



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 ಮನೋಬೇನೆಯ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- 5) Explain physiological approach to mental health intervention.  
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಯ ಶಾರೀರಿಕ ಉಪಗಮನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.