

This question paper contains **3** printed pages]

Roll No.

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

S. No. of Question Paper : **5665**

Unique Paper Code : **2114000014**

Name of the Paper : **Psychology of Adjustment**

Name of the Course : **Common Pool of GE Courses (NEP : UGCF)**

Semester : **IV/VI**

Duration : **3 Hours**

Maximum Marks : **90**

(Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.)

(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।)

Note : — Answers may be written either in **English** or in **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी :— इस प्रश्न-पत्र का उत्तर **अंग्रेजी** या **हिंदी** किसी एक भाषा में दीजिए; परन्तु सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

From the first 5 questions, do any **3** questions.

Question **6** (short notes) is compulsory.

पहले 5 प्रश्नों में से कोई **3** प्रश्न कीजिए।

प्रश्न **6** (संक्षिप्त नोट्स) अनिवार्य है।

P.T.O.

1. Using examples, discuss the concept of adjustment and how it is a lifelong process. How can psychologists promote adjustment ? 14+6

उदाहरणों की सहायता से, समायोजन की अवधारणा और यह कैसे एक आजीवन प्रक्रिया है, इस पर चर्चा कीजिए। मनोवैज्ञानिक समायोजन को कैसे बढ़ावा दे सकते हैं ?

2. Describe adjustment with reference to peer and friendship contexts. Use relevant research and examples to support your answer. 20

सहपाठियों और मित्रता के संदर्भ में समायोजन का वर्णन कीजिए। अपने उत्तर के समर्थन में प्रासंगिक शोध और उदाहरणों का प्रयोग कीजिए।

3. What are the adjustment challenges being created for human beings in the digital age ? Present some suitable strategies to cope with them. 14+6

डिजिटल युग में मनुष्यों के सामने कौन-कौनसी समायोजन संबंधी चुनौतियाँ उत्पन्न हो रही हैं ? इनसे निपटने के लिए कुछ उपयुक्त रणनीतियाँ प्रस्तुत कीजिए।

4. Explain the 3 major occupational hazards in relation to adjustment in work settings. 20

कार्य में समायोजन से संबंधित 3 प्रमुख व्यावसायिक खतरों की व्याख्या कीजिए।

5. Discuss adjustment in the workplace from a gender-based perspective. What is job satisfaction and how can it be enhanced ? 8+12

कार्यस्थल पर समायोजन को लिंग आधारित परिप्रेक्ष्य से देखें। कार्य संतुष्टि क्या है और इसे कैसे बढ़ाया जा सकता है ?

6. Write short notes on any *three* of the following :

3×10=30

- (a) Factors affecting Adjustment
- (b) Adjustment in Romantic Relationships
- (c) Bereavement and loss of relationships
- (d) Self in a digital world
- (e) Multi-culturalism at the workplace.

निम्नलिखित में से किन्हीं **तीन** पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :

- (a) समायोजन को प्रभावित करने वाले कारक
- (b) प्रेम संबंधों में समायोजन
- (c) शोक और रिश्तों का टूटना
- (d) डिजिटल दुनिया में स्वयं
- (e) कार्यस्थल पर बहुसंस्कृतिवाद।