



PSY 305

B.A. VIth SEMESTER EXAMINATION, 2024-25

PSYCHOLOGY

Counseling Psychology

(CBCS Mode)

AFFIX PRESCRIBED
RUBBER STAMP

Paper ID

(To be filled in the
OMR Sheet)

Date (तिथि) : _____

5634

अनुक्रमांक (अंकों में) :

Roll No. (In Figures) :

अनुक्रमांक (शब्दों में) :

Roll No. (In Words) : _____

Time : 1:30 Hrs.

समय : 1:30 घण्टे

Max. Marks : 75

अधिकतम अंक : 75

नोट : पुस्तिका में 50 प्रश्न दिये गये हैं, सभी प्रश्न करने होंगे। प्रत्येक प्रश्न 1.5 अंक का होगा।

Important Instructions :

1. The candidate will write his/her Roll Number only at the places provided for, i.e. on the cover page and on the OMR answer sheet at the end and nowhere else.
2. Immediately on receipt of the question booklet, the candidate should check up the booklet and ensure that it contains all the pages and that no question is missing. If the candidate finds any discrepancy in the question booklet, he/she should report the invigilator within 10 minutes of the issue of this booklet and a fresh question booklet without any discrepancy be obtained.

महत्वपूर्ण निर्देश :

1. अभ्यर्थी अपने अनुक्रमांक केवल उन्हीं स्थानों पर लिखेंगे जो इसके लिए दिये गये हैं, अर्थात् प्रश्न पुस्तिका के मुख्य पृष्ठ तथा साथ दिये गये ओ०एम०आर० उत्तर पत्र पर, तथा अन्यत्र कहीं नहीं लिखेंगे।
2. प्रश्न पुस्तिका मिलते ही अभ्यर्थी को जाँच करके सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि इस पुस्तिका में पूरे पृष्ठ हैं और कोई प्रश्न छूटा तो नहीं है। यदि कोई विसंगति है तो प्रश्न पुस्तिका मिलने के 10 मिनट के भीतर ही कक्ष परिप्रेक्षक को सूचित करना चाहिए और बिना त्रुटि की दूसरी प्रश्न पुस्तिका प्राप्त कर लेना चाहिए।

1. Which type of questions are the most effective in a counseling interview ?
 - (A) Closed-ended questions
 - (B) Critical questions
 - (C) Personal questions about counsellor
 - (D) Open-ended questions
2. When a counsellor repeats the client's emotions, what is it called ?
 - (A) Reflection
 - (B) Confrontation
 - (C) Encouragement
 - (D) Self-Disclosure
3. What is the contribution of 'Bhagavad Gita' to Indian Counselling Tradition ?
 - (A) Treatment of Psychological Disorders
 - (B) Only religious Preaching's
 - (C) Guidance on duty, self-knowledge and mental balance
 - (D) Only explanation of Relationships
1. परामर्शन साक्षात्कार में सबसे प्रभावी प्रश्न किस प्रकार के होते हैं ?
 - (A) बंद-अन्त प्रश्न
 - (B) आलोचनात्मक प्रश्न
 - (C) परामर्शदाता के व्यक्तिगत प्रश्न
 - (D) मुक्त-अंत प्रश्न
2. जब परामर्शदाता सेवार्थी की भावनाओं को दोहराता है, तो इसे क्या कहा जाता है ?
 - (A) प्रतिबिंबन
 - (B) सामना
 - (C) प्रोत्साहन
 - (D) आत्म-प्रकटीकरण
3. भारतीय परामर्शन परम्परा में 'भगवद् गीता' का क्या योगदान है ?
 - (A) मनोवैज्ञानिक विकारों का उपचार
 - (B) केवल धार्मिक उपदेश
 - (C) कर्तव्य, आत्मज्ञान और मानसिक संतुलन पर मार्गदर्शन
 - (D) केवल संबंधों की व्याख्या

4. Which counseling type deals with addiction and substance abuse ?

- (A) Career Counseling
- (B) Rehabilitation counseling
- (C) Marital counseling
- (D) School counseling

5. What is the most important ethical principle in counseling ?

- (A) Confidentiality
- (B) Rapport
- (C) Personal opinions
- (D) All of the above

6. Which ethical code is essential in counseling ?

- (A) Respect for autonomy
- (B) Manipulation
- (C) Rapport
- (D) All of the above

7. The Role of a counselor is -

- (A) Giving direct solutions
- (B) Guiding the client towards self-discovery
- (C) Controlling the client's life
- (D) All of the above

4. कौन सा परामर्शन व्यासन और नशीली दवाओं के उपयोग से संबंधित है ?

