

M.A. Semester - 3 (CBCS) Examination**Oct/Nov. - 2018****STRESS AND HEALTH (ELECTIVE - 4 / INTER DES)****Time: 2:30 Hours****Marks: 70****Instructions:**

1. All questions are compulsory.
2. Figures to the right indicate marks.

પ્રશ્ન-૧	મનોભાર એટલે શું? તેનું સ્વરૂપ અને પ્રકારની ચર્ચા કરો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૧	મનોભારનાં પ્રતિમાન (મોડેલ)ની ચર્ચા કરો.	
પ્રશ્ન-૨	મનોભારકોનાં પ્રકારની વિગતે ચર્ચા કરો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૨	વ્યવસાયિક મનોભારકોનું વર્ગીકરણ સમજાવો.	
પ્રશ્ન-૩	સ્વાસ્થ્ય એટલે શું? તેના પર મનોભારની અસર ચર્ચો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૩	મનોભારની વિવિધ શારીરિક તંત્ર પર પડતી અસર જણાવો.	
પ્રશ્ન-૪	મનોભારની આવેગિક અસર જણાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૪	મનોભારની જ્ઞાનાત્મક અસર ચર્ચો.	
પ્રશ્ન-૫	કોઇપણ બે ટૂંકનોંધ લખો.	(૧૪)
	(૧) મનોભારનાં પાયાનાં સ્ત્રોત.	
	(૨) ટાઇપ A પ્રકારનાં વ્યક્તિત્વનાં લક્ષણો.	
	(૩) જઠરમાં ચાંદુ.	
	(૪) બચાવ પ્રયુક્તિનો ઉપયોગ.	

ENGLISH VERSION

Que-1	What is stress? Discuss about its nature and types.	(14)
	OR	
Que-1	Discuss about model of stress.	
Que-2	Discuss in detail about types of stressor.	(14)
	OR	
Que-2	Describe classification of Occupational stressor.	
Que-3	What is Health? Discuss effect of stress on it.	(14)
	OR	
Que-3	Discuss effect of stress on various physiological systems.	
Que-4	Describe emotional effect of stress.	(14)
	OR	
Que-4	Discuss about cognitive effect of stress.	
Que-5	Write any TWO short notes.	(14)
	(1) Basic sources of stress.	
	(2) Type A personality characteristics.	
	(3) Ulcer.	
	(4) Uses of defense mechanisms.	
