

**M.A. (PSYCHOLOGY) Semester - 1 (CBCS) Examination
OCT/NOV-2025 (AS PER SYLLABUS YEAR JUNE-2018)
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? સ્વાસ્થ્યનું જેવ-મનોવિજ્ઞાન-સામાજિક મોડેલ સમજાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૧	સ્વાસ્થ્ય વર્તુણક પરિવર્તન માટેના જ્ઞાનાત્મક વર્તનિક અભિગમો સમજાવો.	
પ્રશ્ન-૨	મનોભારના અભ્યાસમાં સીધાંતિક યોગદાન સમજાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૨	મનોભાર વ્યવસ્થાપનની વિગતે સામજીકી આપો.	
પ્રશ્ન-૩	હૃદયના ઊંચા દબાણ માટેના મનોવૈજ્ઞાનિક કારણોની સમજીકી આપો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૩	એટેક માટેના જોખમી પરિબલો સમજાવો.	
પ્રશ્ન-૪	આરોગ્ય વધારાના વર્તનમાં નિયમિત વ્યાયામના ફાયદાઓ સમજાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન-૪	મેડસીતા એટલે શું? આહારના વિકારો વિગતે સમજાવો.	
પ્રશ્ન-૫	ટ્રેક નોંધ લખો: (કોઈ પણ બે)	(૧૪)
	1) સ્વસ્થ ટેવો.	
	2) આરોગ્યપ્રદ આહાર.	
	3) કાર્ય સ્થળના અકસ્માતો.	
	4) મધપાન અને મધપાનની સમસ્યાઓ.	

ENGLISH VERSION

Que.1	What is health psychology? Explain the bio-psycho-social model of health psychology.	(14)
	OR	
Que.1	Explain the cognitive behavioral approaches to health behavior change.	
Que.2	Explain the theoretical contribution of the study of stress.	(14)
	OR	
Que.2	Explain the management of stress.	
Que.3	Explain the psychological factors of hypertension.	(14)
	OR	
Que.3	Explain the risk factors of stroke.	
Que.4	Explain the health benefits of exercise for enhancing health behaviors.	(14)
	OR	
Que.4	What is obesity? Explain in details of eating disorders.	
Que.5	Write short note: (Any Two)	(14)
	1) Health habits.	
	2) Health diet.	
	3) Work place accident.	
	4) Alcoholism and drinking problems.	
