্ভুক্ত নয় গঠন। পার্থক্য, সনাক্তকরণ এবং মূল্যায়ন হল জাতিগত কুসংস্কারের বিকাশের পর্যায়।

181) Normal bowel movements occur four to _____ times per day in neonates. নবজাতকদের মধ্যে প্রতিদিন চার থেকে _____ বার স্বাভাবিক মলত্যাগ ঘটে।

ক) 10 times খ) 7 times গ) 4 times ঘ) 2 times

ব্যাখ্যা: Elimination of waste products occurs many times a day in neonates. Normal bowel movements occur four to seven times per day in the neonates, but reduce to perhaps two after about eight weeks. নবজাতকদের মধ্যে দিনে অনেকবার বর্জ্য পদার্থ নির্মূল করা হয়। নবজাতকদের মধ্যে প্রতিদিন চার থেকে সাত বার স্বাভাবিক মলত্যাগ ঘটে, কিন্তু প্রায় আট সপ্তাহ পর তা কমতে পারে দুইয়ে।

182) Adolescence was not considered separated from _____ in the 1800s. ১৮০০-এর দশকে বয়ঃসন্ধিকালকে _____ থেকে বিচ্ছিন্ন বলে মনে করা হয়নি।

ক) Babyhood খ) Childhood গ) Adulthood ঘ) Infancy

ব্যাখ্যা: Adolescence was not considered separate from adulthood in the 1800s. Children reached puberty at fourteen or fifteen years of age, and when they did, they usually took on adult roles. ১৮০০-এর দশকে বয়ঃসন্ধিকালকে যৌবন থেকে আলাদা বলে মনে করা হত না। শিশুরা চৌদ্দ বা পনেরো বছর বয়সে বয়ঃসন্ধিতে পৌঁছেছিল এবং যখন তারা করেছিল, তারা সাধারণত প্রাপ্তবয়স্কদের ভূমিকা গ্রহণ করেছিল।

183) Which one is the biological Factor/s of the abnormal behavior?

ক) Heredity খ) Body Constitution গ) Brain Pathology ঘ) All of them

ব্যাখ্যা: The biological Factors of Abnormal behavior are Heredity, Body Constitution, Brain Pathology, and Biochemical factors—physical handicap, glandular Dysfunction, etc. অস্বাভাবিক আচরণের জৈবিক কারণগুলি হল বংশগতি, শারীরিক গঠন, মস্তিষ্কের রোগবিদ্যা, এবং জৈব রাসায়নিক কারণগুলি-শারীরিক প্রতিবন্ধকতা, গ্র্যান্ডুলার ডিসফাংশন ইত্যাদি।

184) In early childhood, _____are characteristically larger, more intelligent, and slightly older than the other members of the play group. প্রারম্ভিক শৈশবে, _____রা চরিত্রগতভাবে বড়, আরও বুদ্ধিমান এবং গ্লে গ্রুপের অন্যান্য সদস্যদের তুলনায় কিছুটা বড়।

ক) Peers খ) Leaders গ) Mentors ঘ) Gangs

ব্যাখ্যা: In early childhood, leaders are characteristically larger, more intelligent, and slightly older than the other members of the play group. Fact that, they are older and more intelligent makes it possible for them to offer suggestions for play. প্রারম্ভিক শৈশবকালে, নেতারা চরিত্রগতভাবে বড়, আরও বুদ্ধিমান এবং গ্লে গ্রুপের অন্যান্য সদস্যদের তুলনায় কিছুটা বয়স্ক হন। সত্য যে, তারা বয়স্ক এবং আরও বুদ্ধিমান তাদের পক্ষে খেলার জন্য পরামর্শ দেওয়া সম্ভব করে তোলে।

185) মনোবিজ্ঞানের যে শাখায় জন্মপূর্ব পর্যায় থেকে মৃত্যুর পূর্ব পর্যন্ত ব্যক্তির বিকাশ সম্পর্কিত কার্যাবলির বিজ্ঞানসম্মত পর্যালোচনা করা হয় তাকে কি মনোবিজ্ঞান বলে?

