

This question paper contains 3 printed pages.

B.A./B.Sc. (Hons.) (Part - III)

000110

Roll No. 449138

3210-X

Pos. Psy.

B.A./B.Sc. (Hons.) (Part - III) EXAMINATION - 2025

(Three Year Scheme of 10+2+3 Pattern)

PSYCHOLOGY

(Honours)

Paper - X

(Positive Psychology)

Time Allowed: Three Hours

Maximum Marks: 75

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

सभी (लघुत्तरात्मक तथा वर्णनात्मक) प्रश्नों के उत्तर मुख्य उत्तर-पुस्तिका में ही लिखें। लघुत्तरात्मक प्रश्नों के उत्तर प्रश्नों के क्रमानुसार ही दें। इसी प्रकार किसी भी एक वर्णनात्मक प्रश्न के अन्तर्गत पूछे गए 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 लिखें।

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

10x1.5 = 15

सभी प्रश्नों के संक्षेप में उत्तर दीजिये-

(i) Who was the founder of Positive Psychology?

सकारात्मक मनोविज्ञान के संस्थापक कौन थे?

(ii) Define Positive Psychology.

सकारात्मक मनोविज्ञान को परिभाषित कीजिये।

- (iii) What is 'Hedonic' happiness?  
'हिडोनिक' सुख क्या है?
- (iv) What is Mindfulness?  
सचेतनता किसे कहते हैं?
- (v) Write down positive cognitive states in Positive Psychology.  
सकारात्मक मनोविज्ञान में सकारात्मक अवस्थाओं को लिखिये।
- (vi) What is Altruism?  
परोपकारिता क्या है?
- (vii) Define Emotional Intelligence.  
संवेगात्मक बुद्धि को परिभाषित कीजिये।
- (viii) What do you understand by Hope?  
आशा से आप क्या समझते हैं?
- (ix) What do you understand by Self Control?  
आत्मा नियन्त्रण से आप क्या समझते हैं?
- (x) What is Forgiveness?  
क्षमाशीलता क्या है?

#### SECTION - B / खण्ड - ब

Attempt five questions.

5X3=15

पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिये—

2. What are the goals of Positive Psychology?  
सकारात्मक मनोविज्ञान के लक्ष्य क्या हैं?
3. Describe Virtues.  
सद्गुणों का वर्णन कीजिये।
4. What do you understand by Pro-Social Behaviour?  
समाजानुकूल व्यवहार से आप क्या समझते हैं?
5. Explain VIA classification.  
VIA (अ) वर्गीकरण को समझाइये।
6. Write in short on 'Successful Aging'.  
"सफल वृद्धावस्था" पर संक्षिप्त में लिखिये।
7. Explain Self-Efficacy.  
आत्म-क्षमता की व्याख्या कीजिये।
8. What is Goal Conflict?  
लक्ष्य अन्तर्द्वन्द्व क्या है?

**SECTION - C/खण्ड – स**

9. Discuss the relationship of Positive Psychology with other branches of Psychology.  
सकारात्मक मनोविज्ञान का मनोविज्ञान की अन्य शाखाओं से सम्बन्ध का वर्णन कीजिये।

**OR / अथवा**

Write a detailed note on Western Perspectives on Positive Psychology.

सकारात्मक मनोविज्ञान के पश्चिमी परिप्रेक्ष्यों पर विस्तृत लेख लिखिए।

10. What is Happiness? How can happiness be enhanced?

प्रसन्नता (सुख) क्या है? सुख (प्रसन्नता) की वृद्धि कैसे की जा सकती है?

**OR / अथवा**

What do you mean by Growth through Trauma? Explain the negative and positive effects of Trauma.

आघातजन्य अनुभवों से अभिवृद्धि से आप क्या समझते हैं? अभिघात के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों की चर्चा कीजिये।

11. Write an essay on Emotional Intelligence.

सांवेगिक बुद्धि पर निबन्ध लिखिये।

**OR / अथवा**

Write short notes on Goal difficulty and Goal disengagement.

लक्ष्य कठिनता (कठिनाई) एवं लक्ष्य विचलन पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिये।