

13/12/2016 (Eve)

This question paper contains 2 printed pages.

Your Roll No.

Sl. No. of Ques. Paper : 7952 GC
Unique Paper Code : 12115902
Name of Paper : Psychology for Living
Name of Course : Generic Elective : Applied Psychology
Semester : I
Duration : 3 hours
Maximum Marks : 75

(Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.)

(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिये गये निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिये।)

NOTE :- Answers may be written either in English or in Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी : इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा में दीजिये; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Attempt all questions. All questions carry equal marks.

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. Define the concept of well-being. Discuss the bio-medical model of health.

स्वस्ति के संप्रत्यय को परिभाषित कीजिए। स्वास्थ्य के जैव-चिकित्सीय प्रतिमान की विवेचना कीजिए। 5,10

Or (अथवा)

What do you understand by health and illness? Explain the concept of holistic health in detail.

स्वास्थ्य एवं रोग से आप क्या समझते हैं? संपूर्ण स्वास्थ्य के संप्रत्यय की विस्तार से व्याख्या कीजिए। 7,8

2. Define the concept of stress. What are the various strategies of stress management?

प्रतिबल के संप्रत्यय को परिभाषित कीजिए। प्रतिबल प्रबंधन की विविध युक्तियों का उल्लेख कीजिए। 5,10

Or (अथवा)

Describe the nature of stress. Enumerate the effects of stress on physical and mental health.

प्रतिबल के स्वरूप का वर्णन कीजिए। प्रतिबल के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों को बताइये। 5,10

3. What are the key health enhancing behaviours? Describe their specific contribution towards health.

मुख्य स्वास्थ्य संवर्धक व्यवहार कौन-2 से हैं? स्वास्थ्य के सन्दर्भ में इनके विशिष्ट योगदानों का वर्णन कीजिए। 7,8

P.T.O.

Or (अथवा)

What do you mean by health management? Mention the role of exercise and nutrition in promoting good health.

स्वास्थ्य-प्रबंधन से आप क्या समझते हैं? अच्छे स्वास्थ्य संवर्धन हेतु व्यायाम एवं पोषण की भूमिका का उल्लेख कीजिए।

5,10

4. Discuss the concept of human strength and virtue. Describe its types in detail.

मानव क्षमता एवं गुण के संप्रत्यय की विवेचना कीजिए। इसके प्रकारों का विस्तार से वर्णन कीजिए।

7,8

Or (अथवा)

Define the concept of Hope and Optimism. What are its beneficial effects in human life?

आशा एवं आशावादिता के संप्रत्यय को परिभाषित कीजिए। मानव जीवन में इसके लाभकारी प्रभाव क्या हैं?

7,8

5. Write short notes on any *two* of the following:

- Biopsychosocial model of health
- Mediating factors of stress
- Health compromising behaviour
- ME/WE balance.

निम्न में से किन्हीं भी दो पर संक्षिप्त टिप्पणी कीजिए:

- स्वास्थ्य का जैव-मनोसामाजिक माडल
- प्रतिबल के मध्यस्थ कारक
- स्वास्थ्य से समझौता करने वाले व्यवहार
- मैं/हम संतुलन।

7.5+7.5