ক) সমাজ মনোবিজ্ঞান খ) পরিবেশ মনোবিজ্ঞান
গ) জৈব মনোবিজ্ঞান ঘ) বিকাশ মনোবিজ্ঞান

ব্যাখ্যা: মনোবিজ্ঞানের যে শাখায় জন্মপূর্ব পর্যায় থেকে মৃত্যুর পূর্ব পর্যন্ত ব্যক্তির বিকাশ সম্পর্কিত কার্যাবলির বিজ্ঞানসম্মত পর্যালোচনা করা হয় তাকে বিকাশ মনোবিজ্ঞান বলে।

186) A basketball team with various team members that work together is an example of_____বিভিন্ন দলের সদস্যদের সাথে একটি বাল্কেটবল দল যারা একসাথে কাজ করে _____ এর উদাহরণ।

ক) Group Cohesiveness (গ্রুপ সংহতি) খ) Group think (গ্রুপ চিন্তা)
গ) Group Size (দলের সাইজ) ঘ) Exclusion (বর্জন)

ব্যাখ্যা: The most indispensable ingredient in group structure is cohesiveness, and the principal element in this unity is consensus among members. A basketball team with various team members that work together is an example of group cohesiveness. গোষ্ঠী গঠনের সবচেয়ে

অপরিহার্য উপাদান হল সমন্বয়, এবং এই একত্বের প্রধান উপাদান হল সদস্যদের মধ্যে ঐকমত্য। বিভিন্ন দলের সদস্যদের সাথে একটি বাল্কেটবল দল যারা একসাথে কাজ করে তা হল গ্রুপ সংহতির উদাহরণ।

187) A patient reclines on a couch, facing away from the analyst, and is encouraged to give free rein to his or her thoughts, verbalizing whatever comes to mind, without censoring anything. This treatment process is called? একজন রোগী বিশ্লেষকের কাছ থেকে দূরে মুখ করে একটি পালঙ্কে হেলান দিয়ে বসে থাকে এবং তার চিন্তাভাবনাকে মুক্ত লাগাম দিতে উৎসাহিত করা হয়, যা কিছু মনে আসে তা মৌখিকভাবে প্রকাশ করে, কোন কিছুর সংবেদন ছাড়াই__ এই চিকিৎসা প্রক্রিয়াটিকে বলা হয়?

ক) Counselling খ) CBT গ) Interpretation ঘ) Free association

ব্যাখ্যা: A patient reclines on a couch, facing away from the analyst, and is encouraged to give free rein to his or her thoughts, verbalizing whatever comes to mind, without censoring anything. This treatment process is called Free association. একজন রোগী বিশ্লেষকের কাছ থেকে দূরে মুখ করে একটি পালঙ্কে হেলান দিয়ে বসে থাকে এবং তার চিন্তাভাবনাকে অবাধে লাগাম দিতে উৎসাহিত করা হয়, যা কিছু মনে আসে তা মৌখিকভাবে বলার জন্য, কোন কিছুর সংবেদন ছাড়াই__ এই চিকিৎসা প্রক্রিয়াটিকে ফ্রি অ্যাসোসিয়েশন বলা হয়।

188) Down's Syndrome results from_____. (ডাউনস সিনড্রোমের ফলাফল _____ থেকে।)

ক) Two recessive genes খ) Brain dysfunction গ) Heart disease ঘ) an extra chromosome

ব্যাখ্যা: Down syndrome results from the presence of an extra chromosome. It is a genetic disorder that causes mental retardation. In this case, male and female babies have an extra chromosome in the 21st pair of chromosomes. ডাউন সিনড্রোম অতিরিক্ত ক্রোমোজোমের উপস্থিতি থেকে হয়। এটি একটি জেনেটিক ব্যাধি যা মানসিক প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে। এই ক্ষেত্রে, পুরুষ এবং মহিলা শিশুদের 21 তম জোড়া ক্রোমোজোমে একটি অতিরিক্ত ক্রোমোজোম থাকে।

189) Who is not included in the mental health professionals?

