



DCL-1901270302020201 Seat No. _____

M. A. (Sem. II) (CBCS) Examination

July - 2022

Psychology : ECT-04

(Stress & Stress Management) (New Course)

Time : $2\frac{1}{2}$ Hours]

[Total Marks : 70

સૂચના : બધા પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.

1 મનોભારના મૂળ સ્ત્રોતો સમજાવો. 14

અથવા

1 સામાજિક આધારના પ્રકારો જણાવો. 14

2 વ્યક્તિત્વનો અર્થ આપી A પ્રકારની વર્તનભાત અને મનોભાર સમજાવો. 14

અથવા

2 A પ્રકારના વર્તનમાં સુધારણા સમજાવો. 14

3 મર્યાદિત મૂલ્ય ધરાવતું કોપિંગની ચર્ચા કરો. 14

અથવા

3 સમસ્યા કેન્દ્રિત મુકાબલો સમજાવો. 14

4 મનોભારની આવેગિક પ્રતિક્રિયા સમજાવો. 14

અથવા

4 મનોભારની વાર્તાનિક પ્રતિક્રિયાનું વર્ણન કરો. 14

5 કોઈ પણ બે ટૂંકનોંધ લખો : 14

- (1) મનોભારનું સામાન્ય સ્વરૂપ
- (2) ટાઈપ C અને D વ્યક્તિત્વ
- (3) ધ્યાન
- (4) મનોવૈજ્ઞાનિક સમસ્યાઓ અને મનોવિકૃતિઓ.

ENGLISH VERSION

Instruction : All questions are compulsory.

1 Explain to basic sources of stress. **14**

OR

1 Give types of social support. **14**

2 Give meaning of personality and explain type A behavior pattern and stress. **14**

OR

2 Explain modifying Type-A behavior. **14**

3 Discussion of coping strategies having limited value. **14**

OR

3 Explain problem - focused coping. **14**

4 Explain emotional responses of stress. **14**

OR

4 Describe of behavioral consequences of stress. **14**

5 Write any two short notes : **14**

- (1) General nature of stress
- (2) Type C and D personality
- (3) Meditating
- (4) Psychological problems and disorder.
