Psychology - FA Part 2 Psychology Urdu Medium Chapter 4 Short Questions Test

Q1. اصلاح REBT کی و ضاحت کریں.

Ans 1: عقلی جذباتی تکنیک کے مطابق لازمی طور پر افراد عقل مند یا بے عقل اور ڈی حس بے حس ہر وہ متضاد خصوصیت کے حامل ہوتے ہیں.یہ خصوصیت حیاتیاتی طور پر ان میں لازما موجود ہوتی ہے.اور اس وقت تک موجود رہتی ہے جب تک کوئی فرد سوچنے کو کوئی نیا طریقہ نہیں سیکھ لیتا.

Q2. تحلیل نفسی میں انا سے کیا مراد ہے؟

Ans 1: انا کا وظیفہ لاذات اور فوق الانا کی خواہشات کو اعتدال پر لانا یہ لاذات کے بعد اور فوق الانا سے پہلے دوسرا نشونمائی نظام ہے ،جو فوق الانا اور ذات کو اپنی حدود سے باہر جانے سے روکتا ہے.اسے عام طور پر شخصیت کا ناظم کہا جاتا ہے.کیونکہ اس کا وظیفہ لاذات اور فوق الانا کی خواہشات کو قابو میں رکھنا اور انہیں زیر مشاہدہ لانا ہے.تاکہ فرد کی پسندانہ طریقوں کے ذریعے بیرونی دنیا کے ساتھ تعامل کرنے میں مدد سی جا سکے.انا اصول حقیقت کے ذریعے عمل کرتی ہے.

Q3. پیشہ وارانہ رہنمائی کا لفظ کس نے متعارف کروایا؟

Ans 1: پیشہ وارانہ رہنمائی کا لفظ فرینک ہارنس نے متعارف کروایا.

Q4. ABC ماڈل میں A سے کیا مراد ہے؟

Ans 1: ABC ماڈل میں A سے مراد فرد کا تجربہ ہے یعنی کوئی بھی واقعہ جس سے فرد دوچار ہوتا ہے.

Q5. رہنمائی اور مشاورت کے حوالے سے کسی ایک حدیث کا حوالہ دیں.

Ans 1: آپ(ص) نے فرمایا: میرے صحابہ ستاروں‌کی مانند ہیں تم نے جس کی اقتدار کرلی تم ہدایت یافتہ کو جاؤگے.

Q6. کلاسیکی تحلیل نفسی کا بانی کون ہے؟

Ans 1: کلاسیکی تحلیل نفسی ک بانی سگمنڈ فرائڈ ہے.

Q7. تحلیل نفسی میں فوق الانا سے کیا مراد ہے؟

Ans 1: فوق الانا بچوں میں والدین کے اخلاقی ارشادات کی بدولت پیدا ہوتی ہے اور اخلاقی اصولوں کے ذریعے عمل کرتی ہے یہ والدین اور معاشرتی اخلاقی تعلیم پر عمل کرنے والوں کو نوازتی ہے اور بے عملوں کو سزا دیتی ہے،فوق الانا ضمیر کو ضمیر بھی کیا جاتا ہے.

Q8. عقلی جذبات اور تکنیک کی بنیاد کی ماڈل پر ڈالی گئی ہے؟

Ans 1: اس تکنیک کی بنیاد ABC ماڈل پر رکھی گئی ہے.

Q9. مشیر اور مشار کے درمیان تعلق کی اہمیت بیان کریں.

Ans 1: مشیر اور مشار کے درمیان تعلق باہمی احترام پر مبنی ہوتا ہے. جبکہ استاد یا شاگرد اور باپ یا بیٹے کے درمیان تعلقات میں حکم ،اختیار ،جبر ڈر وغیرہ شامل ہوتے ہیں جس میں بیٹا باپ سے کھل کر بات نہیں کر سکتا ہے اور نہ ہی شاگرد اپنے استاد سے کھل کر بات کر سکتا ہے جبکہ مشیر اور مشار کے درمیان اس باہمی احترام کے رشتہ سے مشار کو حوصلہ ملتا ہے کہ وہ مشیر کےسامنے اپنے مسائل کو پیش کر سکے اور ان کے حل کا خواہاں ہو،اور مشیر اپنے علم.تجربے اور تربیت کی بناء پر مشار کو مسائل حل کرنے میں مدد دیتا ہے.یہ ایک یشہ وارانہ خدمت ہے.

Q10. رہنمائی کے دو اصول بیان کریں.

Ans 1: 1.ہر فرد کا ایک منفرد اور مکمل شخصیت کے طور پر ادراک کیا جائے. 2.رہنمائی کی فرد واحد کا کام نہیں ہے بلکہ یہ ایک اجتماعی عمل ہے.