

M.A. (PSYCHOLOGY) Semester - 4 (CBCS) Examination
August/September -2020 [NEW COURSE]
Behavior Modification (Elective-6)

Time: 2:00 Hours

Marks: 56

Instructions:

1. Figures to the right indicate marks.
2. There are five questions in the question paper.
3. Answer any four of the following questions.

- પ્રશ્ન.૧ બોધનાત્મક વર્તન સુધારણાની યુક્તિ તરીકે સમસ્યા ઉકેલની તાલીમની ચર્ચા કરો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૧ સર્જનાત્મકતા એટલે શું? સર્જનાત્મકતા કેવી રીતે વધારી શકાય તે સવિસ્તર સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૨ સ્વ-વ્યવસ્થાપન વિષે વિસ્તૃત ચર્ચા કરો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૨ સ્મૃતિ વધારવા શું કરી શકાય?
- પ્રશ્ન.૩ મનોભારનો અર્થ સમજાવી મનોભારના વ્યવસ્થાપનની ચર્ચા કરો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૩ સ્વાસ્થ્ય સંભાળની જાગૃતિમાં વર્તન ફેરફારની પદ્ધતિઓની ભુમિકા સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૪ સંઘર્ષ એટલે શું? સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન સમજાવો. (૧૪)
 અથવા
- પ્રશ્ન.૪ એલિસની રેશનલ બિહેવીયર થેરાપી સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૫ કોઇપણ બે ટૂંકનોંધ લખો. (૧૪)
 (અ) પરીક્ષાલક્ષી ભય
 (બ) સમય વ્યવસ્થાપન
 (ક) બેકની બોધનાત્મક ઉપચાર પદ્ધતિ
 (ડ) પ્રેરણાત્મકલક્ષી વ્યુહરચના

ENGLISH VERSION

- Q.1 Discuss problem solving training as a technique of Cognitive Behaviour Modification. (14)
- Q.1 What is creativity ? Discuss in detail how creativity can be enhanced?
- Q.2 Discuss in detail the self – management. (14)
- Q.2 What can be done to enhance memory?
- Q.3 Give the meaning of stress and discuss its management. (14)
- Q.3 Explain the role of behavior modification techniques for health care.
- Q.4 What is conflicts ? Explain its management. (14)
- Q.4 Explain the theory of Ellis's " Rational Emotive Behaviour Therapy."
- Q.5 Write short note. (Any Two) (14)
 (A) Examination Phobia
 (B) Time Management
 (C) Beck's cognitive therapy
 (D) Motivational Strategy.
