



**GK-054040**

Seat No. \_\_\_\_\_

**M. A. (Sem. IV) Examination**

**March / April - 2019**

**MAOOC403 : Positive Psychology**

Time : Hours]

[Total Marks : 70

- ૧ વ્યક્તિગત ધ્યેયનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ ચર્ચો. ૧૪
- અથવા**
- ૧ વ્યક્તિગત ધ્યેયના માપનની રીતો ચર્ચો. ૧૪
- ૨ સ્વ નિયમન એટલે શું ? સ્વ નિયમન સફળતા માટે આયોજન કેવી રીતે ઉપયોગી થાય છે તે સમજાવો. ૧૪
- અથવા**
- ૨ આયોજન કેવી રીતે મદદરૂપ બને છે તેની ચર્ચા કરો. ૧૪
- ૩ ગુણ લક્ષણોને વિધાયક બનાવવાની બાબતો સમજાવો. ૧૪
- અથવા**
- ૩ સુખી અને દુઃખી નજરે દુનિયાના ખ્યાલ સમજાવો. ૧૪
- ૪ વિધાયક જીવનની નિશાનીઓ ચર્ચો. ૧૪
- અથવા**
- ૪ ડીપ્રેશનની સારવારમાં વિધાયક મનોવિજ્ઞાન કેવી રીતે ઉપયોગી થાય છે ? સમજાવો. ૧૪
- ૫ નીચેના પ્રશ્નોના એક વાક્યમાં જવાબ આપો : (કોઈ પણ સાત) ૧૪
- (૧) ક્ષેમ કુશળતાની વ્યાખ્યા આપો.
- (૨) મેચીંગ પરિસ્થિતિના અર્થ આપો.
- (૩) વ્યક્તિગત સંઘર્ષનો અભ્યાસ કોણે કર્યો હતો.
- (૪) સ્વ પ્રબલનનો અર્થ સમજાવો.
- (૫) વ્યક્તિગત જવાબદારી મોડેલની આકૃતિ દોરો.
- (૬) બચાવની વ્યાખ્યા આપો.
- (૭) બચાવનો એક લાભ લખો.
- (૮) જીવનના ત્રણ પ્રકારોના નામ આપો.
- (૯) વિધાયક ગુણોમાં કઈ બાબતનો સમાવેશ થાય છે ?
- (૧૦) લોકોના સુખના સ્તરને અસરકરતાં પ્રાથમિક ઘટકો લખો.