



MAHARISHI UNIVERSITY OF MANAGEMENT AND TECHNOLOGY

MAHARISHI ROAD, MANGLA, BILASPUR (CHHATTISGARH)-495001

FINAL EXAM : SEMESTER-II, SESSION 2020-21(ATKT) & 2021-22

COURSE - MA YOGA, PAPER – III

SUBJECT CODE MAYOGA110, YOGA PSYCHOLOGY

Max Marks : 70

Min Pass Marks : 28

निर्देश :-सभी प्रश्नों को हल करें।

प्रश्न 01 विकल्प की सहायता से प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

01X10=10

- (i) व्यक्तित्व का अंग्रेजी अनुवाद पर्सनालिटी जो पर सोना से बना है? जिसका क्या अर्थ होता है?
- (अ) मन (ब) नकाब (स) चेहरा (द) संगठन
- (ii) मनोविज्ञान है?
- (अ) मन का विज्ञान (ब) व्यवहार का विज्ञान
(स) मन एवं व्यवहार दोनों का विज्ञान (द) उपरोक्त में से कोई नहीं
- (iii) स्मृति (Memory) शब्द का अर्थ है?
- (अ) सूचनाओं को असंगठित करने की क्षमता
(ब) सूचनाओं को संगठित करने की क्षमता
(स) सूचनाओं को इकट्ठा करने की क्षमता
(द) सूचनाओं को मस्तिष्क में इकट्ठा करने की क्षमता
- (iv) मानव मनोविज्ञान (Human Psychology) के अन्तर्गत अध्ययन किया जाता है?
- (अ) पशुवत व्यवहारों का अध्ययन
(ब) मानव व्यवहारों का अध्ययन
(स) मानव के उन व्यवहारों का जिस पर प्रयोग करना सम्भव है
(द) उपरोक्त सभी
- (v) मनोविज्ञान के नये उभरते क्षेत्र कौन-कौन से हैं?
- (अ) पर्यावरणी मनोविज्ञान (ब) खेल-कूद का मनोविज्ञान
(स) न्यायिक मनोविज्ञान (द) उपरोक्त सभी
- (vi) निम्न में से कौन सा स्मृतिका तत्व है?
- (अ) कूटलेखन (Encoding) (ब) संचयन (Storage)
(स) पुनः प्राप्ति (Retrival) (द) उपरोक्त सभी
- (vii) निम्न में से कौन स्मृति का प्रकार है?
- (अ) संवेदी स्मृति (Sensory Memory)
(ब) लघुकालीन स्मृति(Short-Term Memory)
(स) दीर्घकालीन स्मृति(Long-Term Memory)
(द) उपरोक्त सभी

- (viii) अभ्यासमें अपेक्षाकृत स्थाई परिवर्तन को कहा जाता है?
 (अ) प्रत्यावाहन विधि(Recall Method)
 (ब) सीखना या अधिगम(Learning)
 (स) संवेदी विधि(Sensory Method)
 (द) संचयन(Storage)
- (ix) क्लासिकल अनुबन्धन(Classical Conditioning)किस वैज्ञानिक द्वारा किया गया?
 (अ) वैसलर (ब) आई० पी० पैवलव (स) सी० एम० भाटिया (द) थार्नडाइक
- (x) सर्वप्रथम बुद्धि परीक्षण का निर्माण किसने किया है?
 (अ) बिने (ब) आलपोर्ट (स) फ़ायड (द) जुंग

प्रश्न 02 अति लघु उत्तरीय प्रश्न(प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है, कोई पांच प्रश्नों के उत्तर लिखें) 02X5=10

- (i) मनोविज्ञान की प्रकृति को समझाइये।
 अथवा
 यु स्ट्रेस क्या है?
- (ii) 'इमोशन'के अर्थ को समझाइये।
 अथवा
 व्यक्तित्व को परिभाषित कीजिए।
- (iii) 'फ्रस्ट्रेशन' क्या है?
 अथवा
 चिंता के कारणों को लिखिए।
- (iv) मानसिक मन्दन (मेन्टल रिटार्डेशन) क्या है?
 अथवा
 अतिन्द्रिय प्रत्यक्षण (एक्सट्रा सेन्सरी परसेप्शन) को स्पष्ट कीजिए।
- (v) अच्छे स्त्रोता होने के क्या लाभ हैं?
 अथवा
 समानुभुति (इम्पैथी) क्या है?

प्रश्न 03 लघुउत्तरीय प्रश्न (प्रत्येक प्रश्न 05 अंक का है कोई 2 प्रश्न करने हैं) 5x2=10

- (i) योगाभ्यास से कैसे बुद्धि का विकास किया जा सकता है? स्पष्ट कीजिए।
- (ii) योग में परामर्श के तत्वों का वर्णन कीजिए।
- (iii) आत्महत्या से बचाव की विधियों का वर्णन कीजिए।

प्रश्न 04 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है कोई 4 प्रश्न करने हैं) 10x4=40

- प्र० (i) सांख्य, वेदान्त एवं तंत्र में मन के स्वरूप को स्पष्ट कीजिए।
- प्र० (ii) योग ग्रंथों में चेतना के विभिन्न स्तरों का वर्णन करते हुए उनके महत्व को समझाइये।
- प्र० (iii) योग ग्रंथों में व्यक्तित्व के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए।
- प्र० (iv) अवसाद के लक्षण, कारण एवं उनके प्रकार का वर्णन कीजिए।
- प्र० (v) सीखना (अधिगम) क्या है? सीखने के किसी एक सिद्धान्त का वर्णन कीजिए।
- प्र० (vi) बुद्धि का अर्थ बताते हुए बुद्धि के विभिन्न प्रकार का वर्णन कीजिए।
- प्र० (vii) परामर्श क्या है? परामर्श की प्रकृति का वर्णन करते हुए उनके मार्ग में आने वाली बाधाओं का वर्णन कीजिए।