ক) Psychologists খ) Researchers গ) Psychiatrists ঘ) Psychiatric social workers.

ব্যাখ্যা: The three types of mental health professionals who most often administer psychological treatment in mental health settings are clinical psychologists, psychiatrists, and psychiatric social workers. তিন ধরনের মানসিক স্বাস্থ্য পেশাদার যারা প্রায়শই মানসিক স্বাস্থ্য সেটিংসে মনস্তাত্ত্বিক চিকিৎসা পরিচালনা করেন তারা হলেন ক্লিনিকাল সাইকোলজিস্ট, সাইকিয়াট্রিস্ট এবং সাইকিয়াট্রিক সোশ্যাল ওয়ার্কার।

190) নিম্নের কোনটি অগ্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষা নয়?

ক) সাক্ষাৎকার খ) ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা গ) পরিস্থিতিমূলক অভীক্ষা ঘ) কাহিনী সংপ্রত্যক্ষণ অভীক্ষা

ব্যাখ্যা: ব্যক্তিত্ব পরিমাপের ক্ষেত্রে অগ্রক্ষেপণমূলক অভীক্ষা ব্যবহার করা যাতে কোন অস্পষ্ট ছবি বা কার্ড দেখানো হয় না। এখানে যেসব পদ্ধতি ব্যবহার করা হয় সেগুলো হলো: সাক্ষাৎকার, ব্যক্তিত্ব প্রশ্নমালা, পরিস্থিতিমূলক অভীক্ষা ইত্যাদি।

191) W. O. Jennings found that the personality differences between leaders and other group members lay not in age, intelligence, or emotional maturity but in the quality of their _____ behavior.

ক) Personal খ) Social গ) Cultural ঘ) Interactional

ব্যাখ্যা: W. O. Jennings found that the personality differences between leaders and other group members lay not in age, intelligence, or emotional maturity but in the quality of their interactional behavior. For example, leaders establish rapport with others and win their confidence. ডব্লিউ ও জেনিংস দেখতে পান যে নেতা এবং অন্যান্য গোষ্ঠীর সদস্যদের মধ্যে ব্যক্তিত্বের পার্থক্য বয়স, বুদ্ধিমত্তা বা মানসিক পরিপক্বতার মধ্যে নয় বরং তাদের পারস্পরিক আচরণের গুণমানের মধ্যে রয়েছে। উদাহরণস্বরূপ, নেতারা অন্যদের সাথে সম্পর্ক স্থাপন করে এবং তাদের আস্থা অর্জন করে।

192) DNA is important in development because it_____. (ডিএনএ বিকাশের জন্য গুরুত্বপূর্ণ কারণ এটি _____।)

ক) Determines growth pattern খ) Controls Intelligence গ) Both ঘ) Neither

ব্যাখ্যা: DNA is important in development because it determines growth patterns. ডিএনএ বিকাশের জন্য গুরুত্বপূর্ণ কারণ এটি বৃদ্ধির ধরণ নির্ধারণ করে।

193) Defense mechanisms are a principal focus of _____.

- ক) Free association খ) Transference গ) Interpretation ঘ) Counter Transference

ব্যাখ্যা: Defense mechanisms are the principal focus of interpretation. ডিফেন্স মেকানিজম হল ব্যাখ্যার প্রধান ফোকাস।

194) Behavior therapy is a _____ and active treatment that recognizes the importance of behavior, acknowledges the role of learning, and includes thorough assessment and evaluation.

