



Seat No. : _____

TB-123

April-2013

M.A. (Sem.-IV)

Psychology

(509) Positive Psychology

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 70

સૂચના : બધા પ્રશ્નના ગુણ સરખા છે.

૧. (ક) વ્યક્તિગત ધ્યેયનો અર્થ સમજાવી તેની વ્યાખ્યાની ચર્ચા કરો. ૭

અથવા

વ્યક્તિગત ધ્યેયના માપનની વિવિધ રીતો વર્ણવો.

(ખ) ધ્યેયને દ્વિપરિમાણીય પાસાની આકૃતિદ્વારા સમજાવી આંતરિક વિરુદ્ધ બાહ્ય ધ્યેયની સમજૂતી આપો. ૭

અથવા

સ્વાયત્ત વિરુદ્ધ નિયંત્રિત પ્રેરણાની ઉ.હ. દ્વારા સમજૂતી આપો.

૨. (ક) સ્વનિયમન એટલે શું ? સ્વનિયમન સફળતા માટે આયોજન કેવી રીતે ઉપયોગી થાય છે તે સમજાવો. ૭

અથવા

આયોજન કેવી રીતે મદદરૂપ બને છે તેની ચર્ચા કરો.

(ખ) સ્વનિયંત્રણનો અર્થ આપી તેનું મૂલ્ય સમજાવો. ૭

અથવા

બચાવના ગેરલાભો ઉદાહરણ સાથે સમજાવો.

૩. (ક) ગુણ લક્ષણોને વિધાયક બનાવનારી બાબતો અંગે સમજાવો. ૭

અથવા

વ્યક્તિત્વ અને સુખના સંદર્ભમાં ત્રણ લક્ષણો સમજાવો.

(ખ) સુખી અને દુઃખી નજરે દુનિયાનો ખ્યાલ સમજાવો. ૭

અથવા

સ્વગૌરવ એટલે શું ? સ્વગૌરવનું મૂલ્ય સમજાવો.

૪. (ક) 'શૂન્યથી ઉપર જીવન' એટલે શું ? વિધાયક જીવનનો અર્થ અને સાધનો અંગે સમજાવો. ૭

અથવા

અર્થપૂર્ણ જીવન એટલે શું ? તે અંગે વિગતે સમજાવો.

(ખ) મનોવૈજ્ઞાનિક ક્ષેત્રકુશળતા કેવી રીતે વધારી શકાય તે ચર્ચો. ૭

અથવા

પૂર્વ-પશ્ચિમ અને વિધાયક મનોવિજ્ઞાન અંગે સમજાવો.

૫. એક-બે લીટીમાં ઉત્તર લખો : ૧૪

(૧) સ્વાયત્ત વિરુદ્ધ નિયંત્રિત પ્રેરણા વચ્ચેનો ભેદ શું સૂચવે છે ?

(૨) વ્યક્તિગત સંઘર્ષ કે સંગ્રામ એટલે શું ?

(૩) વ્યક્તિગત ધ્યેયનું ઉદાહરણ આપો.

(૪) વિધાયક માન્યતા એટલે શું ?

(૫) બચાવનો કોઈ એક લાભ લખો.

(૬) ઈરાદાઓના બે પ્રકારોના નામ લખો.

(૭) બચાવના ઉદાહરણ આપો.

(૮) વ્યક્તિગત જવાબદારીનું પ્રતિમાન દોરો.

(૯) સોશીયોમીટર વિશે સમજાવો.

(૧૦) વિધાયક ગુણોમાં શેનો સમાવેશ થાય છે ?

(૧૧) મહાનપાંચ વિશે જણાવો.

(૧૨) લોકોના સુખના સ્તરને અસર કરતા પ્રાથમિક ઘટકોની આકૃતિ દોરો.

(૧૩) પશ્ચિમી સંસ્કૃતિ _____ છે.

(૧૪) કાળજીવાળા (માઈન્ડફુલનેસ)નો અર્થ આપો.

Seat No. : _____

TB-123

April-2013

M.A. (Sem.-IV)

Psychology

(509) Positive Psychology

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 70

Instruction : All questions carry equal marks.

1. (a) Explain the meaning of personal goal and discuss its definition. 7

OR

Describe various methods of measurement of personal goal.

- (b) Explain goals dimension with figure and explain about intrinsic versus extrinsic goals. 7

OR

Explain with example autonomous versus controlled motivation.

2. (a) What is self regulation ? How planning is useful in success of self-regulation ? 7

OR

Discuss how planning is helpful.

- (b) Give the meaning of self control and explain its values. 7

OR

Explain disadvantages of excuses with example.

3. (a) Explain what makes a trait positive. 7

OR

Explain three things with reference to happiness and personality.

- (b) Explain about the world through happy and unhappy eyes. 7

OR

What is self esteem ? Explain the value of its.

4. (a) What is life above zero ? Explain meaning and means of positive life. 7

OR

What is meaningful life ? Explain about it in detail.

(b) Discuss how we can increase psychological well-being. 7

OR

Explain about East-West and positive psychology.

5. Answer in **one-two** lines : 14

(1) What suggest distinction between autonomous and controlled motivation ?

(2) What is personal strivings ?

(3) Give the example of personal goal.

(4) What is positive belief ?

(5) Write one advantage of excuse.

(6) Write two name of intention type.

(7) Give the example of excuse.

(8) Draw the model of personal responsibility.

(9) Explain about sociometer.

(10) Which thing is included in positive traits ?

(11) Write about big five.

(12) Draw the figure of primary influencing of happiness of person.

(13) Western culture is _____.

(14) Give the meaning of mindfulness.
