

M.A. (PSYCHOLOGY) Semester - 1 (CBCS) Examination**Nov/Dec - 2022 [NEW COURSE]****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 જૈવ-મનોવિજ્ઞાન-સામાજિક મોડેલ સમજાવો. (૧૪)
અથવા
- પ્રશ્ન.૧ સ્વાસ્થ્ય વર્તુણક પરિવર્તન માટેના જ્ઞાનાત્મક વર્તનિક અભિગમો સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૨ મનોભારના અભ્યાસમાં સૈધ્ધાંતિક યોગદાન સમજાવો. (૧૪)
અથવા
- પ્રશ્ન.૨ મનોભાર વ્યવસ્થાપનની વિગતે સમજૂતી આપો.
- પ્રશ્ન.૩ હૃદયના ઊંચા દબાણ માટેના મનોવૈજ્ઞાનિક કારણોની સમજૂતી આપો. (૧૪)
અથવા
- પ્રશ્ન.૩ એટેક માટેના જોખમી પરિબલો સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૪ આરોગ્ય-વધારવાના વર્તનમાં નિયમિત વ્યાયામના ફાયદાઓ સમજાવો. (૧૪)
અથવા
- પ્રશ્ન.૪ મેદસ્વીતા એટલે શું? આહારના વિકારો વિગતે સમજાવો.
- પ્રશ્ન.૫ ટ્રેકનોંધ લખો.(કોઈપણ બે) (૧૪)
1. સ્વસ્થ ટેવો
 2. આરોગ્યપ્રદ આહાર
 3. કાર્ય સ્થળના અકસ્માતો
 4. મદ્યપાન અને મદ્યપાનની સમસ્યાઓ

ENGLISH VERSION

- Q.1 What is Health Psychology? Explain the Bio-psycho-social Model of Health Psychology. (14)
OR
- Q.1 Explain the Cognitive Behavioral Approaches to Health Behavior Change.
- Q.2 Explain the Theoretical contribution of the study of stress. (14)
OR
- Q.2 Explain the management of stress.
- Q.3 Explain the psychological factors of hypertension. (14)
OR
- Q.3 Explain the risk factors of strokes.
- Q.4 Explain the Health Benefits of Exercise for Enhancing health Behaviors. (14)
OR
- Q.4 What is Obesity? Explain in details of eating disorders.
- Q.5 Write Short Note. (Any Two) (14)
1. Health habits
 2. Health diet
 3. Work place accident
 4. Alcoholism and drinking problems.
