JK

Roll No. ____________________________

O.M.R. Serial No. : | | | | | | | |

Question Booklet Number

M.A. IV Semester (NEP) Examination, 2025-26

PSYCHOLOGY

(Health Psychology)

Question Booklet Series
C

Paper Code							
A	0	9	1	0	0	2	T

Time : 1 : 30 Hours] **[Maximum Marks : 75**

Instructions to the Examinee :

1. Do not open the booklet unless you are asked to do so.
2. The booklet contains 100 questions. Examinee is required to answer 75 questions in the OMR Answer-Sheet provided and not in the question booklet. **All** questions carry equal marks.
3. Examine the Booklet and the OMR Answer-Sheet very carefully before you procee(D) Faulty question booklet due to missing or duplicate pages/questions or having any other discrepancy should be got immediately replace(D)
4. Four alternative answers are mentioned for each question as – A, B, C & D in the booklet. The candidate has to choose the correct answer and mark the same in the OMR Answer-Sheet as per the direction :

(Remaining instructions on the last page)

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

1. प्रश्न-पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक आपसे कहा न जाए।
2. प्रश्न-पुस्तिका में 100 प्रश्न हैं। परीक्षार्थी को 75 प्रश्नों को केवल दी गई OMR आन्सर-शीट पर ही हल करना है, प्रश्न-पुस्तिका पर नहीं। **सभी** प्रश्नों के अंक समान हैं।
3. प्रश्नों के उत्तर अंकित करने से पूर्व प्रश्न-पुस्तिका तथा OMR आन्सर-शीट को सावधानीपूर्वक देख लें। दोषपूर्ण प्रश्न-पुस्तिका जिसमें कुछ भाग छपने से छूट गये हों या प्रश्न एक से अधिक बार छप गए हों या उसमें किसी अन्य प्रकार की कमी हो, तो उसे तुरन्त बदल लें।
4. प्रश्न-पुस्तिका में प्रत्येक प्रश्न के चार सम्भावित उत्तर- A, B, C तथा D हैं। परीक्षार्थी को उन चारों विकल्पों में से सही उत्तर छाँटना है। उत्तर को OMR उत्तर-पत्रक में सम्बन्धित प्रश्न संख्या में निम्न प्रकार भरना है :

(शेष निर्देश अन्तिम पृष्ठ पर)

Rough Work

रफ कार्य

1. What is the main objective of managing chronic pain?
   (A) To completely remove all pain
   (B) To enhance quality of life and daily functioning
   (C) To depend solely on pain-relieving medications
   (D) To ignore the pain and carry on with normal activities

2. Which approach in patient–provider interaction is most likely to improve treatment adherence?
   (A) Collaborative decision-making
   (B) Authoritarian instructions without explanation
   (C) Minimal verbal interaction
   (D) Frequent use of medical jargon

3. Patient empowerment in chronic illness management refers to:
   (A) Increasing patient dependence
   (B) Enabling informed decision-making and self-care
   (C) Limiting patient input
   (D) Focusing only on doctor's instructions

4. Which factor can worsen chronic pain perception?
   (A) Positive thinking
   (B) Social support
   (C) Anxiety and depression
   (D) Relaxation techniques

1. दीर्घकालिक दर्द प्रबंधन का मुख्य उद्देश्य क्या है :
   (A) सभी दर्द को पूरी तरह समाप्त करना
   (B) जीवन की गुणवत्ता और दैनिक कार्यक्षमता को सुधारना
   (C) केवल दर्द निवारक दवाओं पर निर्भर रहना
   (D) दर्द की अनदेखी करना और सामान्य गतिविधियाँ जारी रखना

2. रोगी-प्रदाता बातचीत में कौन-सा दृष्टिकोण उपचार का पालन (Treatment adherence) बढ़ाने की सबसे अधिक संभावना रखता है :
   (A) सहकारी निर्णय निर्माण
   (B) बिना समझाए आज्ञाकारी निर्देश
   (C) न्यूनतम मौखिम संपर्क
   (D) चिकित्सकीय शब्दावली का बार-बार उपयोग

3. दीर्घकालिक बीमारी के प्रबंधन में रोगी सशक्तिकरण (Patient Empowerment) का अर्थ है :
   (A) रोगी पर निर्भरता बढ़ाना
   (B) सूचित निर्णय लेने और स्व-देखभाल को सक्षम बनाना
   (C) रोगी की भागीदारी सीमित करना
   (D) केवल डॉक्टर के निर्देशों पर ध्यान देना

4. कौन सा कारक दीर्घकालिक दर्द की अनुभूति को बिगाड़ सकता है :
   (A) सकारात्मक सोच
   (B) सामाजिक समर्थन
   (C) चिंता और अवसाद
   (D) विश्राम तकनीकें

5. Psychoeducation for chronic illness patients includes:
   (A) Only physical treatment
   (B) Providing information, coping skills, and stress management
   (C) Ignoring patient emotions
   (D) Forcing medication adherence
6. Biofeedback in pain management helps by:
   (A) Directly curing disease
   (B) Teaching control over physiological responses
   (C) Increasing dependence on painkillers
   (D) Ignoring psychological factors
7. Group therapy for chronic illness patients primarily provides:
   (A) Individual diagnosis
   (B) Peer support and shared coping strategies
   (C) Medical prescriptions
   (D) Hospital admission
8. Which intervention focuses on reducing emotional distress in chronically ill patients?
   (A) Cognitive restructuring
   (B) Surgery
   (C) Only medication
   (D) Isolation
9. Pain catastrophizing is best described as:
   (A) Ignoring pain
   (B) Overestimating pain severity and feeling helpless
   (C) Practicing relaxation
   (D) Exercising regularly

5. दीर्घकालिक रोगियों के लिए मनोशिक्षा (Psychoeducation) में क्या शामिल होता है :
   (A) केवल शारीरिक उपचार
   (B) सूचना देना, सामना करने की क्षमता सिखाना और तनाव प्रबंधन
   (C) रोगी की भावनाओं की अनदेखी करना
   (D) दवा पालन के लिए मजबूर करना
6. दर्द प्रबंधन में बायोफीडबैक (Biofeedback) किस प्रकार मदद करता है :
   (A) सीधे बीमारी ठीक करना
   (B) शारीरिक प्रतिक्रियाओं पर नियंत्रण सिखाना
   (C) दर्द निवारक दवाओं पर निर्भरता बढ़ाना
   (D) मनोवैज्ञानिक कारकों की अनदेखी करना
7. दीर्घकालिक रोगियों के लिए समूह चिकित्सा (Group Therapy) मुख्य रूप से क्या प्रदान करती है :
   (A) व्यक्तिगत निदान
   (B) सहकर्मी समर्थन और साझा सामना करने की रणनीतियाँ
   (C) दवा लिखना
   (D) अस्पताल में भर्ती
8. दीर्घकालिक रोगियों में भावनात्मक तनाव को कम करने पर केंद्रित हस्तक्षेप कौन-सा है :
   (A) संज्ञानात्मक पुनर्गठन (Cognitive Restructuring)
   (B) शल्य चिकित्सा
   (C) केवल दवा
   (D) अलगाव
9. पेन कैटस्ट्रोफाइजिंग (Pain Catastrophizing) को सबसे सही रूप में कैसे वर्णित किया जा सकता है :
   (A) दर्द को नजरअंदाज करना
   (B) दर्द की गंभीरता को अधिक आंकना और असहाय महसूस करना
   (C) विश्राम का अभ्यास करना
   (D) नियमित व्यायाम करना

