

**A-0144**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**MY-502/MY-102**

**M.A. Yoga (MAY)**

**(व्यावहारिक मनोविज्ञान एवं योग)**

Examination, June 2025

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.*

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.

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. Described the stages of personality development introduced by Erikson.

एरिक्सन ने व्यक्तित्व विकास की कितनी अवस्थाएँ बताई हैं ? वर्णन कीजिए।

2. What do you understand by personality ? Describe the various methods of personality development

व्यक्तित्व से आप क्या समझते हैं ? व्यक्तित्व विकास के अध्ययन की विभिन्न विधियों का वर्णन कीजिए।

3. Discuss the characteristics of a good psychological test.

एक उत्तम मनोवैज्ञानिक परीक्षण की विशेषताएँ बताइए।

4. Define memory. Discuss the different type of memory in details.

स्मृति को परिभाषित कीजिए। स्मृति के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए।

5. Explain Depression. Write the Yogic Management of Depression.

अवसाद को समझाइए। अवसाद हेतु यौगिक प्रबंधन 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.

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. Generalized Anxiety disorder.  
सामान्यीकृत चिंता।
2. Write a short note on creative thinking.  
सृजनात्मक चिंतन पर एक लघु लेख लिखिए।
3. Describe the different dimensions of Personality according to Yoga.  
योग के अनुसार व्यक्तित्व के विभिन्न आयामों का वर्णन कीजिए।
4. Explain the principles of de-addiction and provide yogic solutions for overcoming addiction.  
व्यसन मुक्ति के सिद्धान्तों को समझाते हुए व्यसन मुक्ति हेतु यौगिक समाधान लिखिए।
5. Critically explain artificial intelligence.  
कृत्रिम बुद्धि की आलोचनात्मक व्याख्या कीजिए।
6. Explain Questionnaires method.  
प्रश्नावली विधि को समझाइए।
7. How is Jung's conscious mind different from Freud's conscious mind ?  
युंग का चेतन मन फ्रायड के चेतन मन से किस प्रकार भिन्न हैं ?
8. Write an essay on Stress management and yoga.  
'तनाव प्रबंधन एवं योग' पर एक निबन्ध लिखिए।

\*\*\*\*\*