- (A) कैरियर परामर्श
- (B) पुनर्वास परामर्श
- (C) वैवाहिक परामर्श
- (D) स्कूल परामर्श

5. परामर्श में सबसे महत्वपूर्ण नैतिक सिद्धान्त क्या है ?

- (A) गोपनीयता
- (B) सौहार्दपूर्ण संबंध
- (C) व्यक्तिगत विचार
- (D) उपरोक्त सभी

6. परामर्श में कौन सा नैतिक कोड आवश्यक है ?

- (A) स्वायत्ता के प्रति सम्मान
- (B) जोड़-तोड़
- (C) सौहार्दपूर्ण संबंध
- (D) उपरोक्त सभी

7. परामर्शदाता की भूमिका है -

- (A) प्रत्यक्ष समाधान देना
- (B) क्लाइंट को आत्म-अन्वेषण की ओर मार्गदर्शन करना
- (C) क्लाइंट के जीवन को नियन्त्रित करना
- (D) उपरोक्त सभी

8. Which skill is essential for a counselor to understand the Client's feelings ?
- (A) Empathy
(B) Assertiveness
(C) Introvert
(D) Mercy
9. Who introduce the concept of the Oedipus complex ?
- (A) Carl Jung
(B) Sigmund Freud
(C) Erik Erikson
(D) Alfred Adler
10. CBT primarily helps in treating ?
- (A) Physical disorders
(B) Mental health issues like depression and anxiety
(C) Genetic Disorder
(D) (A) and (C)
8. क्लाइंट की भावनाओं को समझने के लिए परामर्शदाता के लिए कौन सा कौशल आवश्यक है ?
- (A) परानुभूति
(B) दृढ़ता
(C) अन्तर्मुखी
(D) दया
9. ओडीपस कॉम्प्लेक्स की अवधारणा किसने दी ?
- (A) कार्ल जुंग
(B) सिगमंड फ्रायड
(C) एरिक इरिकसन
(D) अल्फ्रेड एडलर
10. CBT मुख्य रूप से किसका इलाज करने में मदद करता है ?
- (A) शारीरिक बीमारियों का
(B) अवसाद एवं चिन्ता जैसी मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का
(C) आनुवंशिक विकृतियों का
(D) (A) व (C)

11. Which term describes transferring emotions from one person to another in therapy ?
- (A) Projection
(B) Transference
(C) Sublimation
(D) Displacement
12. What is the main focus of client-centered therapy ?
- (A) Behavior Modification
(B) Personal Growth
(C) Exploring unconscious conflict
(D) (A) and (C)
13. The key principle of CBT is -
- (A) Thoughts affect feelings and behavior
(B) Punishment is the best motivator
(C) Only positive emotions is important
(D) Only positive attitude is important
11. चिकित्सा में एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक भावनाओं के स्थानान्तरण को क्या कहा जाता है ?
- (A) प्रक्षेपण
(B) स्थानान्तरण
(C) सब्लीमेशन
(D) विस्थापन
12. क्लाइंट-सेंटरड थेरेपी का मुख्य ध्यान किस पर है ?
- (A) व्यवहार परिमार्जन
(B) व्यक्तिगत विकास
(C) अचेतन संघर्षों की खोज करना
(D) (A) व (C)
13. CBT का मुख्य सिद्धान्त क्या है -
- (A) विचार, भावनाओं और व्यवहार को प्रभावित करते हैं
(B) दण्ड सबसे अच्छा अभिप्रेरक है
(C) केवल सकारात्मक संवेग महत्वपूर्ण है
(D) केवल सकारात्मक अभिवृत्ति महत्वपूर्ण है

