



Biyani Girls College
Department of Social Science
Modal Paper
BA SEM V
Psychology
Faculty of Arts
Positive Psychology

Time Allowed: Three Hours
समय सीमा: तीन घंटे

Maximum Marks : 80
अधिकतम अंक : 80

No supplementary answer-book will be given to any candidate. Hence the candidates should write the answer precisely in the main answer-book only.

किसी भी परीक्षार्थी को पूरक उत्तर-पुस्तिका नहीं दी जाएगी। अतः परीक्षार्थियों को चाहिए कि वे मुख्य उत्तर-पुस्तिका में ही समस्त प्रश्नों का उत्तर लिखें।

Answers to short answer-type questions must be given in sequential order. Similarly, all the parts of one question of descriptive part should be answered in one place in the answer-book.

लघुतरात्मक प्रश्नों के उत्तर प्रश्नों के क्रमांकानुसार ही दें। इसी प्रकार किसी भी एक वर्णनात्मक प्रश्न के अन्तर्गत पूछे गए विभिन्न प्रश्नों के उत्तर उत्तर-पुस्तिका में एक ही स्थान पर क्रमबद्ध हल करने चाहिए।

Write your roll number on the question paper before start writing the answers to questions.

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

Question paper consists of two parts A and B.
प्रश्न पत्र में दो भाग अ और ब होंगे।

PART-A :20 marks/भाग-अ

Part A is compulsory having 10 very short answer-type questions (with a limit of 20 words) of two marks each. The first question is based on knowledge, understanding, and applications of the topics/text covered in the syllabus.

भाग अ में दो अंक के 10 अति लघु उत्तरीय प्रश्न (20 शब्दों की सीमा के साथ) अनिवार्य हैं। पहला प्रश्न पाठ्यक्रम में शामिल विषय/पाठ के ज्ञान, समझ और अनुप्रयोगों पर आधारित है।

PART-B: 60 marks/भाग-ब

Part B of the question paper is divided into four units comprising question numbers 2-5. There is one descriptive question from each unit with internal choice. Each question will carry 15 marks.

प्रश्न पत्र के भाग ब को प्रश्न संख्या 2-5 सहित चार इकाइयों में विभाजित है। प्रत्येक इकाई से आंतरिक विकल्प के साथ एक वर्णनात्मक प्रश्न है। प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।

Part A /भाग- अ

- I. Define Positive Psychology.
सकारात्मक मनोविज्ञान (Positive Psychology) को परिभाषित कीजिए।
- II. What are the goals of Positive Psychology?
सकारात्मक मनोविज्ञान के उद्देश्य क्या हैं?
- III. What are character strengths?
चरित्र शक्तियाँ (Character Strengths) क्या हैं?
- IV. What is VIA classification?
VIA वर्गीकरण क्या है?
- V. Define happiness.
सुख (Happiness) को परिभाषित कीजिए।
- VI. What is subjective well-being?
व्यक्तिनिष्ठ कल्याण (Subjective Well-Being) क्या है?
- VII. Define self-efficacy.
आत्म-प्रभावकारिता (Self-Efficacy) को परिभाषित कीजिए।
- VIII. What is resilience?
लचीलापन (Resilience) क्या है?
- IX. What is emotional intelligence?
भावनात्मक बुद्धिमत्ता (Emotional Intelligence) क्या है?
- X. Define altruism.
परमार्थ (Altruism) को परिभाषित कीजिए।

UNIT – I

1. Explain the definition, goals and relationship of Positive Psychology with other branches of psychology.
सकारात्मक मनोविज्ञान की परिभाषा, उद्देश्यों एवं अन्य शाखाओं के साथ इसके संबंध का वर्णन कीजिए।

OR/अथवा

Discuss virtues and strengths of character along with their classification and measurement (VIA and Clifton Strength Finder).

चरित्र के गुणों एवं शक्तियों का उनके वर्गीकरण एवं मापन (VIA एवं क्लिफ्टन स्ट्रेंथ फाइंडर) सहित वर्णन कीजिए।

UNIT – II

2. Explain happiness and well-being with reference to hedonic and eudaemonic perspectives and their determinants.
हेडोनिक एवं यूडेमोनिक दृष्टिकोण तथा उनके निर्धारकों के संदर्भ में सुख एवं कल्याण का वर्णन कीजिए।

OR/अथवा

Discuss mental health and well-being including subjective, psychological and social well-being.

मानसिक स्वास्थ्य एवं कल्याण का वर्णन कीजिए, जिसमें व्यक्तिनिष्ठ, मनोवैज्ञानिक एवं सामाजिक कल्याण शामिल हो।

UNIT – III

3. Explain positive cognitive states and processes such as self-efficacy, optimism, hope, mindfulness, flow and spirituality.
सकारात्मक संज्ञानात्मक अवस्थाओं एवं प्रक्रियाओं—आत्म-प्रभावकारिता, आशावाद, आशा, माइंडफुलनेस, फ्लो एवं आध्यात्मिकता—का वर्णन कीजिए।

OR/अथवा

Discuss resilience with its meaning, sources and developmental and clinical perspectives.
लचीलेपन का उसके अर्थ, स्रोतों तथा विकासात्मक एवं नैदानिक दृष्टिकोणों सहित वर्णन कीजिए।

UNIT – IV

4. Explain emotional intelligence with its meaning, components and theories.
भावनात्मक बुद्धिमत्ता का अर्थ, घटक एवं सिद्धांतों सहित वर्णन कीजिए।

OR/अथवा

Discuss pro-social behaviour with reference to empathy, altruism, gratitude and forgiveness.
परोपकारी व्यवहार का वर्णन कीजिए, विशेष रूप से सहानुभूति, परमार्थ, कृतज्ञता एवं क्षमा के संदर्भ में।