



Paper Code

BS-GE- 305

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय

University of Patanjali

Examination Jan. – Feb. – 2022

B.Sc. Yoga Science, Semester : Third

Yoga Science; Paper : Fifth

Yoga Psychology

Time: 3 Hours

Max. Marks: 35

Note: This paper is of Thirty five (35) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र पैंतीस (35) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है।
प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of seven (07) marks each. Attempt any three questions. (3×7=21)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए सात (7) अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए। (3×7=21)

1. व्यक्तित्व क्या है? योग व्यक्तित्व विकास एवं मानव व्यवहार परिवर्तन में किस प्रकार सहायक है?

समझाइयें।

What is Personality? How does Yoga help in Personality development and human behaviour change?

Explain it.

2. चिंता और अवसाद क्या है? दोनों के बीच अन्तर स्पष्ट कीजिये।

What is Anxiety and Depression? Explain the difference between these two.

3. संज्ञानात्मक मानसिक प्रक्रिया पर एक संक्षिप्त लेख लिखिये।

Write a short note on Cognitive Mental Process.

4. चेतना की विभिन्न अवस्थाओं का विस्तार से वर्णन कीजिये।

Describe various stages of consciousness in detail.

5. योग चिकित्सा में परामर्श की आवश्यकता एवं महत्व को रेखांकित करें।

Point out the need and significance of Counseling in Yoga therapy.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of two (02) marks each. Attempt any seven (07) questions. (7×2=14)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए दो (2) अंक निर्धारित हैं। किन्हीं सात प्रश्नों के उत्तर दीजिए। (7×2=14)

6. मनोविज्ञान के मुख्य उद्देश्य क्या है?

What are primary goals of Psychology?

7. व्यवहार की परिभाषा लिखिये।

Write the definition of behaviour.

8. यौगिक ग्रंथानुसार व्यक्तित्व के प्रकार लिखिये।

Write the types of Personality according to Yogic Text.

9. योग में ध्यान (अवधान) के महत्व को लिखिये।

Write the importance of "Attention" in Yoga.

10. भावनात्मक बुद्धिलब्धि की एक परिभाषा लिखिये।

Write one definition of Emotional Intelligence.

11. चिंता विकृति के मुख्य-मुख्य लक्षणों को बतलाइये।

Describe the main symptoms of Anxiety disorder.

12. ADHD से आप क्या समझते हैं?

What do you understand by ADHD?

13. योग में परामर्श का महत्व लिखिये।

Write the importance of Counseling in Yoga.

-----X-----