14. Which therapy model focuses on changing irrational beliefs ?
- (A) Psychoanalysis
 (B) Rational emotive behavior Therapy
 (C) Gestalt Therapy
 (D) Client-centered Therapy
15. Which of the following is not a technique used in psychoanalytic therapy ?
- (A) Free association
 (B) Dream analysis
 (C) Systematic desensitization
 (D) Transference
16. Which of the following therapies focuses on analyzing past childhood experience ?
- (A) Psychoanalytic Therapy
 (B) CBT
 (C) Humanistic Therapy
 (D) Existential Therapy
14. कौन सा चिकित्सा मॉडल तर्कहीन विश्वासों को बदलने पर केन्द्रित है ?
- (A) मनोविश्लेषण
 (B) रेशनल इमोटिव बिहेवियर थेरेपी
 (C) गेस्टाल्ट थेरेपी
 (D) क्लाइंट-सेन्टर्ड थेरेपी
15. निम्नलिखित में से कौन सी तकनीक मनोविश्लेषणात्मक चिकित्सा में उपयोग नहीं की जाती है ?
- (A) मुक्त सहचर्य
 (B) स्वप्न विश्लेषण
 (C) क्रमबद्ध असंवेदीकरण
 (D) स्थानान्तरण
16. निम्नलिखित में से किस थेरेपी में बचपन के बीते हुए अनुभवों के विश्लेषण पर ध्यान दिया जाता है ?
- (A) मनोविश्लेषणात्मक थेरेपी में
 (B) CBT में
 (C) मानवतावादी थेरेपी में
 (D) अस्तित्ववादी थेरेपी में

17. According to Carl Rogers, a counselor should provide _____.
- (A) Unconditional positive regard
(B) Punishment for mistakes
(C) Direct instructions
(D) (A) and (B)
18. Which of the following is a cognitive distortion ?
- (A) Overgeneralization
(B) Free Association
(C) Dream analysis
(D) All of the above
19. What is the correct way of 'Paraphrasing' ?
- (A) Repeating the client's entire sentence
(B) Summarizing and clearly restating the client's thoughts
(C) Telling the client to move on to a new topic
(D) Make your client listen to your talks
17. कार्ल रोजर्स के अनुसार, एक परामर्शदाता को _____ प्रदान करना चाहिए।
- (A) शर्त रहित सकारात्मक सम्मान
(B) गलतियों हेतु दण्ड
(C) प्रत्यक्ष निर्देश
(D) (A) व (B)
18. निम्नलिखित में से कौन सी एक संज्ञानात्मक विकृति है ?
- (A) अतिसामान्यीकरण
(B) मुक्त साहचर्य
(C) स्वप्न विश्लेषण
(D) उपरोक्त सभी
19. 'संक्षिप्त व्याख्या' करने का सही तरीका क्या है ?
- (A) सेवार्थी के पूरे वाक्य को दोहराना
(B) सेवार्थी के विचारों को संक्षेप में स्पष्ट रूप से दोहराना
(C) सेवार्थी को नए विषय पर जाने के लिए कहना
(D) सेवार्थी को अपनी बात सुनाना

20. What is the primary goal of psychoanalysis ?
- (A) Immediate behavioral change
- (B) Exploring unconscious conflict
- (C) Developing logical thinking
- (D) Enhancing memory
21. The real self and ideal self were introduced by -
- (A) Carl Jung
- (B) Carl Rogers
- (C) Sigmund Freud
- (D) Both (A) and (B)
22. Which technique is not commonly used in CBT ?
- (A) Cognitive Restructuring
- (B) Dream Analysis
- (C) Exposure therapy
- (D) Thought challenging
20. मनोविश्लेषण का प्राथमिक उद्देश्य क्या है ?
- (A) तात्कालिक व्यवहार परिवर्तन
- (B) अचेतन संघर्षों की खोज करना
- (C) तार्किक चिन्तन को विकसित करना
- (D) स्मृति को बढ़ाना
21. वास्तविक स्व व आदर्श स्व को प्रस्तुत किया गया -
- (A) कार्ल जुंग द्वारा
- (B) कार्ल रोजर्स द्वारा
- (C) सिगमण्ड फ्रायड द्वारा
- (D) (A) व (B) दोनों
22. CBT में आमतौर पर कौन सी तकनीक उपयोग नहीं की जाती है ?
- (A) संज्ञानात्मक पुनर्संरचना
- (B) स्वप्न विश्लेषण
- (C) एक्सपोजर थेरेपी
- (D) चुनौतीपूर्ण विचार

