

A-0031

Total Pages : 5

Roll No.

BAPY (N)-320

Positive Psychology

(सकारात्मक मनोवैज्ञानिक)

Examination February, 2026

Time : 2:00 Hrs.

Max. Marks : 70

Note :- This paper is of Seventy (70) marks divided into Two (02) Sections 'A' and 'B'. Attempt the questions contained in these Sections according to the detailed instructions given therein. *Candidates should limit their answers to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.*

नोट : यह प्रश्न-पत्र सत्तर (70) अंकों का है, जो दो (02) खण्डों 'क' तथा 'ख' में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। *परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर-पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।*

A-0031

(1)

P.T.O.

Section–A

(खण्ड–क)

Long Answer Type Questions

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न) (2×19=38)

Note :– Section ‘A’ contains Five (05) Long-answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer any *Two* (02) questions only.

नोट : खण्ड ‘क’ में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Explain the definition, scope, and objectives of Positive Psychology.

सकारात्मक मनोविज्ञान की परिभाषा, क्षेत्र और उद्देश्यों की व्याख्या कीजिए।

2. Discuss the importance of positive emotions in Positive Psychology with suitable examples.

सकारात्मक भावनाओं की भूमिका सकारात्मक मनोविज्ञान में कैसे महत्वपूर्ण है, उदाहरण सहित स्पष्ट कीजिए।

3. Describe the major theoretical explanations of the development of self-concept.

आत्म-अवधारणा (self-concept) के विकास की विभिन्न सैद्धांतिक व्याख्याएँ दीजिए।

4. Elaborate on the applications of Positive Psychology in workplace and health.

कार्यस्थल और स्वास्थ्य में सकारात्मक मनोविज्ञान के अनुप्रयोगों का वर्णन कीजिए।

5. Critically examine the current trends and future directions in Positive Psychology.

सकारात्मक मनोविज्ञान में वर्तमान रुझानों और भविष्य की दिशाओं का समालोचनात्मक विवेचन कीजिए।

Section-B

(खण्ड-ख)

Short Answer Type Questions

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

(4×8=32)

Note :- Section 'B' contains Eight (08) Short-answer type questions of Eight (08) marks each. Learners are required to answer any *Four* (04) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. How did Positive Psychology emerge as a discipline ?
सकारात्मक मनोविज्ञान का उद्भव किस प्रकार हुआ ?
2. What is the relationship between money and happiness ?
पैसे और आनंद के बीच क्या सम्बन्ध है ?
3. What do you understand by well-being ?
स्वस्थ बोध (Well-being) से आप क्या समझते हैं ?
4. State the major types of resilience.
तन्यकता (Resilience) के प्रमुख प्रकार बताइए।
5. Differentiate between hope and optimism.
आशा और आशावाद में क्या अंतर है ?
6. How do yoga and meditation influence Positive Psychology ?
योग और ध्यान सकारात्मक मनोविज्ञान को कैसे प्रभावित करते हैं ?

7. Write a short note on the concept of positive parenting.

सकारात्मक पालन-पोषण (Positive Parenting) की अवधारणा पर संक्षेप में लिखिए।

8. Compare Eastern and Western perspectives on Positive Psychology.

पूर्वी और पाश्चात्य दृष्टिकोणों में सकारात्मक मनोविज्ञान की तुलना कीजिए।
