



* A A N - 0 0 1 - 0 0 1 4 1 3 7 *

AAN-001-0014137 Seat No. _____

B. A. (Sem. IV) (CBCS) Examination

April / May - 2016

Psychology : Paper - IX

(Health Psychology - સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાન)

(New Course)

Faculty Code : 001

Subject Code : 0014137

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

[Total Marks : 70

- સૂચના : (1) જવાબ મુદ્દાસર લખો.
(2) MCQ આન્સરસીટમાં જ આપવા

1 સાચો વિકલ્પ પસંદ કરી જવાબ લખો : 20

(1) માર્ક્સ અને તેના સાથીઓએ કઈ સાલમાં લોકોનાં સ્વાસ્થ્ય અંગે સંશોધન કર્યા ?

(A) 1977 (B) 1987

(C) 1997 (D) 2007

(2) વ્યક્તિમાં શું હોવાની લાગણી તે સ્વાસ્થ્યની નિશાની છે ?

(A) સારા હોવાની (B) તંદુરસ્ત હોવાની

(C) પ્રતિષ્ઠિત હોવાની (D) પૈસાદાર હોવાની

(3) સ્વાસ્થ્યનું મનોવિજ્ઞાન કઈ સાલમાં અસ્તિત્વમાં આવ્યું ?

(A) 1990 (B) 1994

(C) 2000 (D) 2010

(4) સ્વાસ્થ્યનાં મનોવિજ્ઞાનનો વિકાસ કઈ બાબત સમજવા માટે થયો છે ?

(A) સ્વાસ્થ્ય કલ્યાણનાં કાર્યક્રમો

(B) આરોગ્યવૃદ્ધિ

(C) ભોજન નિયંત્રણ

(D) કસરતોની નિયમિતતા

- (5) સ્વાસ્થ્ય સંબંધી બધા પ્રકારનું વર્તન કયા મોડેલને આધારે નક્કી થાય છે ?
- (A) જૈવ-તબીબી (B) જૈવ-મનોસામાજિક
(C) મનોસાંસ્કૃતિક (D) સ્વાસ્થ્ય માન્યતા
- (6) સ્વાસ્થ્ય, બીમારી અને સારવાર લોકોના વિચારો પર આધાર રાખે છે તે દર્શાવતા મોડેલને શું કહેવામાં આવે છે ?
- (A) રચનાત્મક મોડેલ (B) વિધાયક મોડેલ
(C) વૈચારિક મોડેલ (D) સ્વાસ્થ્ય માન્યતા મોડેલ
- (7) તર્કયુક્ત કાર્યનો સિદ્ધાંત કોણે વિકસાવ્યો હતો ?
- (A) શેલી (B) ઓઝેન અને ફિશબેન
(C) ડીમેટો (D) મેટરાઝ
- (8) સ્વ-નિયમન વિષે અપસ્મારનાં 80 દર્દીઓનો સર્વે કોણે કર્યો હતો ?
- (A) મિલર (B) ફિશબેન
(C) ઓડીન (D) કોનાર્ડ
- (9) T.R.A.ના અભ્યાસોનું પુનરાવલોકન કોણે કર્યું હતું
- (A) ગોલ્ડીન (B) આઝેન
(C) ફીશબેન (D) શેલી
- (10) “મન અને શરીર બંને સંયુક્ત રીતે સ્વાસ્થ્ય અને બીમારી પર અસર કરે છે” - આ મત કોનો છે ?
- (A) શેલી (B) જોસેફ મેટરીઝ
(C) ડીમેટો (D) માર્ક્સ અને મેર
- (11) યોગના આઠ અંગ કોણે દર્શાવ્યા છે ?
- (A) શ્રીકૃષ્ણ (B) શ્રી શંકરાચાર્ય
(C) મહર્ષિ પતંજલી (D) વેદ વ્યાસ
- (12) અમેરિકામાં કેટલા ટકા મૃત્યુ ધુમ્રપાનને લીધે થતાં કેન્સરથી થાય છે ?
- (A) 30% (B) 40%
(C) 50% (D) 60%
- (13) વજનના નિયંત્રણનું અગત્યનું ઘટક કયું છે ?
- (A) પ્રજીવકો (B) પ્રોટીન અને લેપટીન
(C) ચરબી (D) સ્યુગર

- (14) અતિસ્થૂળતાનાં જનીનતત્ત્વોનાં ફાળા વિશેનાં પુરાવાઓ કોનાં અભ્યાસો પરથી મળ્યાં છે ?
- (A) પ્રાણીઓ (B) પક્ષીઓ
(C) જોડીયા બાળકો (D) પેઢીઓ
- (15) ખોરાકના ઘટકોને શાની સાથે સંબંધ છે ?
- (A) ચયાપચયનની ક્રિયા સાથે
(B) શ્વાસના દર સાથે
(C) હૃદયની ગતી સાથે
(D) સીરીયમ કોલોસ્ટ્રોલ સાથે
- (16) દારૂ લોહીનાં કયા ઘટકની તીવ્રતાને વધારી દે છે ?
- (A) શ્વેતકણ (B) રક્તકણ
(C) કોલસ્ટ્રોલ (D) હિમોગ્લોબીન
- (17) અમેરિકામાં કેટલાં મિલિયન લોકોને ડાયાસબીટીસ હોય છે ?
- (A) 127 (B) 137
(C) 147 (D) 157
- (18) નોર્મલ વ્યક્તિઓ કેટલી મિનિટ સુધી કસરતો કરી શકે ?
- (A) 30 મિનિટ (B) 40 મિનિટ
(C) 45 મિનિટ (D) 50 મિનિટ
- (19) વ્યક્તિમાં મનોભારની કક્ષા ઊંચી કરારે થાય છે ?
- (A) શરીર નબળું થઈ જાય ત્યારે
(B) વાતાવરણમાં નોંધપાત્ર સમાયોજન સાધવું પડે ત્યારે
(C) ગંભીર શારીરિક રોગ થાય ત્યારે
(D) ગંભીર માનસિક રોગ થાય ત્યારે
- (20) હૃદયરોગમાં પુનર્વસનની સફળતા દર્દીના શેના પર અવલંબે છે ?
- (A) લાગણી (B) ઈચ્છા
(C) ક્રિયાશીલન (D) સહભાગીદારી

