

UUCMS. No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

B.M.S COLLEGE FOR WOMEN, AUTONOMOUS
BENGALURU – 560004

SEMESTER END EXAMINATION – MARCH/APRIL-2023

OPEN ELECTIVE - III Semester
Psychology and Mental Health
(NEP Scheme 2021-22 onwards)

Course Code: PSY3OE03

Duration: 2 ½ Hours

QP Code: 3209

Max. Marks: 60

Instructions:

- 1) Answers should be written completely either in Kannada or in English.**
- 2) All sections are compulsory.**

Section A

I. Answer any Five of the following each carries Two marks

(5X2=10)

- 1. Define Mental Health.**
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- 2. Define cognitive distortions.**
ಸಂಜ್ಞಾನತ್ಮಕ ಅಸ್ಪಷ್ಟತೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ.
- 3. What is stress?**
ಒತ್ತಡ ಎಂದರೇನು?
- 4. Expand PTSD and GAD.**
PTSD ಮತ್ತು GAD ಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿ.
- 5. What are mental health interventions?**
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಗಳು/ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಎಂದರೇನು?
- 6. What are ethics?**
ನೀತಿಶಾಸ್ತ್ರ ಎಂದರೇನು?

Section B

II. Answer any Four of the following each carries Five marks

(4X5=20)

7. Explain the psychological factors affecting mental health.
ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಮಾನಸಿಕ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
8. Explain the four horsemen of the apocalypse.
ಅಪೋಕ್ಯಾಲಿಪ್ಸ್ ನಾಲ್ಕು ಕುದುರೆ ಸವಾರರನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
9. Explain internet addiction.
ಅಂತರಜಾಲದ ಚಟವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
10. Discuss Bronfenbrenner's ecological model.
ಬ್ರೋನ್ಫೆನ್ಬ್ರೆನ್ನರ್ ರವರ ಪರಿಸರ ಮಾಡರಿಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ.
11. Write a note on grief and trauma.
ಶೋಕ ಮತ್ತು ಆಘಾತದ ಬಗ್ಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಬರೆಯಿರಿ.
12. Explain non-violence communication.
ಅಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಸಂವಹನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Section C

III. Answer any Three of the following each carries Ten marks

(3X10=30)

13. Explain any two types of cognitive distortions.
ಸಂಜ್ಞಾನತ್ಮಕ ಅಸ್ಪಷ್ಟತೆಯ ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ವಿಧಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
14. Explain the stress and burnout as mental health issues.
ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯನ್ನು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಂದು ವಿವರಿಸಿ.
15. Briefly discuss grounding techniques and mindfulness practises.
ಗ್ರೌಂಡಿಂಗ್ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಸಾವಧಾನತೆ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಿ.
16. Discuss the various art techniques.
ವಿವಿಧ ಕಲಾ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ

BMSCW LIBRARY