- ক) Direct খ) Indirect গ) Model ঘ) Supplementary

ব্যাখ্যা: Behavior therapy is a direct and active treatment that recognizes the importance of behavior, acknowledges the role of learning and includes thorough assessment and evaluation. আচরণ থেরাপি একটি সরাসরি এবং সক্রিয় চিকিৎসা যা আচরণের গুরুত্ব স্বীকার করে, ভূমিকা স্বীকার করে শেখার, এবং পুঙ্খানুপুঙ্খ মূল্যায়ন এবং মূল্যায়ন অন্তর্ভুক্ত।

195) Sujon is a die-hard fan of the football club Real Madrid. He always tries to follow the team norm, dress, and feel like a member of this group. This example is for _____ group. সুজন ফুটবল ক্লাব রিয়াল মাদ্রিদের ডাই-হার্ড ফ্যান। তিনি সর্বদা দলের আদর্শ অনুসরণ করার চেষ্টা করেন, পোশাক পরেন এবং এই দলের একজন সদস্যের মতো অনুভব করেন। এই উদাহরণটি _____ গোষ্ঠীর জন্য।

- ক) Membership (সদস্য) খ) Informal (অনানুষ্ঠানিক)
গ) Secondary (মাধ্যমিক) ঘ) Referenced (নির্দেশক)

ব্যাখ্যা: Sujon is a die-hard fan of the football club Real Madrid. He always tries to follow the team norm, dress, and feel like a member of this group. This example is for the referenced group. সুজন ফুটবল ক্লাব রিয়াল মাদ্রিদের ডাই-হার্ড ফ্যান। তিনি সর্বদা দলের আদর্শ অনুসরণ করার চেষ্টা করেন, পোশাক পরেন এবং এই দলের একজন সদস্যের মতো অনুভব করেন। এই উদাহরণটি রেফারেন্স করা গ্রুপের জন্য।

196) When we experience emotions, many physiological changes occur, but after some time, everything returns to normal. Which system is mainly responsible for these processes? (আবেগের অনুভূতির আমাদের শারীরবৃত্তীয় অনেক পরিবর্তন ঘটে আবার কিছু সময় পরে ঠিক ও হয়ে যায়। এই প্রক্রিয়াগুলির জন্য প্রধানত কোন সিস্টেম দায়ী?)

- ক) Voluntary nervous system (ঐচ্ছিক স্নায়ুতন্ত্র)
খ) Autonomic nervous system (স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতন্ত্র)
গ) Carotid nerve (করোটীয় স্নায়ু)
ঘ) Spinal nerve (মেরু স্নায়ু)

ব্যাখ্যা: যখন আমরা আবেগের অভিজ্ঞতা লাভ করি তখন শারীরবৃত্তীয় অনেক পরিবর্তন ঘটে আবার কিছু সময় পরে ঠিক ও হয়ে যায়। এসব ঘটনার জন্য মূলত দ্বায়ী আমাদের স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতন্ত্র। এই স্নায়ুতন্ত্রকে ২ ভাগে ভাগ করা হয়েছে। যথা সমবেদী (Sympathetic Nervous System) ও পরাসমবেদী (Parasympathetic Nervous System)।

197) A normal female will result from a _____ sex chromosome combination. (একটি সাধারণ নারী একটি _____ লিঙ্গের ক্রোমোজোমের সংমিশ্রণের ফলে হবে।)

- ক) XX খ) XY গ) YY ঘ) XXY

ব্যাখ্যা: A normal female will result from an XX Chromosome combination. For a male child, the genotype is XY. একটি সাধারণ মহিলা একটি XX ক্রোমোজোমের সংমিশ্রণের ফলে হবে। একটি পুরুষ সন্তানের জন্য, জিনোটাইপ হল XY.