2 સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાન એટલે શું ? તેના સ્વરૂપની સમજૂતી આપો. 10

અથવા

2 સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનનું જૈવ તબીબી મોડેલ (પ્રતિમાન) સમજાવો. 10

3 આયોજિત વર્તનનો સિદ્ધાંત સમજાવો. 10

અથવા

3 સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધક વર્તન તરીકે કસરતની ભૂમિકા સમજાવો. 10

4 (અ) ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈપણ એક) 8

(1) સ્વ-નિયમનો સિદ્ધાંત

(2) સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનનું કાર્યક્ષેત્ર

(બ) ટૂંકનોંધ લખો : (કોઈપણ એક) 8

(1) હૃદયરોગના સંચાલનની રીતો

(2) સ્વાસ્થ્ય મેળવવાનું વર્તન

5 ટૂંકમાં ઉત્તર લખો : (કોઈપણ બે) 14

(1) ભોજનનાં વિકારો

(2) લોકો શા માટે ધુમ્રપાન કરે છે ? ચર્ચા કરો.

(3) ડાયાબિટીસનો અર્થ અને પ્રકારો સમજાવો.

(4) સ્વાસ્થ્ય અંગેના ભારતીય દૃષ્ટી બિંદુઓ જણાવો.

ENGLISH VERSION

- Instructions :** (1) Write answer to the point.
(2) Give answer in answer sheet.

1 Choose appropriate answer from given option : **20**

- (1) When did Marx and his associates research about public health ?
(A) 1977 (B) 1987
(C) 1997 (D) 2007
- (2) Which is in a person is a sign of health ?
(A) To be good (B) To be healthy
(C) To be famous (D) To be rich
- (3) In which year health psychology branch come into existence ?
(A) 1990 (B) 1994
(C) 2000 (D) 2010
- (4) Why health psychology is developed ?
(A) Health welfare programme
(B) Improving health
(C) Guidance for diet control
(D) Regularity in exercise
- (5) Which model determines all types of behaviour related health ?
(A) Bio medical (B) Bio psychosocial
(C) Psychocultural (D) Health belief
- (6) "Health, illness and treatment depends on thought of people" – which model shows this ?
(A) Creative model (B) Positive model
(C) Thinking model (D) Health belief model

- (7) Who developed logical mark principle ?
(A) Sheli (B) Azen and Fishben
(C) Demetto (D) Metraz
- (8) Who did survey about self-regulation on 80 patients of appilepsy ?
(A) Miller (B) Fishben
(C) Godin (D) Konard
- (9) Who did the re-observation of TRA studies ?
(A) Goldein (B) Azen
(C) Fishben (D) Shelz
- (10) "Mind and Body both collectively affect on health and illness" who gives this opinion ?
(A) Shely (B) Joseph Metraz
(C) Demato (D) Marks and More
- (11) Who gave eight limbs of Yoga ?
(A) Shri Krishna
(B) Shri Shankaracharya
(C) Maharshi Patanjali
(D) Ved Vyas
- (12) What is the percentage of death caused by cancer due to smoking in America ?
(A) 30% (B) 40%
(C) 50% (D) 60%
- (13) Which element is important in controlling diaete ?
(A) Plazma (B) Protein leptin
(C) Fat (D) Sugar

- (14) Whose researches prove that genes are responsible for obesity ?
- (A) Animals (B) Birds
(C) Twins (D) Generation
- (15) With whom food ingredients have relationship.
- (A) Digestion (B) Rate of breathing
(C) Speed of Heart (D) Serum Cholesterol
- (16) Intensity of which factor of blood increases by alcohol ?
- (A) White cell (B) Red cell
(C) Cholesterol (D) Hemoglobin
- (17) How many million people suffer from diabetes in America ?
- (A) 127 (B) 137
(C) 147 (D) 157
- (18) How long a normal person exercises ?
- (A) 30 minutes (B) 40 minutes
(C) 45 minutes (D) 50 minutes
- (19) When does the level of stress become high in a person ?
- (A) When body becomes weak
(B) Making notable adjustment
(C) Serious physical diseases
(D) Serious mental diseases
- (20) On which condition the success of cardiac rehabilitation depends ?
- (A) Emotions (B) Desires
(C) Activities (D) Co-operation

2 What is health psychology ? Explain the nature of it. 10

OR

2 Explain in detail bio medical model of health psychology. 10

3 Explain in detail the theory of planned behaviour. 10

OR

3 Explain the role of exercise as health improving behaviour. 10

4 (a) Write short notes : (any **one**) 8

(1) Self regulation theory

(2) Field of health psychology

(b) Write short notes : (any **one**) 8

(1) Methods of management of heart diseases

(2) Health recollectihc behaviour

5 Write short answers : (any **two**) 14

(1) Eating disorders

(2) Why people are smoking ? Describe.

(3) Discuss the meaning of disbetes and its types

(4) Explain the Indian view point on health.
