

This question paper contains 3 printed pages.

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

Roll No. 436947.....

3124/3178-I

000953

Pos. Psy.

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

(Common for the faculties of Arts and Science)

(Also Common with Subsidiary Paper of B.A./B.Sc. (Hons.) Part-III)

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

PSYCHOLOGY - I

(Positive Psychology)

Time Allowed: Three Hours

Maximum Marks: 75 for Arts/ 50 for Science

Question Paper consists of three sections. All three sections are compulsory.

Sections-A: Will contain 10 questions of 20 words each. Each question will have 1.5 marks for Arts students and 1 mark for Science students. Thus, Section-A will be of 15 marks for Arts students and of 10 marks for Science students.

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 for Arts students and of 2 marks for science students. Thus, Section-B will be of 15 marks for Arts students and 10 marks for Science students.

Sections-C: Will contain 3 long questions each with internal choice. Each question will have 15 marks for Arts students and 10 marks for Science students. Thus, Section-C will be of 45 marks for Arts students and 30 marks for Science students.

इस प्रश्न-पत्र में तीन खण्ड हैं। सभी तीन खण्ड करना अनिवार्य है।

खण्ड-अ: में 10 प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न के लिए कला के विद्यार्थियों के लिए 1.5 अंक और विज्ञान के विद्यार्थियों के लिए 1 अंक निर्धारित हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 20 शब्दों से अधिक नहीं होना चाहिए। खण्ड-अ कला विद्यार्थियों के लिए 15 अंक और विज्ञान विद्यार्थियों के लिए 10 अंक का है।

खण्ड-ब: में 7 प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न के लिए कला के विद्यार्थियों के लिए 3 अंक और विज्ञान के विद्यार्थियों के लिए 2 अंक निर्धारित हैं। कुल 5 प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 50 शब्दों से अधिक नहीं होना चाहिए। खण्ड-ब कला विद्यार्थियों के लिए 15 अंक और विज्ञान विद्यार्थियों के लिए 10 अंक का है।

खण्ड-स: में प्रत्येक खण्ड में से एक प्रश्न का चयन करते हुए कुल 3 प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न कला के विद्यार्थियों के लिए 15 अंक और विज्ञान के विद्यार्थियों के लिए 10 अंक निर्धारित हैं। खण्ड-स कला विद्यार्थियों के लिए 45 अंक और विज्ञान विद्यार्थियों के लिए 30 अंक का है।

Write your roll number on question-paper before start writing answer of questions.

प्रश्नों के उत्तर लिखने से पूर्व प्रश्न पत्र पर रोल नम्बर अवश्य लिखें।

SECTION - A / खण्ड - अ

1. Answer all questions in brief.

10x1.5 = 15

सभी प्रश्नों के उत्तर संक्षेप में दीजिए।

10x1 = 10

- (i) Define Positive Psychology.
सकारात्मक मनोविज्ञान को परिभाषित कीजिए।
- (ii) What is meant by Authentic happiness?
प्रामाणित प्रसन्नता का क्या मतलब है?
- (iii) What is VIA?
वी. आई. ए. क्या है?
- (iv) Define Self-regulation.
आत्म-नियमन को परिभाषित कीजिए।
- (v) What is Successful aging?
सफलतापूर्ण वयवृद्धि क्या है?
- (vi) What is Social well being?
सामाजिक कल्याण क्या है?
- (vii) Define Forgiveness..
क्षमाशीलता को परिभाषित कीजिए।
- (viii) What is meant by Empathy?
समानुभूति से क्या तात्पर्य है?
- (ix) Enlist the skills of an emotionally intelligent person.
भावनात्मक रूप से बुद्धिमान व्यक्ति के कौशलों को सूचीबद्ध करें।
- (x) Define Mindfulness.
सचेतनता / मननशीलता को परिभाषित करें।

SECTION - B / खण्ड - ब

Attempt any five questions:

5x3 = 15

किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए:

5x2 = 10

2. Discuss the relationship of Positive Psychology with health psychology.
सकारात्मक मनोविज्ञान और स्वास्थ्य मनोविज्ञान के संबंध पर चर्चा करें।
3. Differentiate between Hedonic and Eudaimonic happiness.
आनंदमय और सुखमय सुख / प्रसन्नता के बीच अंतर करें।
4. How can one identify personal strengths?
व्यक्तिगत शक्तियों को कोई कैसे पहचान सकता है?
5. State the basic assumptions of Gallup's Clifton Strength Finder.
गैलप के क्लिफ्टन शक्ति खोजक की मूल धारणाएं बताएं।

6. Write a short note on Spirituality.

आध्यात्मिकता पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

7. What is Self-Control?

आत्म-नियंत्रण क्या है?

8. Discuss the positive changes reported as a result of Post Traumatic Growth.

अभिघातजन्य वृद्धि के परिणाम स्वरूप रिपोर्ट किए गए सकारात्मक परिवर्तनों पर चर्चा करें।

SECTION - C / खण्ड — स

9. Explain the meaning of Positive Psychology. Discuss its goals and assumptions.

5/10

सकारात्मक मनोविज्ञान का अर्थ समझाएं। इसके लक्ष्यों एवं मान्यताओं का विवरण दें।

OR / अथवा

Elucidate the positive cognitive states and processes of self-efficacy, optimism and hope.

स्व-प्रभावोत्पादकता, आशावाद एवं उम्मीद की सकारात्मक संज्ञानात्मक अवस्थाओं और प्रक्रियाओं का विवेचन कीजिए।

10. Define Resilience. Analyse the developmental and clinical perspectives of resilience.

5/10

प्रतिस्कन्दशीलता को परिभाषित करें। इसके विकासात्मक और नैदानिक परिप्रेक्ष्यों का विश्लेषण करें।

OR / अथवा

Discuss the process of planning and problems related to Self-regulation.

स्व-नियमन की योजना की प्रक्रिया और इससे संबंधित समस्याओं की विवेचना करें।

11. What is Emotional Intelligence? Explain the strategies to enhance emotional intelligence.

5/10

संवेगिक बुद्धिमत्ता क्या है? इसको बढ़ाने की रणनीतियों का व्याख्यान करें।

OR / अथवा

Write a detailed note on Prosocial Behaviour.

प्रतिसामाजिक व्यवहार पर विस्तार में लेख लिखें।