198) In our complex urban society, the teacher acts as a substitute for the _____ to an appreciably larger extent than in the 19th-century world. আমাদের জটিল শহুরে সমাজে, শিক্ষক 19 শতকের বিশ্বের তুলনায় একটি প্রশংসনীয়ভাবে বৃহত্তর পরিমাণে _____ এর বিকল্প হিসেবে কাজ করে।

- ক) Mother খ) Father গ) Mentor ঘ) Parents

ব্যাখ্যা: In our complex urban society, the teacher acts as a substitute for the parents to an appreciably larger extent than in the 19th-century world. আমাদের জটিল শহুরে সমাজে, শিক্ষক 19 শতকের বিশ্বের তুলনায় প্রশংসনীয়ভাবে

বৃহত্তর পরিমাণে পিতামাতার বিকল্প হিসাবে কাজ করে।

199) X-rays have their worst effect on the growing baby_____after conception. (গর্ভধারণের পর _____সময় ক্রমবর্ধমান শিশুর উপর এক্স-রে সবচেয়ে খারাপ প্রভাব ফেলে।)

ক) in the First 3 weeks

খ) in the First 6 weeks

গ) After 6 months

ঘ) Before delivery

ব্যাখ্যা: X-rays have their worst effect on the growing baby in the first six weeks after conception. High doses of radiation can increase the risk of miscarriage, birth defects, growth restriction, and later-life childhood cancer. ভ্রূণধারণের পর প্রথম ছয় সপ্তাহে ক্রমবর্ধমান শিশুর ওপর এক্স-রে সবচেয়ে খারাপ প্রভাব ফেলে। বিকিরণের উচ্চ মাত্রা গর্ভপাত, জন্মগত ত্রুটি, বৃদ্ধির সীমাবদ্ধতা এবং পরবর্তী জীবনে শৈশব ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়াতে পারে।

200) People with conversion disorder display physical symptoms that affect voluntary motor or _____functioning.

ক) Neural

খ) Sensory

গ) Auditory

ঘ) Physical

ব্যাখ্যা: People with conversion disorder display physical symptoms that affect voluntary motor or sensory functioning, but the symptoms are inconsistent with known medical diseases.

রূপান্তরজনিত ব্যাধিতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা শারীরিক লক্ষণগুলি প্রদর্শন করে যা স্বেচ্ছাসেবী মোটর বা সংবেদনশীল কার্যকারিতাকে প্রভাবিত করে, তবে লক্ষণগুলি পরিচিত চিকিৎসা রোগের সাথে অসঙ্গতিপূর্ণ।

201) In the early twentieth century, electroconvulsive therapy (ECT), was originated by_____physicians. বিংশ শতাব্দীর গোড়ার দিকে, ইলেক্ট্রোকনভালসিভ থেরাপি (ইসিটি), _____চিকিৎসকদের দ্বারা উদ্ভূত হয়েছিল।

ক) German

খ) French

গ) England

ঘ) Italian

ব্যাখ্যা: In the early twentieth century, electroconvulsive therapy (ECT) was originated by two Italian physicians, Ugo Cerletti and Lucino Bini. বিংশ শতাব্দীর প্রথম দিকে, ইলেক্ট্রোকনভালসিভ থেরাপি (ইসিটি) দুই ইতালীয় চিকিৎসক, উগো সেরলেটি এবং লুসিনো বিনি দ্বারা উদ্ভূত হয়েছিল।

202) Babies are first able to exercise voluntarily control over their_____before other areas of the body. শিশুরা প্রথমে তাদের _____শরীরের অন্যান্য অংশের আগে স্বেচ্ছায় নিয়ন্ত্রণ করতে সক্ষম হয়।

ক) Neck (ঘাড়)

খ) Hands (হাত)

গ) Face (মুখমন্ডল)

ঘ) Feet (পা)

ব্যাখ্যা: Babies are first able to exercise voluntary control over their faces before other areas of the body. শিশুরা প্রথমে শরীরের অন্যান্য অংশের আগে তাদের মুখের উপর স্বেচ্ছায় নিয়ন্ত্রণ করতে সক্ষম হয়।

সমাপ্ত