10. Which strategies are highlighted by the Ottawa Charter for promoting health?
(A) Creating healthy public policies
(B) Enhancing community engagement
(C) Improving individual skills
(D) All of the above

11. Trust in patient–provider relationship leads to:
(A) Reduced compliance
(B) Better disclosure of symptoms
(C) Increased conflict
(D) Avoidance of care

12. Psychological counseling in chronic illness mainly helps in:
(A) Curing disease
(B) Managing emotional distress
(C) Stopping medication
(D) Increasing dependency

13. Which factor improves coping with chronic pain?
(A) Catastrophizing
(B) Passive attitude
(C) Active coping strategies
(D) Avoidance behavior

14. Multidisciplinary pain management includes:
(A) Only medication
(B) Only surgery
(C) Medical and psychological approaches
(D) Ignoring patient feedback

15. What is the main aim of modifying health-related behaviors?
(A) To completely eradicate all diseases
(B) To promote positive health habits and minimize risky behaviors
(C) To make medical treatment unnecessary
(D) To increase reliance on medications

10. स्वास्थ्य संवर्धन के लिए ऑटावा चार्टर (Ottawa Charter) किन रणनीतियों पर जोर देता है :
(A) स्वस्थ सार्वजनिक नीतियाँ बनाना
(B) समुदाय की भागीदारी को मजबूत करना
(C) व्यक्तिगत कौशल विकसित करना
(D) उपरोक्त सभी

11. रोगी चिकित्सक संबंध में विश्वास किसका कारण बनता है :
(A) उपचार पालन में कमी
(B) लक्षणों की बेहतर जानकारी साझा करना
(C) अधिक टकराव
(D) देखभाल से बचाव

12. दीर्घकालीन बीमारी में मनोवैज्ञानिक परामर्श मुख्य रूप से किसमें सहायक होता है :
(A) बीमारी ठीक करने में
(B) भावनात्मक तनाव के प्रबंधन में
(C) दवाएँ बंद करने में
(D) निर्भरता बढ़ाने में

13. दीर्घकालिक दर्द से निपटने में कौन-सा कारक सहायक होता है :
(A) अत्यधिक नकारात्मक सोच
(B) निष्क्रिय दृष्टिकोण
(C) सक्रिय सामना करने की रणनीतियाँ
(D) टालने वाला व्यवहार

14. बहुविषयक दर्द प्रबंधन में क्या शामिल होता है :
(A) केवल दवाएँ
(B) केवल शल्य चिकित्सा
(C) चिकित्सीय और मनोवैज्ञानिक दोनों दृष्टिकोण
(D) रोगी की प्रतिक्रिया की अनदेखी

15. स्वास्थ्य-संबंधी व्यवहारों में बदलाव करने का मुख्य उद्देश्य क्या है :
(A) सभी बीमारियों को पूरी तरह समाप्त करना
(B) सकारात्मक स्वास्थ्य आदतों को बढ़ावा देना और जोखिमपूर्ण व्यवहारों को कम करना
(C) चिकित्सा उपचार को अनावश्यक बनाना
(D) दवाओं पर निर्भरता बढ़ाना

16. Which of the following refers to actions or behaviors that help improve health and protect against illness?
   (A) Behaviors that increase the risk of disease
   (B) Actions that promote health and prevent diseases
   (C) Substances that enhance immunity
   (D) Genetic factors affecting immunity

17. Which factor most strongly influences patient satisfaction?
   (A) Length of prescription
   (B) Quality of interaction with provider
   (C) Number of tests prescribed
   (D) Hospital size

18. Empathy in healthcare settings refers to:
   (A) Giving medical advice only
   (B) Emotional detachment from patients
   (C) Understanding the patient's feelings and perspective
   (D) Ignoring emotional concerns

19. The patient–provider relationship is best described as:
   (A) Authoritarian
   (B) Transactional
   (C) Collaborative
   (D) Mechanical

20. Effective patient–provider communication primarily helps in:
   (A) Increasing medical costs
   (B) Improving treatment adherence
   (C) Reducing patient autonomy
   (D) Avoiding patient involvement

16. निम्नलिखित में से कौन-सी क्रियाएँ या व्यवहार स्वास्थ्य को सुधारने और बीमारी से बचाव करने में सहायक माने जाते हैं :
   (A) ऐसे व्यवहार जो बीमारी के जोखिम को बढ़ाते हैं
   (B) ऐसी क्रियाएँ जो स्वास्थ्य को बढ़ावा देती है और रोगों को रोकती हैं
   (C) ऐसी वस्तुएँ जो प्रतिरक्षा को बढ़ाती है
   (D) प्रतिरक्षा को प्रभावित करने वाले आनुवंशिक कारक

17. रोगी संतुष्टि को सबसे अधिक प्रभावित करने वाला कारक कौन-सा है :
   (A) दवाओं की सूची की लंबाई
   (B) चिकित्सक के साथ बातचीत की गुणवत्ता
   (C) परीक्षणों की संख्या
   (D) अस्पताल का आकार

18. स्वास्थ्य देखभाल में सहानुभूति (Empathy) का अर्थ है :
   (A) केवल चिकित्सीय सलाह देना
   (B) रोगियों से भावनात्मक दूरी बनाना
   (C) रोगी की भावनाओं और दृष्टिकोण को समझना
   (D) भावनात्मक समस्याओं की उपेक्षा करना

19. रोगी-चिकित्सक संबंध को सबसे उपयुक्त रूप से कैसे वर्णित किया जाता है :
   (A) सत्तावादी
   (B) लेन-देन आधारित
   (C) सहयोगात्मक
   (D) यांत्रिक

20. प्रभावी रोगी-चिकित्सक संचार मुख्य रूप से किसमें सहायक होता है :
   (A) चिकित्सा लागत बढ़ाने में
   (B) उपचार के पालन में सुधार करने में
   (C) रोगी की स्वायत्तता कम करने में
   (D) रोगी की भागीदारी से बचने में

21. The ELISA test is mainly conducted to detect which of the following diseases or conditions?
   - (A) HIV infection
   - (B) Tuberculosis
   - (C) Diabetes
   - (D) Cancer

22. Chronic stress in diabetic patients can worsen the condition primarily by:
   - (A) Increasing insulin production
   - (B) Reducing glucose absorption
   - (C) Elevating blood glucose through hormonal pathways
   - (D) Improving immune resistance

23. Which intervention technique is most effective in improving adherence among diabetic patients?
   - (A) Electroconvulsive therapy
   - (B) Cognitive-behavioral therapy (CBT)
   - (C) Hypnosis
   - (D) Psychoanalysis

24. Health psychology interventions for diabetics mainly focus on:
   - (A) Replacing medical treatment
   - (B) Promoting behavior change and coping skills
   - (C) Surgical correction of the pancreas
   - (D) Eliminating the need for insulin

25. A tumor that shows uncontrolled growth and has the ability to spread to other parts of the body is known as what?
   - (A) Malignant tumor
   - (B) Leukemia
   - (C) Myeloma
   - (D) Colorectal cancer

21. ELISA परीक्षण का मुख्य रूप से उपयोग किस रोग या स्थिति के निदान के लिए किया जाता है :
   - (A) HIV संक्रमण
   - (B) क्षय रोग (टयूबरकुलोसिस)
   - (C) मधुमेह (डायबिटीज)
   - (D) कैंसर

