



DCM-1601270502040201 Seat No. _____

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

July - 2022

Psychology

(Stress Management) (Old Course)

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

[Total Marks : 70

સૂચના : બધા પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | સામાજિક આધારના પ્રકારો જણાવો. | 14 |
| | અથવા | |
| 1 | મધ્યવર્તી પરિવર્ત્ય તરીકે મનોભાર સમજાવો. | 14 |
| 2 | ટાઈપ-A વ્યક્તિત્વ અને મનોભાર સમજાવો. | 14 |
| | અથવા | |
| 2 | સુખાકારી સંબંધો અને દૃઢતાનું વર્ણન કરો. | 14 |
| 3 | બચાવ પ્રયુક્તિ સમજાવો. | 14 |
| | અથવા | |
| 3 | સમસ્યા કેન્દ્રિત કોર્પોગની ચર્ચા કરો. | 14 |
| 4 | વિપશ્યના અને જૈવ પ્રતિપુષ્ટિની ચર્ચા કરો. | 14 |
| | અથવા | |
| 4 | મનોભારના વ્યવસ્થાપનની સંગીત થેરાપી સમજાવો. | 14 |
| 5 | ટૂંક નોંધ લખો : (કોઈ પણ બે) | 14 |
| | (1) સીધી અસર અટકળ | |
| | (2) ટાઈપ-C વ્યક્તિત્વ | |
| | (3) ધ્યાન | |
| | (4) આગ્રહીપણાની તાલીમ. | |

ENGLISH VERSION

Instruction : All questions are compulsory.

1 Give types of social support. 14

OR

1 Explain mediating variables of stress. 14

2 Explain Type-A personality and stress.

OR

2 Describe the well-being relationship and Hardings. 14

3 Explain defensive coping. 14

OR

3 Describe problem focused constructive coping. 14

4 Discuss Vipasyana and Bio-Feed back. 14

OR

4 Explain stress management by music therapy. 14

5 Write any two short notes : 14

(1) Direct effect hypothesis

(2) Type-C personality

(3) Meditation

(4) Assertiveness Training.
