

B.A. Semester - 3 (CBCS) Examination
Nov/Dec. -2021 [NEW COURSE]
PSY P6 Health Psychology (Elective-1)

Time: 2:30 Hours**Marks: 70****Instructions:**

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

-
- પ્રશ્ન.૧ સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનના વિકાસની રૂપરેખા આપો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૧ જૈવ મનો સામાજિક મોડેલે (પ્રતિમાન) સમજાવી તેના ફાયદાઓ જણાવો.
- પ્રશ્ન.૨ તર્કયુક્ત કાર્યના સિધ્ધાંતની ચર્ચા કરો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૨ આયોજિત વર્તનનો સિધ્ધાંત સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૩ સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધક વર્તન તરીકે કસરતની ભૂમિકા સમજાવો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૩ મનોભાર એટલે શું ? મનોભારની સ્વાસ્થ્ય પર થતી અસરો દર્શાવો.
- પ્રશ્ન.૪ હૃદયરોગનો અર્થ આપી, હૃદયરોગના વ્યવસ્થાપનની ચર્ચા કરો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૪ સ્વ - નિયમન નો સિધ્ધાંત સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૫ ટૂંક નોંધ લખો (કોઈ પણ બે) (૧૪)
1. સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનના આંતરવિદ્યાકીય અને બહુવિધ અભિગમો.
 2. યોગના અંગો
 3. ધૂમપાનની અસરો જણાવો.
 4. વજન ઓછું કરવાની રીતો

ENGLISH VERSION

- Q.1 Explain In Detail The Outline Of Health Psychology. (14)
 OR
- Q.1 Explain The Bio - Psychosocial Model And Its Advantages In Detail.
- Q.2 Discuss Theory Of Reasoned Action. (14)
 OR
- Q.2 Explain Theory Of Planned Behavior.
- Q.3 Role Of Exercise As Health Improving Behavior. (14)
 OR
- Q.3 What Is Stress? Explain Effects Of Stress On Health.
- Q.4 Give The Meaning Of Heart Diseases And Discuss The Rehabilitation of Heart disease. (14)
 OR
- Q.4 Explain Self-Regulation Theory.
- Q.5 Write Short notes (Any Two) (14)
1. Inter Disciplinary And Multiple Disciplinary Approach Of Health Psychology.
 2. Limbs Of Yoga
 3. Effects Of Smoking
 4. Method Of Weight Control
