

A-0186

Total Pages : 4

Roll No.

MY-502/MY-102

M.A. YOGA (MAY)

(व्यावहारिक मनोविज्ञान एवं योग)

1st Sem./1st Year Examination, Session December 2024

Time : 2:00 Hrs.

Max. Marks : 70

Note :- This paper is of Seventy (70) marks divided into Two (02) Sections 'A' and 'B'. Attempt the questions contained in these Sections according to the detailed instructions given therein. *Candidates should limit their answers to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.*

नोट : यह प्रश्न-पत्र सत्तर (70) अंकों का है, जो दो (02) खण्डों 'क' तथा 'ख' में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। **परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर-पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।**

Section–A

(खण्ड–क)

Long Answer Type Questions

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

2×19=38

Note :- Section 'A' contains Five (05) Long-answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer any *two* (02) questions only.

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. What do you understand by humanistic approach of personality ? Critically explain Maslow's self-actualization theory.

व्यक्तित्व के मानवतावादी दृष्टिकोण से आप क्या समझते हैं ? मास्लो के आत्म सिद्धि सिद्धान्त की आलोचनात्मक व्याख्या कीजिए।

2. What do you understand by Personality ? Describe the trait theory of Personality.

व्यक्तित्व से आप क्या समझते हैं ? व्यक्तित्व के शीलगुण सिद्धान्त का वर्णन कीजिए।

3. Define different steps of experimental method.
प्रयोगात्मक विधि के विभिन्न चरणों की विवेचना कीजिए।
4. Critically evaluate the spearman's theory of intelligence.
स्पियरमैन के बुद्धि सिद्धान्त का आलोचनात्मक कीजिए।
5. Explain anxiety. Write the Yogic Management of anxiety.
चिंता को समझाइए। चिंता हेतु यौगिक प्रबन्धन लिखिए।

Section-B

(खण्ड-ख)

Short Answer Type Questions

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

4×8=32

Note :- Section 'B' contains Eight (08) Short-answer type questions of Eight (08) marks each. Learners are required to answer any *four* (04) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Explain the concept of thinking and describe its types.
चिंतन को समझाते हुए उसके प्रकारों का वर्णन कीजिए।

2. Make distinction between short term and long term memory.

अल्पकालिक एवं दीर्घकालिक स्मृति में अंतर स्पष्ट कीजिए।

3. Explain how is intelligence measured ?

स्पष्ट कीजिए कि बुद्धि का मापन कैसे होता है ?

4. Write a short note on emotional intelligence.

भावनात्मक बुद्धि पर लघु लेख लिखिए।

5. Explain protective method.

प्रक्षेपी विधि को समझाइए।

6. Describe how Yoga helps in overcoming addiction.

योग द्वारा व्यसन मुक्ति को समझाइए।

7. Describe the role of Yoga in overcoming depression.

अवसाद दूर करने में योग की भूमिका को लिखिए।

8. What is meant by psychological testing ? Explain.

मनोवैज्ञानिक परीक्षण से क्या अभिप्राय है ? समझाइए।