22. डायबिटीज रोगियों में दीर्घकालिक (क्रॉनिक) तनाव मुख्य रूप से किस प्रकार बीमारी को बिगाड़ सकता है :
   - (A) इंसुलिन के उत्पादन को बढ़ाकर
   - (B) ग्लूकोज के अवशोषण को कम करके
   - (C) हार्मोनल मार्गों के माध्यम से रक्त शर्करा के स्तर को बढ़ाकर
   - (D) प्रतिरक्षा प्रतिरोधक क्षमता को बेहतर बनाकर

23. डायबिटीज रोगियों में उपचार के पालन (Adherence) को बेहतर बनाने के लिए कौन-सी हस्तक्षेप तकनीक सबसे अधिक प्रभावी मानी जाती है :
   - (A) इलेक्ट्रोकन्वल्सिव थेरेपी
   - (B) संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक चिकित्सा (Cognitive Behavioral Therapy CBT)
   - (C) सम्मोहन (Hypnosis)
   - (D) मनोविश्लेषण (Psychoanalysis)

24. डायबिटीज रोगियों के लिए स्वास्थ्य मनोविज्ञान से संबंधित हस्तक्षेप मुख्य रूप से किस पर केंद्रित होते हैं :
   - (A) चिकित्सीय उपचार को पूरी तरह से बदलना
   - (B) व्यवहार में परिवर्तन और सामना करने (कोपिंग) की क्षमताओं को बढ़ावा देना
   - (C) अग्नाशय (पैंक्रियास) की शल्य चिकित्सा द्वारा सुधार करना
   - (D) इंसुलिन की आवश्यकता को पूरी तरह समाप्त करना

25. जो टयूमर अनियंत्रित रूप से बढ़ता है और शरीर के अन्य भागों में फैलने की क्षमता रखता है, उसे क्या कहा जाता है :
   - (A) घात टयूमर (Malignant Tumor)
   - (B) ल्यूकेमिया
   - (C) मायलोमा
   - (D) कोलोरेक्टल कैंसर

26. Which of the following correctly represents the main types of Human Immunodeficiency Virus (HIV)?
   (A) HIV-1 and HIV-2
   (B) HIV-3 and HIV-4
   (C) HIV-I and HIV-N
   (D) HIV-T and HIV-L

26. निम्नलिखित में से कौन-सा मानव प्रतिरक्षा अभाव विषाणु (HIV) के प्रमुख प्रकारों को सही रूप से दर्शाता है :
   (A) HIV-1 और HIV-2
   (B) HIV-3 और HIV-4
   (C) HIV-I और HIV-N
   (D) HIV-T और HIV-L

27. Diabetes Mellitus is best classified as which type of illness?
   (A) Acute infectious disorder
   (B) Psychosomatic illness
   (C) Chronic metabolic disorder
   (D) Degenerative neurological disease

27. डायबिटीज मेलिटस को किस प्रकार की बीमारी के रूप में सबसे उपयुक्त रूप से वर्गीकृत किया जाता है :
   (A) तीव्र संक्रामक रोग
   (B) मनोदैहिक (साइकोसोमैटिक) रोग
   (C) दीर्घकालिक चयापचय विकार
   (D) अपक्षयी तंत्रिका संबंधी रोग

28. Which behavior or lifestyle habit is widely recognized as increasing the risk of developing cancer?
   (A) Eating fresh fruits
   (B) Regular physical activity
   (C) Smoking/ tobacco
   (D) Drinking sufficient water

28. निम्नलिखित में से कौन-सा व्यवहार या जीवनशैली की आदत कैंसर के जोखिम को बढ़ाने वाला एक सामान्य कारक मानी जाती है :
   (A) ताजे फल खाना
   (B) नियमित व्यायाम करना
   (C) तंबाकू / सिगरेट का सेवन करना
   (D) पर्याप्त मात्रा में पानी पीना

29. Which of the following lifestyle interventions is most effective in preventing Type 2 diabetes?
   (A) Daily physical activity and balanced diet
   (B) Avoiding all medications
   (C) Complete fasting
   (D) Ignoring blood sugar levels

29. निम्नलिखित में से कौन-सा जीवनशैली हस्तक्षेप टाइप 2 डायबिटीज को रोकने में सबसे प्रभावी है :
   (A) दैनिक शारीरिक गतिविधि और संतुलित आहार
   (B) सभी दवाओं से बचना
   (C) पूर्ण उपवास
   (D) रक्त शर्करा स्तर की अनदेखी करना

30. HIV is classified as a retrovirus that mainly targets and damages cells belonging to which body system?
   (A) Nervous system
   (B) Digestive system
   (C) Immune system
   (D) Endocrine system

30. HIV एक रेट्रोवायरस है जो मुख्य रूप से शरीर की किस प्रणाली की कोशिकाओं को प्रभावित करता है :
   (A) तंत्रिका तंत्र
   (B) पाचन तंत्र
   (C) प्रतिरक्षा तंत्र
   (D) अंतःस्रावी तंत्र

31. Which method of cancer treatment uses cytotoxic drugs to destroy or inhibit the growth of cancer cells?
(A) Biological therapy
(B) Chemotherapeutic treatment
(C) Radiation therapy
(D) Whole-body irradiation

32. Which medical screening method is most frequently used to identify breast cancer at an early stage?
(A) MRI scan
(B) Mammography
(C) X-ray examination
(D) Blood analysis

33. Which of the following best describes allostatic load in the context of stress?
(A) The total physiological wear and tear on the body due to chronic stress
(B) A temporary increase in heart rate during exercise
(C) The mental strategies used to cope with acute stress
(D) A type of social support that reduces stress

34. Psychological intervention in cancer aims to:
(A) Cure cancer
(B) Reduce emotional distress and improve quality of life
(C) Replace medical treatment
(D) Increase dependency

35. Which coping strategy is most adaptive in cancer patients?
(A) Avoidance
(B) Emotional suppression
(C) Problem-focused coping
(D) Denial

31. कैंसर के उपचार की कौन-सी विधि साइटोटॉक्सिक (कोशिकाओं को नष्ट करने वाली) दवाओं का उपयोग करती है :
(A) जैविक चिकित्सा
(B) कीमोथेरेपी
(C) रेडियोथेरेपी
(D) संपूर्ण शरीर विकिरण

32. स्तन कैंसर की प्रारंभिक पहचान के लिए आमतौर पर किस जाँच विधि का उपयोग किया जाता है :
(A) MRI स्कैन
(B) मैमोग्राफी
(C) एक्स-रे
(D) रक्त परीक्षण

33. तनाव के संदर्भ में ऑलोस्टैटिक लोड का सबसे अच्छा वर्णन निम्न में से कौन सा है :
(A) लगातार तनाव के कारण शरीर पर होने वाला कुल जैविक पहनावा और क्षति
(B) व्यायाम के दौरान हृदय गति में अस्थायी वृद्धि
(C) तीव्र तनाव से निपटने के लिए मानसिक रणनीतियाँ
(D) तनाव को कम करने वाला सामाजिक समर्थन

34. कैंसर में मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप का उद्देश्य क्या होता है :
(A) कैंसर को ठीक करना
(B) भावनात्मक तनाव कम करना और जीवन गुणवत्ता बढ़ाना
(C) चिकित्सा उपचार को बदलना
(D) निर्भरता बढ़ाना

