



OEPY111

Reg. No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

I Semester B.A. Degree Examination, April - 2023  
PSYCHOLOGY

Psychology of Health and Well Being  
(NEP Scheme) (Freshers and Repeaters 2021 Onwards)  
Paper : Open Elective

Time : 2½ Hours

Maximum Marks : 60

**Instructions to Candidates:**

- 1) All three sections are compulsory.
- 2) Answers should be written completely either in Kannada or English.

**SECTION-A**

**ವಿಭಾಗ - ಎ**

I. Answer any **FOUR** of the following. Each answer carries 2 marks.

(4×2=8)

ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೂ 2 ಅಂಕಗಳು..

1. What is health psychology.  
ಆರೋಗ್ಯ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದರೇನು ?
2. Define stress.  
ಪ್ರತಿಬಲನವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
3. Define coping  
ನಿಭಾಯಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
4. What is illness ?  
ಅನಾರೋಗ್ಯ ಎಂದರೇನು ?

[P.T.O.]





5. What is conflict ?  
ಘರ್ಷಣೆ ಎಂದರೇನು ?
6. What is over eating ?  
ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು ಎಂದರೇನು ?

### SECTION-B

#### ವಿಭಾಗ - ಬಿ

II. Answer any **FOUR** of the following. Each answer carries **5** marks.

(4×5=20)

ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೂ 5 ಅಂಕಗಳು.

1. Explain the health continuous.  
ಆರೋಗ್ಯ ಅನಂತತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
2. Write a short note for any two (a) Lack of Exercise (b) Alcoholism  
ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡಕ್ಕೆ ಕಿರು ಟಿಪ್ಪಣಿ ಬರೆಯಿರಿ. (a) ವ್ಯಾಯಾಮದ ಕೊರತೆ (b) ಮದ್ಯಪಾನ
3. Explain the effect of stress on physical health.  
ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಬಲನದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
4. Explain Yoga.  
ಯೋಗವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
5. Explain the strategies to develop hope and optimism.  
ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಆಶಾವಾದವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
6. Explain the illness management.  
ಅನಾರೋಗ್ಯದ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.



## SECTION-C

ವಿಭಾಗ - ಸಿ

III. Answer any **FOUR** of the following. Each answer carries **8** marks.

(4×8=32)

ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ 8 ಅಂಕಗಳು.

1. Explain the models of health and illness.  
ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
  2. Explain the nature and source of stress.  
ಪ್ರತಿಬಲನದ ಸ್ವರೂಪ ಮತ್ತು ಮೂಲವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
  3. Explain the health enhancing behaviour.  
ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
  4. Explain the human strengths.  
ಮಾನವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
  5. Explain the coping and stress management.  
ನಿಭಾಯಿಸುವ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಬಲನ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
  6. Explain the personal and social mediators of stress.  
ಪ್ರತಿಬಲನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಧ್ಯವರ್ತಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
-