23. Which of the following is not a key element of person-centered therapy ?
- (A) Empathy
(B) Congruence
(C) Interpretation
(D) Unconditional positive regard
24. Who introduced the concept of "Fully functioning person" ?
- (A) Sigmund Freud
(B) Carl Rogers
(C) Maslow
(D) Both (A) and (B)
25. In CBT, why is homework often assigned to clients ?
- (A) To provide additional diagnosis
(B) To practice and reinforce new coping skills outside of sessions
(C) To entertain the client between sessions
(D) To analyze the client's family dynamics
23. निम्नलिखित में से कौन सा पर्सन-सेन्टर्ड थेरेपी का मुख्य तत्व नहीं है ?
- (A) परानुभूति
(B) संगतता
(C) व्याख्या
(D) शर्त रहित सकारात्मक स्वीकृति
24. "पूर्णतः कार्यशील व्यक्ति" की अवधारणा किसने दिया ?
- (A) सिगमण्ड फ्रायड
(B) कार्ल रोजर्स
(C) मैस्लो
(D) (A) व (B) दोनों
25. CBT में क्लाइंट को होमवर्क क्यों दिया जाता है ?
- (A) अतिरिक्त निदान प्रदान करने के लिए
(B) सत्रों के बाहर नई प्रवारण तकनीकों का अभ्यास और सुदृढीकरण करने के लिए
(C) सत्रों के बीच सेवार्थी का मनोरंजन करने के लिए
(D) सेवार्थी के पारिवारिक ढाँचे का विश्लेषण करने के लिए

26. Phenomenological counseling focuses on _____ .

- (A) Subjective experiences
- (B) Childhood experiences
- (C) Free association
- (D) Both (A) and (B)

27. Who developed cognitive-Behavioral Therapy (CBT) ?

- (A) Carl Jung and Carl Rogers
- (B) Albert Ellis and Aaron Beck
- (C) Freud and Adler
- (D) None of the above

28. CBT focuses on _____ .

- (A) Exploring childhood memories
- (B) Changing negative thought patterns
- (C) Dream analysis
- (D) Both (A) and (B)

26. दृश्यप्रपंचीय परामर्श _____ पर केन्द्रित होता है।

- (A) व्यक्तिपरक अनुभवों
- (B) बचपन के अनुभवों
- (C) मुक्त सहचर्य
- (D) (A) व (B) दोनों

27. संज्ञानात्मक-व्यवहारिक चिकित्सा को किसने विकसित किया ?

- (A) कार्ल जुंग एवं कार्ल रोजर्स ने
- (B) अल्बर्ट एलिस और आरोन बेक ने
- (C) फ्रायड एवं एडलर ने
- (D) उपरोक्त में से कोई नहीं

28. CBT _____ पर केन्द्रित करता है।

- (A) बचपन के अनुभवों की जाँच करने पर
- (B) नकारात्मक विचार पैटर्न को बदलने पर
- (C) स्वप्न विश्लेषण पर
- (D) (A) व (B) दोनों

29. Who is associated with the phenomenological approach to counseling ?
- (A) Sigmund Freud
(B) Beck
(C) Albert Ellis
(D) Carl Rogers
30. What is the first step in counseling process ?
- (A) Providing solutions
(B) Building Rapport
(C) Evaluating progress
(D) None of the above
31. What is the main goal of a counseling interview ?
- (A) Diagnosing the client
(B) Establishing trust and understanding
(C) Giving direct orders
(D) All of the above
32. Which of the following is an attending skill in counseling ?
- (A) Avoiding eye contact
(B) Ignoring the client's emotions
(C) All of the above
(D) Active Listening
29. परामर्श के दृश्य प्रपंचवादी दृष्टिकोण से कौन जुड़े है ?
- (A) सिगमंड फ्रायड
(B) बेक
(C) अलवर्ट एलिस
(D) कार्ल रोजर्स
30. परामर्श प्रक्रिया में पहला चरण क्या है ?
- (A) समाधान प्रदान करना
(B) सौहार्दपूर्ण संबंध बनाना
(C) प्रगति का मूल्यांकन करना
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
31. परामर्श साक्षात्कार का मुख्य उद्देश्य क्या है ?
- (A) क्लाइंट का निदान करना
(B) विश्वास और समझ स्थापित करना
(C) प्रत्यक्ष आदेश देना
(D) उपरोक्त सभी
32. परामर्श में ध्यान देने का कौशल कौन सा है ?
- (A) नेत्र सम्पर्क से बचना
(B) सेवार्थी के संवेगों पर ध्यान न देना
(C) उपरोक्त सभी
(D) सक्रिय श्रवण