35. कैंसर रोगियों में कौन-सी सामना करने की रणनीति सबसे अनुकूल होती है?
(A) परिहार
(B) भावनाओं को दबाना
(C) समस्या-केंद्रित सामना
(D) इनकार

36. Which of the following is a psychosocial risk factor for cancer?

(A) Chronic stress

(B) Viral infection

(C) Radiation

(D) Chemical exposure

37. Which of the following is a behavioral risk factor for CHD?

(A) Genetics

(B) Hypertension

(C) Smoking

(D) Age

38. A major psychological problem in diabetes self-management is:

(A) Medication dependency

(B) Denial of illness

(C) Genetic risk

(D) Lack of insulin

39. Type I diabetes is primarily caused by:

(A) Insulin resistance

(B) Autoimmune destruction of beta cells

(C) Excess sugar intake

(D) Obesity

40. Diabetes mellitus is best described as a disorder of:

(A) Fat metabolism

(B) Protein metabolism

(C) Carbohydrate metabolism

(D) Vitamin absorption

36. निम्नलिखित में से कौन-सा कैंसर का मनोसामाजिक जोखिम कारक है :

(A) दीर्घकालिक तनाव

(B) वायरल संक्रमण

(C) विकिरण

(D) रासायनिक संपर्क

37. निम्नलिखित में से कौन-सा CHD का व्यवहारजन्य जोखिम कारक है?

(A) आनुवंशिकी

(B) उच्च रक्तचाप

(C) धूम्रपान

(D) आयु

38. डायबिटीज के स्व-प्रबंधन में एक प्रमुख मनोवैज्ञानिक समस्या क्या है?

(A) दवाओं पर निर्भरता

(B) बीमारी से इनकार

(C) आनुवंशिक जोखिम

(D) इंसुलिन की कमी

39. टाइप I डायबिटीज का मुख्य कारण क्या है?

(A) इंसुलिन प्रतिरोध

(B) बीटा कोशिकाओं का ऑटोइम्यून विनाश

(C) अधिक चीनी का सेवन

(D) मोटापा

40. डायबिटीज मेलिटस को सबसे अच्छी तरह किस चयापचय विकार के रूप में वर्णित किया जाता है :

(A) वसा चयापचय

(B) प्रोटीन चयापचय

(C) कार्बोहाइड्रेट चयापचय

(D) विटामिन अवशोषण

41. Which of the following behaviors is considered protective for long-term heart health?

(A) Exercise

(B) Smoking

(C) Excess alcohol consumption

(D) Prolonged sedentary lifestyle

42. Behavioural pathogens can lead to:

(A) Increased risk of chronic diseases

(B) Improved mental health

(C) Greater life satisfaction

(D) Enhanced immunity

43. Neuralgia is best described as which of the following types of pain?

(A) Pain experienced without any clear physical damage

(B) Intense, sharp pain that follows the course of a nerve

(C) A combination of unexplained pain and nerve-related sharp pain

(D) A continuous burning type of pain

44. Health promotion campaigns often use:

(A) Fear appeals

(B) Educational programs

(C) Media advocacy

(D) All of the above

41. निम्नलिखित में से कौन-सा व्यवहार दीर्घकालिक हृदय स्वास्थ्य के लिए रक्षात्मक माना जाता है :

(A) व्यायाम

(B) धूम्रपान

(C) अत्यधिक शराब का सेवन

(D) लंबी अवधि तक निष्क्रिय जीवनशैली

42. व्यवहारजन्य रोग जनक (Behavioral Pathogens) किसकी ओर ले जा सकते हैं :

(A) दीर्घकालिक रोगों के जोखिम में वृद्धि

(B) मानसिक स्वास्थ्य में सुधार

(C) जीवन संतोष में वृद्धि

(D) प्रतिरक्षा में वृद्धि

43. न्यूराल्जिया (Neuralgia) किस प्रकार के दर्द को दर्शाता है :

(A) ऐसा दर्द जो बिना किसी स्पष्ट शारीरिक चोट के होता है

(B) नसों के मार्ग के साथ होने वाला तेज और चुभने वाला दर्द

(C) बिना स्पष्ट चोट के दर्द और नसों के साथ होने वाले तीव्र दर्द दोनों

(D) जलन के रूप में होने वाला दर्द

44. स्वास्थ्य संवर्धन अभियानों में अक्सर निम्नलिखित का उपयोग किया जाता है :

(A) भय उत्पन्न करने वाले संदेश

(B) शैक्षिक कार्यक्रम

(C) मीडिया वकालत

(D) उपरोक्त सभी

45. Theory of Planned Behavior suggests health behavior is influenced by:
   (A) Attitudes, subjective norms, and perceived behavioral control
   (B) Genetics only
   (C) Environmental factors only
   (D) None of the above

46. Which of the following is an example of a behavioral immunogen?
   (A) Excessive alcohol consumption
   (B) Balanced nutrition
   (C) Sedentary lifestyle
   (D) Smoking

47. Modifying health behavior can be achieved by:
   (A) Education and awareness
   (B) Incentives and reinforcement
   (C) Environmental changes
   (D) All of the above

48. Which behavioral theory emphasizes learning by observing others?
   (A) Health Belief Model
   (B) Social Learning Theory
   (C) Theory of Planned Behavior
   (D) Cognitive Behavioral Theory

49. Which of the following best illustrates observational learning in health behavior?
   (A) A person starts exercising after watching a fitness video
   (B) A doctor prescribing medication
   (C) A patient ignoring dietary advice
   (D) Following a doctor's instruction without understanding

50. Which of the following is NOT a method for promoting health?
   (A) Health education
   (B) Vaccination campaigns
   (C) Risky lifestyle adoption
   (D) Policy changes for health

45. नियोजित व्यवहार का सिद्धांत (Theory of Planned Behavior) बताता है कि स्वास्थ्य व्यवहार प्रभावित होता है :
   (A) दृष्टिकोण, सामाजिक मानदंड, और प्रतीक्षित व्यवहार नियंत्रण
   (B) केवल आनुवंशिकी
   (C) केवल पर्यावरणीय कारक
   (D) उपरोक्त में से कोई नहीं

46. निम्नलिखित में से कौन-सा व्यवहारजन्य रोगप्रतिरोधक (Behavioral Immunogen) का उदाहरण है :
   (A) अत्यधिक शराब का सेवन
   (B) संतुलित पोषण
   (C) निष्क्रिय जीवनशैली
   (D) धूम्रपान

47. स्वास्थ्य व्यवहार में परिवर्तन निम्नलिखित द्वारा किया जा सकता है :
   (A) शिक्षा और जागरूकता
   (B) प्रोत्साहन और सुदृढ़ीकरण
   (C) पर्यावरणीय बदलाव
   (D) उपरोक्त सभी

48. कौन सा व्यवहार सिद्धांत दूसरों को देखकर सीखने पर जोर देता है :
   (A) हेल्थ बिलीफ मॉडल
   (B) सामाजिक अधिगम सिद्धांत
   (C) नियोजित व्यवहार का सिद्धांत
   (D) संज्ञानात्मक व्यवहार थ्योरी

49. स्वास्थ्य व्यवहार में अवलोकनात्मक अधिगम का सबसे अच्छा उदाहरण कौन सा है :
   (A) कोई व्यक्ति फिटनेस वीडियो देखकर व्यायाम करना शुरू करता है
   (B) डॉक्टर दवा लिखना
   (C) रोगी आहार संबंधी सलाह की अनदेखी करना
   (D) डॉक्टर के निर्देशों का बिना समझे पालन करना

