



OEPY – 3010

III Semester All U.G. Courses Examination, February/March 2024

(NEP) (Freshers and Repeaters)

PSYCHOLOGY (Open Elective)

Psychology and Mental Health

Time : 2½ Hours

Max. Marks : 60

Instructions : 1) **All the Sections must be answered.**

2) **The answers must be written completely in English or in Kannada.**

SECTION – A

I. Answer **any 6** questions from the following. **Each** question carries **2** marks.

(6×2=12)

ಯಾವುದಾದರೂ 6 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ 2 ಅಂಕಗಳು.

1) Define mental health.

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.

2) Mention social factors in mental health.

ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

3) What is personalization ?

ವೈಯಕ್ತಿಕರಣ ಎಂದರೇನು ?

4) What is conflict ?

ಘರ್ಷಣೆ ಎಂದರೇನು ?

5) What is anxiety ?

ಆತಂಕ ಎಂದರೇನು ?

6) What is depression ?

ಖಿನ್ನತೆ ಎಂದರೇನು ?

7) What is grounding techniques ?

ಸ್ಥಾಪಿಸುವಿಕೆ ತಂತ್ರಗಳೆಂದರೇನು ?

8) What is mindfulness ?

ಸಾವಧಾನತೆ ಎಂದರೇನು ?

9) What is self-care ?

ಸ್ವ-ಕಾಳಜಿ ಎಂದರೇನು ?



P.T.O.



SECTION – B

II. Answer **any 4** of the following questions. **Each** answer carries **6** marks.

(4×6=24)

ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ 4 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ 6 ಅಂಕಗಳು.

- 1) Explain fundamentals of mental health.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೂಲ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 2) Explain ethical issues in mental health.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿನ ನೈತಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 3) Explain any two cognitive distortions.
ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ಸಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮಕ ಅಸ್ಪಷ್ಟತೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 4) Explain the effect of stress.
ಪ್ರತಿಬಲನದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 5) Explain grief.
ದುಃಖಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 6) Explain Bronfenbrenner's model.
ಬ್ರಾನ್ಫೆನ್ ಬ್ರೆನರ್‌ರವರ ಮಾದರಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.



SECTION – C

III. Answer **any 3** of the following questions. **Each** answer carries **8** marks.

(3×8=24)

ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ 3 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಉತ್ತರಕ್ಕೆ 8 ಅಂಕಗಳು.

- 1) Explain the factors affecting mental health.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 2) Explain interpersonal approach to mental health.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಉಪಗಮನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 3) Explain ABC model.
ABC ಮಾದರಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 4) Explain types of anxiety disorders.
ಆತಂಕ ಮನೋಬೇದನೆಯ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 5) Explain physiological approach to mental health intervention.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಯ ಶಾರೀರಿಕ ಉಪಗಮನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.