33. What is the relation of 'Yoga' with counseling in Indian Psychology ?
- (A) Only Physical exercise
(B) Suppressing feelings
(C) Stress management and self-control
(D) Psychoanalysis
34. Which of the following is a major type of counseling ?
- (A) Educational counseling
(B) Family counseling
(C) Career counseling
(D) All of the above
35. Counseling is a process that helps individuals to _____.
- (A) Control other's lives
(B) Solve problems and make decisions
(C) Avoid responsibilities
(D) All of the above
33. भारतीय मनोविज्ञान में 'योग' का परामर्शन से क्या संबंध है ?
- (A) केवल शारीरिक व्यायाम
(B) भावनाओं को दबाना
(C) तनाव प्रबंधन एवं आत्म-नियन्त्रण
(D) मनोविश्लेषण
34. निम्नलिखित में से कौन सा परामर्श का एक प्रमुख प्रकार है ?
- (A) शैक्षणिक परामर्श
(B) परिवारिक परामर्श
(C) कैरियर (आजीविका) परामर्श
(D) उपरोक्त सभी
35. परामर्श एक प्रक्रिया है जो व्यक्तियों को _____ मदद करती है।
- (A) दूसरों के जीवन को नियन्त्रित करने में
(B) समस्याओं को हल करने और निर्णय लेने में
(C) जिम्मेदारियों से बचने में
(D) उपरोक्त सभी

36. Who is the founder of psychoanalytic counseling ?
- (A) Carl Rogers
(B) B.F. Skinner
(C) Sigmund Freud
(D) Bandura
37. Which technique is commonly used in Psychoanalytic counseling ?
- (A) Unconscious
(B) Free Association
(C) Role playing
(D) All of the above
38. The psychoanalytic theory emphasize on _____.
- (A) Free Will
(B) Conscious reasoning
(C) Reward and punishment
(D) Unconscious mind
36. मनोविश्लेषणात्मक परामर्श के जनक कौन है ?
- (A) कार्ल रोजर्स
(B) बी० एफ० स्किनर
(C) सिगमंड फ्रायड
(D) बन्दुरा
37. मनोविश्लेषणात्मक परामर्श में आमतौर पर कौन सी तकनीक उपयोग की जाती है ?
- (A) अचेतन
(B) मुक्त सहचर्य
(C) भूमिका निर्वहन
(D) उपरोक्त सभी
38. मनोविश्लेषण सिद्धान्त _____ पर जोर देता है।
- (A) स्वतन्त्र इच्छा
(B) चेतन तर्क
(C) पुरस्कार एवं दण्ड
(D) अचेतन मन

39. Which technique is used to explore the unconscious mind in psychoanalysis ?
- (A) Dream analysis
(B) Active listening
(C) Cognitive restructuring
(D) None of the above
40. The defense mechanisms were introduced by _____.
- (A) Sigmund Freud
(B) John Freud
(C) Carl Rogers
(D) Adler
41. 'Self-Acceptance' is a core component of which therapy ?
- (A) CBT
(B) Gestalt
(C) Person-Centered
(D) Psychoanalytic
39. मनोविश्लेषण में अचेतन मन का पता लगाने के लिए कौन सी तकनीक का उपयोग किया जाता है ?
- (A) स्वप्न विश्लेषण
(B) सक्रिय श्रवण
(C) संज्ञानात्मक पुनर्संरचना
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
40. रक्षा तन्त्रों की अवधारणा _____ द्वारा प्रस्तुत की गई है।
- (A) सिगमंड फ्रायड
(B) जॉन फ्रायड
(C) कार्ल रोजर्स
(D) एडलर
41. 'स्व-स्वीकृति' किस चिकित्सा का मुख्य घटक है ?
- (A) सी०बी०टी०
(B) गेस्टाल्ट
(C) व्यक्ति-केन्द्रित
(D) मनोविश्लेषण