50. निम्नलिखित में से कौन-सा स्वास्थ्य संवर्धन (Health Promotion) की विधि नहीं है :
   (A) स्वास्थ्य शिक्षा
   (B) टीकाकरण अभियान
   (C) जोखिमपूर्ण जीवनशैली अपनाना
   (D) स्वास्थ्य के लिए नीतिगत बदलाव

51. Type II diabetes is characterized as which of the following types of diabetes?

(A) Insulin Dependent

(B) Non-Insulin Dependent

(C) Semi Insulin Dependent

(D) Glucose Dependent

52. Diabetes is classified as which type of disease?

(A) Asynchronous

(B) Chronic

(C) Semi-periodic

(D) Synchronous

53. Which of the following are recognized routes of HIV transmission?

(A) Hugging or casual physical contact

(B) Sharing food or drinks

(C) Infected blood, sexual contact, and mother-to-child transmission

(D) Mosquito bites

54. The abbreviation AIDS refers to which of the following medical terms?

(A) Auto Immune Deficiency Syndrome

(B) Acquired Immune Deficiency Syndrome

(C) Acute Infection Disease Syndrome

(D) Acquired Infection Disease Syndrome

51. टाइप II डायबिटीज किस प्रकार की डायबिटीज के रूप में जानी जाती है :

(A) इंसुलिन पर निर्भर

(B) गैर-इंसुलिन पर निर्भर

(C) अर्ध-इंसुलिन पर निर्भर

(D) ग्लूकोज पर निर्भर

52. डायबिटीज किस प्रकार की बीमारी के रूप में वर्गीकृत की जाती है :

(A) असिंक्रोनस

(B) दीर्घकालिक (क्रॉनिक)

(C) अर्ध-आवधिक

(D) सिंक्रोनस

53. HIV निम्नलिखित में से किन तरीकों से फैल सकता है :

(A) गले लगाना या सामान्य शारीरिक संपर्क

(B) भोजन या पेय साझा करना

(C) संक्रमित रक्त, यौन संपर्क, और माँ से शिशु में संचरण

(D) मच्छर के काटने से

54. AIDS का संक्षिप्त रूप निम्नलिखित में से किस चिकित्सा शब्द का प्रतिनिधित्व करता है?

(A) ऑटो इम्यून डेफिशिएंसी सिंड्रोम

(B) एक्वायर्ड इम्यून डेफिशिएंसी सिंड्रोम

(C) तीव्र संक्रमण रोग सिंड्रोम

(D) एक्वायर्ड इन्फेक्शन डिजीज सिंड्रोम

55. Which specific type of cells in the human body are primarily targeted and affected by HIV?
   (A) Platelets
   (B) White Blood Cells (CD4 Cells)
   (C) Red Blood Cells
   (D) Nerve Cells

56. How does biofeedback therapy assist in managing pain?
   (A) By relying solely on electrical stimulation
   (B) By training individuals to regulate bodily processes such as heart rate and muscle tension
   (C) By permanently removing pain
   (D) By replacing physical therapy

57. Which statement best reflects the stress–illness relationship?
   (A) Stress directly causes illness
   (B) Stress has no role in illness
   (C) Stress increases vulnerability to illness
   (D) Stress affects only mental health

58. Catharsis is a coping style often used to deal with stress caused by ....
   (A) Traumatic Events
   (B) Family Event
   (C) Workplace Events
   (D) External Events

59. Under what circumstances will a person be considered to have developed AIDS?
   (A) The CD_4 count falls below 200 Cell/MH³.
   (B) The CD_4 count ranges between 500 Cell/MM³ to 600 Cell/MH3
   (C) The CD_4 count is between 800 Cell/MM³ to 1000 Cell/MM³.
   (D) The CD_4 count is between 1000 Cell/MM to 1500 Cell/MM³.

55. मानव शरीर में HIV मुख्य रूप से किस प्रकार की कोशिकाओं को लक्षित करता है और प्रभावित करता है :
   (A) प्लेटलेट्स
   (B) श्वेत रक्त कोशिकाएँ (CD4 कोशिकाएँ)
   (C) लाल रक्त कोशिकाएँ
   (D) तंत्रिका कोशिकाएँ

56. बायोफीड बैक थेरेपी दर्द प्रबंधन में कैसे मदद करती है :
   (A) केवल विद्युत उत्तेजना का उपयोग करके
   (B) व्यक्तियों को हृदय गति और मांसपेशियों के तनाव जैसी शारीरिक प्रक्रियाओं को नियंत्रित करना सिखाकर
   (C) दर्द को स्थायी रूप से समाप्त करके
   (D) शारीरिक चिकित्सा से बचकर

57. निम्न में से कौन-सा कथन तनाव-बीमारी संबंध को सबसे अच्छी तरह दर्शाता है :
   (A) तनाव सीधे बीमारी उत्पन्न करता है
   (B) तनाव का बीमारी से कोई संबंध नहीं है
   (C) तनाव बीमारी के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाता है
   (D) तनाव केवल मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है

58. विरेचन तनावपूर्ण परिस्थिति से निपटने की एक ऐसी शैली है जिसे .... से उत्पन्न तनाव से निपटने में प्रायः उपयोग किया जाता है :
   (A) अभिघातज घटनाओं
   (B) पारिवारिक घटनाओं
   (C) कार्यस्थल की घटनाओं
   (D) वाह्य घटनाओं

59. किस स्थिति में यह समझा जाएगा कि व्यक्ति में एड्स (AIDs) विकसित हो गया है?
   (A) CD_4 की संख्या गिनती 200 Cell/MH³ से कम हो जाती है
   (B) CD_4 की संख्या गिनती 500 Cell/MM³ से 600 Cell/MH3 के बीच होती है
   (C) CD_4 की गिनती संख्या 800 Cell/MM³ से 1000 Cell/MM³ के बीच होती है
   (D) CD_4 की गिनती संख्या 1000 Cell/MM से 1500 Cell/MM³ के बीच में होती है

60. Which of the following is a temporary disruption of blood flow to the brain, often referred to as a "warning stroke"?
(A) Ischemic Stroke
(B) Haemorrhagic Stroke
(C) Transient Ischemic Attack (TIA)
(D) Embolic Stroke

61. In which condition does the body make little or no insulin?
(A) Type I Diabetes
(B) Type II Diabetes
(C) Hyperglycemia
(D) Hypoglycemia

62. ACTH is
(A) Stressor
(B) Anterior Pituitary Gland
(C) Cell
(D) Adrenocorticotropic Hormone

63. Type A behavior pattern is most strongly associated with:
(A) Depression
(B) Peptic ulcers
(C) Coronary heart disease
(D) Asthma

64. Which form of social support provides practical assistance?
(A) Emotional support
(B) Informational support
(C) Instrumental support
(D) Appraisal support

65. Who served as the first president of the Health Psychology Division of the American Psychological Association (APA)?
(A) Johnston
(B) Weiss
(C) Schwartz
(D) Joseph Matarazzo

60. निम्नलिखित में से कौन-सा मस्तिष्क में रक्त प्रवाह के अस्थायी बाधित होने की स्थिति है, जिसे अक्सर ''चेतावनी स्ट्रोक'' कहा जाता है?
(A) इस्केमिक स्ट्रोक
(B) हेमोरेजिक स्ट्रोक
(C) ट्रांजिएंट इस्केमिक अटैक (TIA)
(D) एम्बोलिक स्ट्रोक

