RAMANUJAN COLLEGE LIBRARY
Kalkaji, New Delhi-110019

Roll No. -------
Sl. No. of Q. Paper ------- 6679

Name of the Course: B.A. (Prog)

Name of the Paper: Positive Psychology

Semester: V

Unique Paper Code: 2113200001

Duration: 3 Hours

Maximum Marks: 90

Instructions for the Candidates:

a) Write your Roll no. on the top immediately on receipt of this question paper.

इस प्रश्न पत्र को प्राप्त करते ही तुरंत ऊपर दिए स्थान पर अपना रोल नंबर लिखें|

b) Both parts of the paper are compulsory

पेपर के दोनों भाग अनिवार्य हैं

c) Answers may be written either in English or in Hindi, but the same medium should be used throughout the paper

उत्तर या तो अंग्रेजी या हिंदी में लिखा जा सकता है, लेकिन सभी उत्तर के लिए एक ही माध्यम का

उपयोग किया जाना चाहिए|

PART A

Attempt any 3 questions out of 5 questions given below. Each question carries 20 marks.

नीचे दिए गए 5 प्रश्नों में से किन्हीं 3 प्रश्नों का उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न के 20 अंक हैं।

Q1. In what ways do the practices of Christianity and Islam contribute to the principles of positive psychology? Elaborate. (20)

ईसाई धर्म और इस्लाम की प्रथाएँ किस प्रकार सकारात्मक मनोविज्ञान के सिद्धांतों में योगदान देती हैं? विस्तार से समझाइए। (20)

Q2. Explain the notion of "Character Strengths" with the help of Values in Action Classification system. (20)

वैल्यूज़ इन एक्शन वर्गीकरण प्रणाली की सहायता से "चरित्र शक्तियों" की धारणा को समझाइए। (20)

Q3. Describe the Indian concepts of Sukha, Ananda, and Panchakosas. Also, explain how do these concepts integrate into the broader framework of happiness and well-being? (10+10)

सुख, आनंद और पंच कोष की भारतीय अवधारणाओं का वर्णन करें। साथ ही, बताएं कि ये अवधारणाएँ खुशी और कल्याण के व्यापक ढांचे में कैसे एकीकृत होती हैं? (10+10)

Q4. Discuss the psychological constructs of spirituality and wisdom, highlighting their characteristics and examining how they enhance well-being and life satisfaction in daily living. (20)

आध्यात्मिकता और प्रज्ञा (विज़डम) के मनोवैज्ञानिक संकल्पनाओं पर चर्चा कीजिए. उनकी विशेषताओं को स्पष्ट कीजिए तथा यह भी बताइए कि वे दैनिक जीवन में कल्याण और जीवन-संतोष को कैसे बढ़ाती हैं। (20)

Q5. How can various positive psychological interventions be employed to cultivate and enhance positive psychological states? (20)

सकारात्मक मनोवैज्ञानिक अवस्थाओं को विकसित करने और बढ़ाने के लिए विभिन्न सकारात्मक मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेपों को कैसे नियोजित किया जा सकता है? (20)

PART B

Attempt any 3 short notes out of 5 short notes given below. Each short note carries 10 marks.

नीचे दिए गए 5 में से किन्हीं 3 पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें। प्रत्येक टिप्पणी के 10 अंक हैं।

(a) Eudaimonic Happiness यूडैमॉनिक सुख-समृद्धि

(b) Flow फ्लो अवस्था

(c) Yoga योग

(d) Resilience प्रतिकूलताओं से उबरने की क्षमता / लचीलापन

(e) Assumptions of Positive Psychology सकारात्मक मनोविज्ञान की प्रमुख मान्यताएँ

(300)