

सकारात्मक स्कूली शिक्षा की अवधारणा और घटकों की व्याख्या करें।
उपयुक्त शोध की सहायता से, सकारात्मक स्कूली शिक्षा हस्तक्षेपों की
प्रभावशीलता पर प्रकाश डालें।

Or

Explain gainful employment and its characteristics.
What role Positive Psychology can play in enhancing
workplace performance? (7.5,7.5)

लाभकारी रोजगार और उसकी विशेषताओं की व्याख्या कीजिए। कार्यस्थल
के प्रदर्शन को बढ़ाने में सकारात्मक मनोविज्ञान क्या भूमिका निभा
सकता है?

5. Write short notes on any **TWO** of the following :
(7.5,7.5)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

(a) Flow

प्रवाह

(b) PERMA Model of well-being

भलाई का PERMA मॉडल

(c) Goals of Positive Psychology

सकारात्मक मनोविज्ञान के लक्ष्य

(d) Successful aging

सफल बुढ़ापा

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 1557

H

Unique Paper Code : 12117901

Name of the Paper : Positive Psychology

Name of the Course : **B.A. (H) Psychology**

Semester : VI

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt all five questions.
3. All questions carry equal marks.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. सभी प्रश्नों का उत्तर दो।

3. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. Define Positive Psychology. Explain eastern and western perspectives of Positive Psychology in detail. (5,10)

सकारात्मक मनोविज्ञान को परिभाषित कीजिए। सकारात्मक मनोविज्ञान के पूर्वी और पश्चिमी दृष्टिकोणों को विस्तार से समझाइए।

Or

Explain the VIA classification of strengths and virtues in detail. (15)

शक्तियों और सद्गुणों के VIA वर्गीकरण को विस्तार से समझाइए।

2. Describe ways in which positive emotions broaden thought-action repositories and build personal resources, according to Fredrickson's theory. Give an example of each. (15)

फ्रेडरिकसन के सिद्धांत के अनुसार, उन तरीकों का वर्णन करें जिनमें सकारात्मक भावनाएं विचार-क्रिया भंडारों को विस्तृत करती हैं और व्यक्तिगत संसाधनों का निर्माण करती हैं। प्रत्येक का एक उदाहरण दें।

Or

Is resilience a magical quality? Explain the sources of resilience at various stages of life with the help of suitable examples and researches. (5,10)

क्या लचीलापन एक जादुई गुण है? उपयुक्त उदाहरणों और शोधों की सहायता से जीवन के विभिन्न चरणों में लचीलेपन के स्रोतों की व्याख्या कीजिए।

3. Explain the concept of Self-efficacy and its sources. With the help of suitable research, describe the impact of self-efficacy on physical and mental health in detail. (7.5,7.5)

आत्म-प्रभावकारिता की अवधारणा और इसके स्रोतों की व्याख्या करें। उपयुक्त शोध की सहायता से शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर आत्म-क्षमता के प्रभाव का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Or

Define optimism. Explain the theories of optimism in detail. (5,10)

आशावाद को परिभाषित कीजिए। आशावाद के सिद्धांतों को विस्तार से समझाइए।

4. Explain the concept and components of positive schooling. With the help of suitable research, throw light on the effectiveness of positive schooling interventions. (7.5,7.5)