61. किस स्थिति में शरीर बहुत कम या बिल्कुल भी इंसुलिन का उत्पादन नहीं करता है :
(A) टाइप 1 डायबिटीज
(B) टाइप 2 डायबिटीज
(C) हाइपरग्लाइसीमिया
(D) हाइपोग्लाइसीमिया

62. ACTH है :
(A) आसेधक
(B) अग्र पियूषिका ग्रंथि
(C) कोशिका
(D) एड्रेनोकॉर्टिकोट्रॉपिक हॉर्मोन

63. टाइप A व्यवहार प्रतिरूप किससे सबसे अधिक संबंधित है :
(A) अवसाद
(B) पेप्टिक अल्सर
(C) कोरोनरी हृदय रोग
(D) दमा

64. कौन-सा सामाजिक समर्थन व्यावहारिक सहायता प्रदान करता है :
(A) भावनात्मक समर्थन
(B) सूचना समर्थन
(C) साधनात्मक समर्थन
(D) मूल्यांकन समर्थन

65. अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन (APA) के हेल्थ साइकोलॉजी डिवीजन के पहले अध्यक्ष कौन थे :
(A) जॉनस्टन
(B) वीस
(C) श्वार्ट्ज़
(D) जोसेफ मटाराजो

66. The concept of Eudaimonia in well-being primarily focuses on which of the following aspects?
(A) Pleasure, comfort, and overall life satisfaction
(B) Absence of stress and negative emotional experiences
(C) Material achievement and social recognition
(D) Personal growth, sense of purpose, self-acceptance, and effective life

67. Which type of immune cell is primarily responsible for the production of antibodies in the human body?
(A) T cell
(B) B cell
(C) N cell
(D) All types of cells

68. Which nervous system prepares the body to respond to perceived threats by triggering the "fight-or-flight" mechanism?
(A) Central Nervous System
(B) Somatic Nervous System
(C) Parasympathetic Nervous System
(D) Sympathetic Nervous System

69. Which of the following situations best illustrates eustress, a positive and motivating form of stress?
(A) Feeling slightly anxious before an examination that enhances preparation
(B) Persistent anxiety caused by ongoing financial difficulties
(C) Experiencing panic attacks during stressful circumstances
(D) Sleep disturbances resulting from excessive work pressure

66. कल्याण (Well-being) के संदर्भ में यूडेमोनिया (Eudaimonia) की अवधारणा मुख्य रूप से किस पर बल देती है :
(A) आनंद, आराम और जीवन संतोष
(B) तनाव और नकारात्मक भावनाओं की अनुपस्थिति
(C) भौतिक सफलता और सामाजिक स्वीकृति
(D) व्यक्तिगत विकास, जीवन का उद्देश्य, आत्म--स्वीकृति एवं जीवन पर नियंत्रण

67. मानव शरीर में एंटीबॉडी (प्रतिरक्षी) का निर्माण मुख्य रूप से किस प्रकार की प्रतिरक्षा कोशिका द्वारा किया जाता है :
(A) टी कोशिका
(B) बी कोशिका
(C) एन कोशिका
(D) सभी प्रकार की कोशिकाएँ

68. कौन-सा तंत्रिका तंत्र शरीर को संभावित खतरों के प्रति प्रतिक्रिया देने के लिए तैयार करता है तथा ''फाइट-ऑर-फ्लाइट'' (लड़ो या भागो) प्रतिक्रिया को सक्रिय करता है :
(A) केंद्रीय तंत्रिका तंत्र
(B) सोमैटिक तंत्रिका तंत्र
(C) पैरासिम्पैथेटिक तंत्रिका तंत्र
(D) सिम्पैथेटिक तंत्रिका तंत्र

69. निम्नलिखित में से कौन-सी स्थिति यूस्ट्रेस (सकारात्मक एवं प्रेरक तनाव) का सबसे अच्छा उदाहरण है :
(A) परीक्षा से पहले हल्की घबराहट महसूस होना, जो बेहतर तैयारी में सहायक हो
(B) आर्थिक समस्याओं के कारण लगातार चिंता का अनुभव होना
(C) तनावपूर्ण परिस्थितियों में पैनिक अटैक होना
(D) अत्यधिक कार्यभार के कारण नींद न आना

70. The Health Belief Model was proposed by which of the following scholars?

(A) Evans

(B) Estacio

(C) Marks

(D) Rosenstock

71. Social support acts as a stress modertor primarily by:

(A) Eliminating stressors

(B) Enhancing appraisal resources

(C) Increasing physiological arousal

(D) Suppressing emotional expression

72. Which of the following is a maladaptive coping strategy?

(A) Seeking social support

(B) Cognitive restructuring

(C) Substance use

(D) Problem-solving

73. Under which division number is Health Psychology classified by the American Psychological Association (APA)?

(A) 26

(B) 11

(C) 23

(D) 38

74. In the management of chronic illnesses, what role do health psychologists primarily play?

(A) Performing surgical procedures for long-term diseases

(B) Ignoring psychological aspects during treatment

(C) Offering psychological support and teaching effective coping strategies

(D) Prescribing medications to individuals

70. निम्नलिखित में से किस विद्वान ने हेल्थ विलीफ मॉडल (Health Belief Model) का प्रतिपादन किया था :

(A) इवांस

(B) एस्टासियो

(C) मार्क्स

(D) रोसेनस्टॉक

71. सामाजिक समर्थन मुख्य रूप से किस प्रकार तनाव को नियंत्रित करता है :

(A) तनावकारकों को समाप्त करके

(B) मूल्यांकन संसाधनों को बढ़ाकर

(C) शारीरिक उत्तेजना बढ़ाकर

(D) भावनात्मक अभिव्यक्ति को दबाकर

72. निम्नलिखित में से कौन-सी एक कुप्रभावी मुकाबला रणनीति है :

(A) सामाजिक समर्थन प्राप्त करना

(B) संज्ञानात्मक पुनर्गठन

(C) नशीले पदार्थों का उपयोग

(D) समस्या समाधान

73. अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन (APA) द्वारा स्वास्थ्य मनोविज्ञान को किस डिवीजन संख्या के अंतर्गत रखा गया है?

(A) 26

(B) 11

(C) 23

(D) 38

74. दीर्घकालिक (क्रॉनिक) बीमारियों के प्रबंधन में स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक मुख्य रूप से किस प्रकार योगदान देते हैं :

(A) दीर्घकालिक रोगों के लिए शल्य चिकित्सा करना

(B) उपचार के दौरान मनोवैज्ञानिक कारकों की उपेक्षा करना

(C) मनोवैज्ञानिक सहयोग प्रदान करना और सामना करने की रणनीतियाँ सिखाना

(D) रोगियों को दवाएँ लिखना

75. Emotion-focused coping is most effective when:

(A) Stressor is controllable

(B) Stressor is uncontrollable

(C) Stressor is short-term

(D) Stressor is predictable

76. Which coping strategy aims at changing the stressor itself?

(A) Emotion-focused coping

(B) Avoidant coping

(C) Problem-focused coping

(D) Defensive coping

77. Which hormone plays a key role in the stress–illness relationship?

(A) Insulin

(B) Melatonin

(C) Cortisol

(D) Thyroxine

78. Health psychology emerged in the ....

(A) 1970

(B) 1945

(C) 1925

(D) 1935

79. A health psychologist helps individuals by:

(A) Encouraging behavior change to improve health

(B) Performing medical procedures

(C) Teaching only medical students

(D) Replacing doctors in patient treatment

75. भावना-केंद्रित मुकाबला सबसे अधिक प्रभावी होता है जब :

(A) तनावकारक नियंत्रित किया जा सके

(B) तनावकारक अनियंत्रणीय हो

(C) तनाव अल्पकालिक हो

(D) तनाव पूर्वानुमेय हो

76. कौन-सी सामना करने की रणनीति तनाव के स्रोत को परिवर्तित करने अथवा समाप्त करने की दिशा में केंद्रित होती है?

