

Dr. Babasaheb Ambedkar Open University
Term End Examination February – 2026

Course	: MSW	Date	: 17-Feb-2026
Subject Code	: MSWR-205	Time	: 03:00pm to 05:15pm
Subject Name	: કાઉન્સેલિંગ થીયરી અને પ્રેક્ટીસ	Duration	: 02.15 Hours
		Max. Marks	: 70

Section A

Answer the following (Attempt any three)

(30)

1. કાઉન્સેલિંગની વ્યાખ્યા આપી તેના ધ્યેયો અંગે સવિસ્તાર સમજૂતી આપો.
2. સલાહ (પરામર્શન)ના પ્રકારો અંગે સમજાવો.
3. અસરકારક સલાહકારના (પરામર્શક) લક્ષણો લખો.
4. સલાહની (પરામર્શ) ટેકનીકોને વિસ્તૃત વર્ણન કરો.
5. કાઉન્સેલિંગ પ્રક્રિયાના તબક્કો (પગલાઓ) ને વિગતે સમજાવો.

Section B

Answer the following (Attempt any four)

(20)

1. સલાહ (પરામર્શન) ના લક્ષણો ટૂંકમાં જણાવો.
2. સલાહકારની (પરામર્શક) ભૂમિકા અંગે ટૂંકમાં સમજાવો.
3. સલાહ (પરામર્શ) માટે જરૂરી કુશળતાઓ અંગે લખો.
4. સલાહ (પરામર્શ) ના મોડેલમાં સાયકોડાયનામિક (Psychodynamic) થેરાપી ને ટૂંકમાં સમજૂતી આપો.
5. કૌટુંબિક પરામર્શન અંગે ટૂંક નોંધ લખો.
6. સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ (તણાવ વ્યવસ્થાપન) અંગે ટૂંક નોંધ લખો.

Section C

Part – A (Multiple Choice Questions)

(10)

- 1 સલાહ (પરામર્શન) કોના દ્વારા અપાય છે?
A નિપુણ સલાહકાર (કાઉન્સેલર) B અમીર વ્યક્તિ દ્વારા
C જ્ઞાની વ્યક્તિ દ્વારા D સિદ્ધ વ્યક્તિ દ્વારા
- 2 સલાહની બેઠકમાં નીચેમાંથી કઈ બાબતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ?
A આકર્ષક B પ્રભાવશાળી
C અનુકુળ D પ્રતિકુળ
- 3 નીચે માંથી કયો સલાહ (પરામર્શન) નો પ્રકાર છે?
A લગ્ન અને કુટુંબ સલાહ B શૈક્ષણિક સલાહ
C કારકિર્દી સલાહ D ઉપરોક્ત તમામ

- 4 સલાહ (પરામર્શ) માટેની આચાર સંહિતા એટલે?
 - A નૈતિક નિર્ણય સાથે સંબંધ
 - B અંગત નિર્ણય સાથે સંબંધ
 - C અનૈતિક નિર્ણય સાથે સંબંધ
 - D અંગત મૂલ્યો સાથે સંબંધ.
- 5 નીચે માંથી સલાહની (પરામર્શ) પ્રારંભિક ટેકનીક્ _____ છે.
 - A પ્રશ્નો પુછવા
 - B આવકાર
 - C સુચના આપવી
 - D ગુસ્સો કરવો
- 6 કાઉન્સેલિંગ પ્રક્રિયાનું છેલ્લું પગથીયું શું છે?
 - A સંરચના અને ધ્યેયો નક્કી કરવા
 - B કાર્ય યોજના ઘડવી
 - C પરિણામનું મૂલ્યાંકન
 - D સમસ્યાનું સ્પષ્ટિકરણ
- 7 સલાહકરની (પરામર્શક) સાંભળવાની કુશળતા સેવાર્થીમાં _____ ઉભો કરે છે.
 - A અવિશ્વાસ
 - B અસંતોષ
 - C વિશ્વાસ
 - D ગુસ્સો
- 8 નીચે પૈકી CBT નું પૂરું નામ શું છે?
 - A Common Behavior Therapy
 - B Cognitive Behavior Therapy
 - C Client Behavior Therapy
 - D Calm Behavior Therapy
- 9 નીચે પૈકી સ્વપન અર્થઘટન (વિશ્લેષણ) કોણે આપ્યું છે?
 - A જે.બી વોટ્સન
 - B સ્કીનર
 - C સિગમંડ ફ્રોઇડ
 - D જુસ્ટાલ્ટ
- 10 વ્યાવસાયિક ભારને કારણે ઉભો થતો શારીરિક અને ભાવનાશીલ થાક એટલે?
 - A કંટાળો
 - B બર્ન આઉટ
 - C ઉદાસીનતા
 - D હતાશા

Part – B (Do as Directed)

(10)

ખરું કે ખોટું (True or False)

- 1 સલાહમાં (પરામર્શન)માં સેવાર્થીનું માન અને ગૌરવ હણાય તો યોગ્ય છે.
- 2 સ્ટ્રેસ મેનેજ કરવામાં ધ્યાન (મેડીટેશન) મદદ કરે છે.
- 3 મનોવિશ્લેષણવાદના જનક કાર્લ રોજર છે.
- 4 ઈડ, ઈગો અને સુપર ઈગો ના શોધક સિગમંડ ફ્રોઇડ છે.
- 5 ધ્યાનથી સાંભળવું એ સલાહકાર (કાઉન્સેલર) ની આવશ્યક કુશળતા છે.
- 6 સલાહ (કાઉન્સેલિંગ) પ્રક્રિયાનું પ્રથમ પગથીયું (તબક્કો) કાર્ય યોજના ઘડવી છે.
- 7 સલાહકાર (કાઉન્સેલર) ની ભુમિકા એક વ્યાવસાયિક માર્ગદર્શક તરીકેની હોય છે.
- 8 સલાહ (કાઉન્સેલિંગ) માં સેવાર્થીની અંગત બાબતો ગોપનીય રાખવી ન જોઈએ.
- 9 નશીલા પદાર્થનું સેવન કરનાર વ્યક્તિઓને જૂથ સલાહ (Group Counseling) આપી શકાય છે.
- 10 સલાહ (પરામર્શન) અને મનોપચાર બન્ને વચ્ચે કોઈ તફાવત નથી.
