

**3210-X**  
**B.A./B.Sc. (Hons.) (Part-III) Examination – 2024**  
**(Three-Year Scheme of 10+2+3 Pattern)**  
**PSYCHOLOGY**  
**(Honours)**  
**Paper - X**  
**(Positive Psychology)**

**8314927**

**Time: Three Hours**

**Maximum Marks: 75**

*Answers of all the questions (short answer as well as descriptive) are to be given in main answer-book only. Answers of short answer type questions must be given in sequential order. Similarly all the parts of one question of descriptive part should be answered at one place in the answer-book. One complete question should not be answered at different places in the answer-book. Write your roll number on question-paper before start writing answers of questions.*

*सभी (लघुत्तरात्मक तथा वर्णनात्मक) प्रश्नों के उत्तर मुख्य उत्तर-पुस्तिका में ही लिखें। लघुत्तरात्मक प्रश्नों के उत्तर प्रश्नों के क्रमानुसार ही दीजिए। इसी प्रकार किसी भी एक वर्णनात्मक प्रश्न के अन्तर्गत पूछे गये विभिन्न प्रश्नों के उत्तर, उत्तर-पुस्तिका में अलग-अलग स्थानों पर हल करने के बजाय, एक ही स्थान पर क्रमानुसार हल करें। प्रश्नों के उत्तर लिखने से पूर्व प्रश्न-पत्र पर रोल नम्बर अवश्य लिखिए।*

**Section-A:** Will contain 10 questions of 20 words consisting of 1.5 marks each. Thus, Sec. A will be of 15 marks.

**Section-B:** Will contain 7 questions of 50 words each out of which students are required to attempt 5 questions. Each question will be of 3 marks. Thus, Section-B will be of the 15 marks.

**Section-C:** Will contain 3 long questions each with internal choice. Each question will be of 15 marks. Thus, Section-C will be of 45 marks.

**Section-A / खण्ड-अ**

1. Answer all the questions in brief -

[10×1.5=15]

सभी प्रश्नों के संक्षेप में उत्तर दीजिये -

(i) What is the nature of positive psychology?

सकारात्मक मनोविज्ञान की प्रकृति क्या है?

(ii) Which western perspectives influenced the origin of positive psychology?

कौन से पश्चिमी परिप्रेक्ष्यों ने सकारात्मक मनोविज्ञान की उत्पत्ति को प्रभावित किया?

(iii) Write about the measures of human strengths.

मानवीय शक्तियों के मापकों के बारे में लिखिये।

(iv) Define the concept of Happiness.

प्रसन्नता की अवधारणा को परिभाषित कीजिये।

(v) What is the meaning of resilience?

प्रतिस्कन्दनशीलता का क्या अर्थ है?

(vi) What is meant by Empathy?

परानुभूति से क्या तात्पर्य है?

(vii) Define self-regulation.

आत्म-नियमन को परिभाषित कीजिये।

(viii) Write in brief about optimism.

आशावाद के बारे में संक्षेप में लिखिये।

(ix) Which are the resources of positive emotions.

सकारात्मक संवेगों के संसाधन कौनसे हैं?

(x) Emotional intelligence refers to what?

सांवेगिक बुद्धिमत्ता से क्या आशय है?

### Section-B / खण्ड-ब

Attempt five questions.

[5×3=15]

पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिये।

2. Discuss the relationship of positive psychology with other branches of psychology.  
सकारात्मक मनोविज्ञान के मनोविज्ञान की दूसरी शाखाओं के साथ सम्बन्ध की विवेचना कीजिये।
3. Write about the Gallup's Clifton Strength Finder.  
गॉलप के क्लिफ्टन शक्ति खोजक के बारे में लिखिये।
4. Mention the dimensions of wellbeing and their components.  
कुशलता के आयामों तथा उनके घटकों के बारे में बताइये।
5. Explain the concept of growth through trauma.  
अभिघात द्वारा उन्नति की अवधारणा को समझाइये।
6. Analyze the role of altruism in pro social activities.  
प्रति सामाजिक गतिविधियों में परोपकारिता की भूमिका का विश्लेषण कीजिये।
7. Examine the problems of self-regulation.  
आत्म-नियमन की समस्याओं का परीक्षण कीजिये।

8. Write about emotion focused coping.  
संवेग केन्द्रित सामना करने के बारे में लिखिये।

**Section-C / खण्ड-स**

[3×15=45]

9. Write a detailed note on eastern perspectives on positive psychology.  
सकारात्मक मनोविज्ञान के पूर्वी परिप्रेक्ष्यों पर एक विस्तृत लेख लिखिये।

**OR / अथवा**

Examine the VIA classification.

वी.आई.ए. वर्गीकरण का परीक्षण कीजिये।

10. Differentiate between Hedonistic and Eudaimonic basis of happiness.  
प्रसन्नता के सुखवादी तथा अर्थवादी आधार में अन्तर स्पष्ट कीजिये।

**OR / अथवा**

Explain the sources and perspectives of resilience.

प्रतिस्कन्दनशीलता के स्रोत तथा परिप्रेक्ष्यों को समझाइये।

11. Analyze the processes of mindfulness, flow and spirituality.  
सचेतनता, प्रवाह तथा आध्यात्मिकता की प्रक्रियाओं को विश्लेषण कीजिये।

**OR / अथवा**

Discuss the meaning and theories of positive emotional states and processes.

सकारात्मक सांवेगिक स्थितियों तथा प्रक्रियाओं के अर्थ तथा सिद्धांतों की व्याख्या कीजिये।

-----