

B.A. Semester - 3 (CBCS) Examination
Oct/Nov - 2023 [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 મનોવિજ્ઞાન એટલે શું? સ્વાસ્થ્ય મનોવિજ્ઞાનનું સ્વરૂપ વર્ણવો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન-૧ જૈવ મનોસામાજિક પ્રતિમાન મોડેલ સમજાવી, તેના ફાયદાઓ જણાવો.
- પ્રશ્ન-૨ આયોજન વર્તનનો સિધ્ધાંત સમજાવો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન-૨ સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધક વર્તન તરીકે કસરતની ભુમિકા સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૩ તર્કયુક્ત કાર્યના સિધ્ધાંતની ચર્ચા કરો. (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 નિયમનનો સિધ્ધાંત સમજાવો.
- પ્રશ્ન-૫ ટ્રેકનોંધ લખો. (કોઈપણ બે) (૧૪)
- 1) મનોસાંસ્કૃતિક મોડેલ.
 - 2) ધુમ્રપાનની અસરો જણાવો.
 - 3) સ્વાસ્થ્યપ્રદ ભોજનની જાળવણી.
 - 4) યોગના અંગો.

ENGLISH VERSION

- Que-1 What is health Psychology? Describe its from Nature. (14)
 OR
- Que-1 Explain the bio-Psychosocial model and its advantage in detail.
- Que-2 Explain theory of Planned Behaviour. (14)
 OR
- Que-2 Role of exercise as health Improving behaviour.
- Que-3 Discuss theory of Reasoned Action. (14)
 OR
- Que-3 What is stress? Explain effects of stress on health.
- Que-4 Give the Meaning of heart diseases and discuss the rehabilitation of heart diseases. (14)
 OR
- Que-4 Explain self-regulation theory.
- Que-5 Write Short Notes: (Any Two) (14)
- 1) Psychocultural Model.
 - 2) Effects of Smoking.
 - 3) Maintaining a Healthy Diet.
 - 4) Limbs of Yoga.