(A) भावना-केंद्रित मुकाबला

(B) परिहारात्मक मुकाबला

(C) समस्या-केंद्रित मुकाबला

(D) रक्षात्मक मुकाबला

77. तनाव और बीमारी के संबंध में कौन-सा हार्मोन प्रमुख भूमिका निभाता है :

(A) इंसुलिन

(B) मेलाटोनिन

(C) कॉर्टिसोल

(D) थायरॉक्सिन

78. स्वास्थ्य मनोविज्ञान .... में उभरा :

(A) 1970

(B) 1945

(C) 1925

(D) 1935

79. एक स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक व्यक्तियों की किस प्रकार मदद करता है :

(A) स्वास्थ्य सुधारने के लिए व्यवहार परिवर्तन का बढ़ावा देकर

(B) चिकित्सा प्रक्रियाओं को करके

(C) केवल मेडिकल छात्रों को पढ़ाकर

(D) रोगियों के उपचार में डॉक्टरों की जगह लेकर

80. Stress is best defined as:
(A) A stimulus
(B) A response
(C) An interaction between individual and environment
(D) A mental disorder

81. Which approach integrates thoughts, emotions, and behaviors in health management?
(A) Behavioral
(B) Cognitive
(C) Cognitive-behavioral
(D) Biomedical

82. The role of health psychologists in policy includes:
(A) Drafting laws
(B) Advising on health promotion strategies
(C) Enforcing rules
(D) Monitoring individual behavior

83. Which of the following best describes the main function of a health psychologist?
(A) Diagnosing physical disorders
(B) Examining the influence of psychological factors on health and illness
(C) Prescribing medications for mental disorders
(D) Conducting surgical procedures

84. In the Theory of Planned Behavior, which of the following is NOT a key component?
(A) Attitude toward behavior
(B) Subjective norm
(C) Perceived behavioral control
(D) Stress response

80. तनाव की सबसे उपयुक्त परिभाषा है :
(A) एक उद्दीपक
(B) एक प्रतिक्रिया
(C) व्यक्ति और पर्यावरण के बीच अंतःक्रिया
(D) एक मानसिक विकार

81. कौन-सा दृष्टिकोण स्वास्थ्य प्रबंधन में विचारों, भावनाओं और व्यवहारों को एकीकृत करता है :
(A) व्यवहारात्मक
(B) संज्ञानात्मक
(C) संज्ञानात्मक-व्यवहारात्मक
(D) बायोमेडिकल

82. नीति निर्माण में स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक की भूमिका क्या होती है :
(A) कानून बनाना
(B) स्वास्थ्य संवर्धन रणनीतियों पर सलाह देना
(C) नियम लागू करना
(D) व्यक्तिगत व्यवहार की निगरानी

83. निम्नलिखित में से कौन स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक के मुख्य कार्य का सबसे अच्छा वर्णन करता है :
(A) शारीरिक रोगों का निदान करना
(B) स्वास्थ्य और बीमारी पर मनोवैज्ञानिक कारकों के प्रभाव का अध्ययन करना
(C) मानसिक विकारों के लिए दवाएँ लिखना
(D) शल्य चिकित्सा प्रक्रियाएँ करना

84. योजना-बद्ध व्यवहार के सिद्धांत में निम्नलिखित में से कौन सा प्रमुख घटक नहीं है :
(A) व्यवहार के प्रति दृष्टिकोण
(B) व्यक्तिनिष्ठ मानदंड
(C) धारित व्यवहार नियंत्रण
(D) तनाव प्रतिक्रिया

85. According to the Transtheoretical Model, behavior change occurs through how many stages?
(A) Three (3)
(B) Four (4)
(C) Five (5)
(D) Six (6)

86. Health psychology became prominent during which period?
(A) Early 19th century
(B) Mid-20th century
(C) Late 20th century
(D) 18th century

87. Which factor is least emphasized in the biomedical model?
(A) Pathogens
(B) Genetics
(C) Lifestyle
(D) Physiology

88. A major contribution of health psychology is:
(A) Drug discovery
(B) Understanding mind–body relationship
(C) Surgical innovation
(D) Disease classification

89. Which approach focuses on stress management techniques?
(A) Behavioral
(B) Cognitive-behavioral
(C) Biomedical
(D) Magical

90. The holistic model of health considers:
(A) Only physical factors
(B) Only mental factors
(C) Physical, Mental and Social factors
(D) Disease symptoms only

85. ट्रांसथियोरेटिकल मॉडल (Transtheoretical Model) के अनुसार, व्यवहार परिवर्तन कितने चरणों में होता है ?
(A) तीन
(B) चार
(C) पाँच
(D) छह

86. स्वास्थ्य मनोविज्ञान किस अवधि में प्रमुख रूप से विकसित हुआ :
(A) प्रारंभिक 19वीं सदी
(B) मध्य 20वीं सदी
(C) उत्तर 20वीं सदी
(D) 18वीं सदी

87. बायोमेडिकल मॉडल में किस कारक पर सबसे कम बल दिया जाता है :
(A) रोगाणु
(B) आनुवंशिकी
(C) जीवनशैली
(D) शारीरिक क्रियाएँ

88. स्वास्थ्य मनोविज्ञान का प्रमुख योगदान क्या है?
(A) दवा खोज
(B) मन शरीर संबंध की समझ
(C) शल्य नवाचार
(D) रोग वर्गीकरण

89. कौन-सा दृष्टिकोण तनाव प्रबंधन तकनीकों पर केंद्रित होता है :
(A) व्यवहारात्मक
(B) संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक
(C) बायोमेडिकल
(D) जादुई

90. स्वास्थ्य का समग्र मॉडल किसे सम्मिलित करता है :
(A) केवल शारीरिक कारक
(B) केवल मानसिक कारक
(C) शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक कारक
(D) केवल रोग के लक्षण

91. Which of the following is a preventive role of health psychologists?
(A) Treating chronic illness
(B) Promoting exercise and healthy diet
(C) Performing diagnosis
(D) Prescribing medication

92. The biomedical model mainly focuses on:
(A) Psychological factors
(B) Social relationships
(C) Biological causes of disease
(D) Lifestyle behaviors

93. Which approach emphasizes personal growth and self-actualization in health?
(A) Behavioral approach
(B) Cognitive approach
(C) Humanistic approach
(D) Psychoanalytic approach

94. Which of the following areas are addressed by health psychology?
(A) Why illness occurs
(B) Accountability for illness
(C) Ways in which illness should be treated
(D) All of the above

95. Which of the following is NOT an acceptable definition of health?
(A) Health as absence of illness
(B) Health maintained even in the presence of disease
(C) Health as never requiring medical consultation
(D) Health as a state of vitality

91. निम्न में से कौन स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक की निवारक भूमिका है :
(A) दीर्घकालीन बीमारी का उपचार
(B) व्यायाम और स्वस्थ आहार को बढ़ावा देना
(C) निदान करना
(D) दवाएँ लिखना

