



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी (नैनीताल)

एम० ए० योग

M A Yoga

प्रथम वर्ष Ist Year

प्रश्न पत्र-द्वितीय (MY-102)

व्यावहारिक मनोविज्ञान एवं योग (Applied Psychology and Yoga)

100 अंक

(60 अंक लिखित परीक्षा एवं 40 अंक सत्रीय कार्य)

ब्लॉक-प्रथम

व्यावहारिक मनोविज्ञान एवं व्यक्तित्व

- इकाई-1 व्यवहारिक मनोविज्ञान का अर्थ, परिभाषा एवं मनोविज्ञान का क्षेत्र
इकाई-2 व्यक्तित्व अर्थ, परिभाषा एवं निर्धारक
इकाई-3 व्यक्तित्व को समझने में पूर्व प्रयास

ब्लॉक-द्वितीय

व्यक्तित्व के विभिन्न सिद्धान्त

- इकाई-4 क्रेट्समर एवं शेल्डन का व्यक्तित्व सिद्धान्त
इकाई-5 मास्लो का मानवतावादी सिद्धान्त
इकाई-6 फ्रायड युंग एवं एडलर का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धान्त
इकाई-7 एरिकसन का सिद्धान्त

ब्लॉक-तृतीय

मनोवैज्ञानिक परीक्षण

- इकाई-8 मनोविज्ञान परीक्षण: अर्थ एवं उद्देश्य
इकाई-9 मनोवैज्ञानिक परीक्षणों की विशेषता
इकाई-10 प्रक्षेपी एवं वस्तुनिष्ठ विधियाँ

ब्लॉक-चतुर्थ

मानव योग्यताएँ

- इकाई-11 बुद्धि: प्रकृति, परिभाषा एवं सिद्धान्त
इकाई-12 बुद्धि का मापन
इकाई-13 चिन्तन की प्रकृति एवं प्रकार
इकाई-14 स्मृति परिभाषा एवं प्रकार

ब्लॉक-पंचम

मनोवैज्ञानिक समस्याएँ

- इकाई-15 मानसिक तनाव-लक्षण, कारण एवं योग समाधान
इकाई-16 चिन्ता एवं अवसाद का लक्षण, कार्य एवं योग समाधान
इकाई-17 व्यसन- प्रकृति, लक्षण कारक एवं मादक पदार्थों का कुप्रभाव
इकाई-18 व्यसन मुक्ति के सिद्धान्त, योग द्वारा व्यसन मुक्ति