

M.A. (PSYCHOLOGY) Semester - 4 (CBCS) Examination**Oct/Nov - 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	મનોભાર વ્યવસ્થાપન સમજાવો.	
પ્રશ્ન.૨	સ્મૃતિ વધારવા માટેની તાલીમની ચર્ચા કરો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૨	સંઘર્ષ એટલે શું? સંઘર્ષ વ્યવસ્થાપન સમજાવો.	
પ્રશ્ન.૩	એલીસની રેશનલ બિહેવિયર થેરાપી સમજાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૩	વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોમાં સર્જનાત્મકતા કેવીરીતે વધારી શકાય?	
પ્રશ્ન.૪	સ્વાસ્થ્ય સંભાળની જાગૃતિમાં વર્તન ફેરફારની પદ્ધતિઓની ભૂમિકા સમજાવો.	(૧૪)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૪	બેકની બોધનાત્મક ઉપચાર પદ્ધતિ.	
પ્રશ્ન.૫	ટૂંકનોંધ લખો (કોઇપણ બે)	(૧૪)
	૧ પરીક્ષાલક્ષી ભય	
	૨ સમય વ્યવસ્થાપન	
	૩ આવેગ નિયંત્રણ તાલીમ	
	૪ સ્વ - સૂચન તાલીમ	

ENGLISH VERSION

Q.1	Discuss oroblem solving training as a teachnique of Congnitive Behaviour Modification.	(14)
	OR	
Q.1	Explain stress management.	
Q.2	Discuss the techniques of traing for enhancing memory.	(14)
	OR	
Q.2	What is conflicts? Explain its management.	
Q.3	Explain the theory of Elli's " Rational Emotive Behaviour Therapy".	(14)
	OR	
Q.3	How to increase creativity in teachers and students?	
Q.4	Explain the role of behavior modification techniques for health care.	(14)
	OR	
Q.4	Back's cognitive therapy.	
Q.5	Write short note (any two)	(14)
	1 Examination Phobia	
	2 Time management	
	3 Training of Emotional control	
	4 Self-suggestion training	