92. बायोमेडिकल मॉडल मुख्य रूप से किस पर केंद्रित होता है :
(A) मनोवैज्ञानिक कारक
(B) सामाजिक संबंध
(C) बीमारी के जैविक कारण
(D) जीवनशैली व्यवहार

93. कौन-सा दृष्टिकोण स्वास्थ्य में व्यक्तिगत विकास और आत्म-साक्षात्कार पर बल देता है :
(A) व्यवहारात्मक
(B) संज्ञानात्मक
(C) मानवतावादी
(D) मनोविश्लेषणात्मक

94. निम्नलिखित में से किन क्षेत्रों को स्वास्थ्य मनोविज्ञान संबोधित करता है :
(A) बीमारी क्यों होती है
(B) बीमारी के लिए उत्तरदायित्व
(C) बीमारी का उपचार किस प्रकार किया जाना चाहिए
(D) उपरोक्त सभी

95. निम्नलिखित में से कौन-सी स्वास्थ्य की स्वीकार्य परिभाषा नहीं है?
(A) स्वास्थ्य को बीमारी की अनुपस्थिति के रूप में देखना
(B) बीमारी की उपस्थिति के बावजूद स्वास्थ्य बनाए रखना
(C) स्वास्थ्य का अर्थ कभी भी चिकित्सा परामर्श की आवश्यकता न होना
(D) स्वास्थ्य को जीवंतता (ऊर्जा) की अवस्था के रूप में देखना

96. What is the main focus of health psychologists when running campaigns?
(A) Care Services
(B) Healthy Life
(C) Life Satisfaction
(D) Alcohol Dependence

97. Which model views health as a dynamic state of well-being rather than a static condition?
(A) Biomedical model
(B) Biopsychosocial model
(C) Disease model
(D) Pathological model

98. Which model of health primarily defines health as the absence of disease and focuses mainly on physical and biological factors?
(A) Biopsychosocial Model
(B) Biomedical Mode
(C) Holistic Model
(D) Wellness-Oriented Model

99. The development of health psychology mainly reflects a shift from:
(A) Treatment of illness to surgical care
(B) Disease-centered approach to health promotion
(C) Physical illness to mental illness
(D) Hospital care to home care

100. Which model of health emphasizes the interaction of biological, psychological, and social factors?
(A) Biomedical Model
(B) Behavioral Model
(C) Biopsychosocial Model
(D) Holistic Model

96. स्वास्थ्य मनोवैज्ञानिक अभियान चलाते समय मुख्य रूप से किस पर ध्यान केंद्रित करते हैं?
(A) देखभाल सेवाएँ
(B) स्वस्थ जीवन
(C) जीवन संतोष
(D) शराब पर निर्भरता

97. कौन-सा मॉडल स्वास्थ्य को स्थिर अवस्था के बजाय एक गतिशील कल्याण की स्थिति मानता है?
(A) बायोमेडिकल मॉडल
(B) बायोसाइकोसोशल मॉडल
(C) रोग मॉडल
(D) पैथोलॉजिकल मॉडल

98. कौन सा स्वास्थ्य मॉडल मुख्य रूप से स्वास्थ्य को रोग की अनुपस्थिति के रूप में परिभाषित करता है और मुख्यतः शारीरिक एवं जैविक कारकों पर ध्यान केंद्रित करता है :
(A) जैव-मनो-सामाजिक मॉडल
(B) जैव चिकित्सीय मॉडल
(C) समग्र मॉडल
(D) कल्याण उन्मुख मॉडल

99. स्वास्थ्य मनोविज्ञान का विकास मुख्य रूप से किस परिवर्तन को दर्शाता है?
(A) बीमारी के उपचार से शल्य चिकित्सा की ओर
(B) बीमारी केंद्रित दृष्टिकोण से स्वास्थ्य संवर्धन की ओर
(C) शारीरिक बीमारी से मानसिक बीमारी की ओर
(D) अस्पताल देखभाल से घरेलू देखभाल की ओर

100. कौन सा स्वास्थ्य मॉडल जैविक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कारकों की पारस्परिक अंतःक्रिया पर बल देता है :
(A) जैव चिकित्सा मॉडल
(B) व्यवहारात्मक मॉडल
(C) जैव-मनो सामाजिक मॉडल
(D) समग्र मॉडल

Rough Work

रफ कार्य

Example :

Question :

Q. 1 (A) ● (C) (D)

Q. 2 (A) (B) ● (D)

Q. 3 (A) ● (C) (D)

5. Each question carries equal marks. Marks will be awarded according to the number of correct answers you have.
6. All answers are to be given on OMR Answer Sheet only. Answers given anywhere other than the place specified in the answer sheet will not be considered vali(D)
7. Before writing anything on the OMR Answer Sheet, all the instructions given in it should be read carefully.
8. After the completion of the examination candidates should leave the examination hall only after providing their OMR Answer Sheet to the invigilator. Candidate can carry their Question Booklet.
9. There will be no negative marking.
10. Rough work, if any, should be done on the blank pages provided for the purpose in the booklet.
11. To bring and use of log-book, calculator, pager & cellular phone in examination hall is prohibite(D)
12. In case of any difference found in English and Hindi version of the question, the English version of the question will be held authenti(C)

Impt. On opening the question booklet, first check that all the pages of the question booklet are printed properly. If there is any discrepancy in the question booklet, then after showing it to the invigilator, get another question booklet of the same series.

उदाहरण :

प्रश्न :

प्रश्न 1 (A) ● (C) (D)

प्रश्न 2 (A) (B) ● (D)

प्रश्न 3 (A) ● (C) (D)

5. प्रत्येक प्रश्न के अंक समान हैं। आपके जितने उत्तर सही होंगे, उन्हीं के अनुसार अंक प्रदान किये जायेंगे।
6. सभी उत्तर केवल ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर ही दिये जाने हैं। उत्तर-पत्रक में निर्धारित स्थान के अलावा अन्यत्र कहीं पर दिया गया उत्तर मान्य नहीं होगा।
7. ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर कुछ भी लिखने से पूर्व उसमें दिये गये सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लिया जाये।
8. परीक्षा समाप्ति के उपरान्त परीक्षार्थी कक्ष निरीक्षक को अपनी OMR Answer Sheet उपलब्ध कराने के बाद ही परीक्षा कक्ष से प्रस्थान करें। परीक्षार्थी अपने साथ प्रश्न-पुस्तिका ले जा सकते हैं।
9. निगेटिव मार्किंग नहीं है।
10. कोई भी रफ कार्य, प्रश्न-पुस्तिका में, रफ-कार्य के लिए दिए खाली पेज पर ही किया जाना चाहिए।
11. परीक्षा कक्ष में लॉग-बुक, कैल्कुलेटर, पेजर तथा सेल्युलर फोन ले जाना तथा उसका उपयोग करना वर्जित है।
12. प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरण में भिन्नता होने की दशा में प्रश्न का अंग्रेजी रूपान्तरण ही मान्य होगा।

महत्वपूर्ण : प्रश्न-पुस्तिका खोलने पर प्रथमतः जाँच कर देख लें कि प्रश्न-पुस्तिका के सभी पृष्ठ भलीभाँति छपे हुए हैं। यदि प्रश्न-पुस्तिका में कोई कमी हो, तो कक्षनिरीक्षक को दिखाकर उसी सीरीज की दूसरी प्रश्न-पुस्तिका प्राप्त कर लें।