

JD-106
January-2016
M.A., Sem.-I
406 : Psychology
(Health Psychology)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 70

સૂચના : બધા પ્રશ્નોના ગુણ સમાન છે.

1. (અ) સ્વાસ્થ્ય એટલે શું ? વ્યાખ્યાઓ આપી સમજાવો.

અથવા

બિમારીની બદલાતી જતી ભાતો તથા ટેકનોલોજી અને સંશોધનમાં પ્રગતિને સમજાવો.

- (બ) સંધિજ્વર અને લોહીના દબાણની ચર્ચા કરો.

અથવા

પાયનતંત્રનું કાર્ય અને પેપ્ટિક અલ્સરની ચર્ચા કરો.

2. (અ) વ્યાયામ વિષે વિસ્તૃત ચર્ચા કરો.

અથવા

આહાર શા માટે અગત્યનો છે ?

- (બ) અતિસ્થૂળતા શા માટે સ્વાસ્થ્ય માટે જોખમી છે ?

અથવા

બોધાત્મક વાર્તાનિક અભિગમને વજન નિયંત્રણના સંદર્ભમાં સમજાવો.

3. (અ) તાણની વ્યાખ્યા સમજાવી, તેની શારીરિક અસરો ચર્ચો.

અથવા

કાર્યસ્થળ ઉપર મનોભાર – ચર્ચા કરો.

- (બ) દીર્ઘકાલીન મનોભારના સ્રોત તરીકે આધાતોત્તર મનોભાર વિકૃતિને સમજાવો.

અથવા

શું મનોભારનું સંચાલન જરૂરી છે ? કેમ ?

4. (અ) તંદુરસ્ત સહાય કરનાર એટલે શું ? સમજાવો.

અથવા

દીર્ઘ સહાયક પ્રત્યાયનનું સ્વરૂપ સમજાવો.

- (બ) તીવ્ર પીડા વિરુદ્ધ દીર્ઘકાલીન પીડા સમજાવો.

અથવા

દીર્ઘકાલીન પીડાની જીવનશૈલી વર્ણવો.

5. નીચેના પ્રશ્નોના એક-બે વાક્યમાં જવાબ આપો :
- (1) સ્વાસ્થ્ય મનોવૈજ્ઞાનિકની શૈક્ષણિક લાયકાત જણાવો.
 - (2) વ્યાપકતા અને મૃત્યુ દર એટલે શું ?
 - (3) તંદુરસ્ત વર્તન એટલે શું ?
 - (4) CHDનું પુરુ નામ જણાવો.
 - (5) સ્વ-નિયમન એટલે શું ?
 - (6) HDL એટલે કેવો કોલેસ્ટ્રોલ ?
 - (7) A-type વ્યક્તિત્વ એટલે શું ?
 - (8) મનોભાર અભ્યાસના બે મનોવૈજ્ઞાનિકોના નામ આપો.
 - (9) તણાવ આયોજનની પદ્ધતિઓના નામ જણાવો.
 - (10) સામાજિક સમર્થન એટલે શું ?
 - (11) સંદેશા વ્યવહારની વ્યાખ્યા આપો.
 - (12) પીડાનું શારીરિક પાસું જણાવો.
 - (13) જૈવ-પ્રતિપુષ્ટિ એટલે શું ?
 - (14) શિથિલીકરણ એટલે શું ?
-

Seat No. : _____

JD-106
January-2016
M.A., Sem.-I
406 : Psychology
(Health Psychology)

Time : 3 Hours]

[Max. Marks : 70

Instruction : All questions carry equal marks.

1. (a) What is Health ? Explain with definitions.

OR

Explain the changing patterns of illness and progress in technology and research.

- (b) Discuss Rheumatic Fever and Blood Pressure.

OR

Discuss functioning of digestive system and peptic ulcer.

2. (a) Discuss Exercise in detail.

OR

Why diet is important ?

- (b) Why obesity is a health risk ?

OR

Explain cognitive behaviour approach as a weight control technique.

3. (a) Explain the definition of stress and discuss the physical effects of stress.

OR

Discuss the stress at the work place.

- (b) Explain post-traumatic stress disorder as a source of chronic stress.

OR

Is stress management necessary ? Why ?

4. (a) What is healthcare provider ? Explain it.

OR

Explain the nature of patient provider communication.

- (b) Explain acute vs. chronic pain.

OR

Explain the life style of chronic pain.

5. Answer in **one** or **two** lines :

- (1) Give the educational qualification of Health Psychologist.
 - (2) What is Morbidity and Mortality ?
 - (3) What is Health Behaviour ?
 - (4) Give the full form of CHD.
 - (5) What is self-monitoring ?
 - (6) Which type of cholesterol HDL is ?
 - (7) What is A-type personality ?
 - (8) Give two names of stress psychologists.
 - (9) Give the names of techniques of stress management.
 - (10) What is social support ?
 - (11) Give the definition of Communication.
 - (12) Explain the physiology of pain.
 - (13) What is Bio-feedback ?
 - (14) What is Relaxation ?
-