42. The 'Samkhya' philosophy in Indian tradition focuses on ?
- (A) Soul and nature
(B) Behaviour
(C) Social Adjustment
(D) Mental Disorders
43. Whose confidentiality should a school counsellor prioritize ?
- (A) Parent's
(B) Teacher's
(C) Student's
(D) School administration's
44. What does the term 'Cognitive restructuring' refer to in counseling ?
- (A) Changing irrational thoughts
(B) Enhancing memory capacity
(C) Suppressing feelings
(D) Strengthening muscle memory
42. भारतीय दर्शन में 'सांख्य' सिद्धान्त का मुख्य ध्यान किस पर है ?
- (A) आत्मा और प्रकृति
(B) व्यवहार
(C) सामाजिक समायोजन
(D) मानसिक विकार
43. स्कूल परामर्शदाता को सबसे पहले किसकी गोपनीयता बनाए रखनी चाहिए ?
- (A) अभिभावकों की
(B) शिक्षकों की
(C) छात्रों की
(D) स्कूल प्रशासन की
44. परामर्शन में "संज्ञानात्मक पुनर्रचना" शब्द का क्या अर्थ है ?
- (A) तर्कहीन विचारों को बदलना
(B) स्मृति क्षमता को बढ़ाना
(C) भावनाओं को दबाना
(D) मांसपेशीय स्मृति को मजबूत करना

45. Who is Known for developing the Eight steps of psychosocial development ?
- (A) Sigmund Freud
(B) Erik Erikson
(C) Carl Rogers
(D) William Glasser
46. What does 'Detoxification' Mean ?
- (A) Taking more substances
(B) Rein take of substances
(C) Watching TV
(D) Removing toxic substances from the body
47. The "ABCDE" model in Rational Emotion Behaviour Therapy (REBT) was developed by whom ?
- (A) Albert Ellis
(B) Carl Jung
(C) Aaron Beck
(D) John Watson
45. आठ मनोसामाजिक विकास चरणों को विकसित करने के लिए कौन प्रसिद्ध हैं ?
- (A) सिगमंड फ्रायड
(B) एरिक एरिकसन
(C) कार्ल रोजर्स
(D) विलियम ग्लासर
46. 'विषहरण' का अर्थ है ?
- (A) अधिक नशा करना
(B) फिर से नशा करना
(C) टी० वी० देखना
(D) शरीर से नशीले पदार्थ निकालना
47. तर्कसंगत भावनात्मक व्यवहार चिकित्सा (आर०ई०बी०टी०) में "ए० बी० सी० डी० ई०" मॉडल किसके द्वारा विकसित किया गया था ?
- (A) अल्बर्ट एलिस
(B) कार्ल जुंग
(C) आरोन बेक
(D) जॉन वॉटसन

48. Which defense mechanism involves shifting unacceptable impulses towards a safer target ?
- (A) Repression
(B) Projection
(C) Sublimation
(D) Displacement
49. What does 'Relapse' mean ?
- (A) Taking treatment again
(B) Complete Recovery
(C) Accepting the problem
(D) Rein-take of substances
50. What is Full form of 'CBT' in addiction counselling ?
- (A) Cognitive Behavioural Therapy
(B) Chemical Behavioural Treatment
(C) Controlled Behaviour Therapy
(D) Cognitive Balance technique
48. कौन सा रक्षा तंत्र अस्वीकार्य आवेगों को एक सुरक्षित लक्ष्य की ओर स्थानान्तरित करने में शामिल होता है ?
- (A) दमन
(B) प्रक्षेपण
(C) उत्थान
(D) विस्थापन
49. 'पुनरावर्तन' का क्या अर्थ है ?
- (A) दोबारा इलाज लेना
(B) पूरी तरह से ठीक हो जाना
(C) समस्या स्वीकार करना
(D) फिर से नशा करना
50. व्यसन उपबोधन में 'सी०बी०टी०' का पूरा नाम क्या है ?
- (A) कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी
(B) केमिकल बिहेवियरल ट्रिटमेन्ट
(C) कन्ट्रोल्ड बिहेवियर थेरेपी
(D) कॉग्निटिव बैलेन्स टेकनिक
