



PG – 385

**III Semester M.Sc. Examination, May 2024**  
**(CBCS Scheme)**  
**(2021 – 22)**  
**PSYCHOLOGY**  
**Paper – 301 : Positive Psychology**

Time : 3 Hours

Max. Marks : 70

**Instructions :** 1) Answer **all** the questions.

2) **All** questions carry **equal** marks.

1. a) Explain the western and eastern views on positive psychology.

OR

b) Write a note on positive psychology in India.

2. a) Describe the Broaden and Build theory of positive emotions.

OR

b) Delineate the elements of wellbeing.

3. a) Elucidate the characteristics of close relationships.

OR

b) Elaborate on self-regulation and self-control.

4. a) Write a note on spirituality and health.

OR

b) Explain the classification of strength.

5. a) Define Resilience. Elaborate on resiliency skills and factors.

OR

b) Write short notes on :

i) Gratitude and Forgiveness.

ii) Empathy and Altruism.

P.T.O.



### ಕನ್ನಡ ಆವೃತ್ತಿ

ಸೂಚನೆಗಳು : 1) ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರಿಸಿ.

2) ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಸಮಾನ ಅಂಕಗಳು.

1. a) ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದ ಮೇಲೆ ಪೂರ್ವಾತ್ಮ ಮತ್ತು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

ಅಥವಾ

- b) ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ ಕುರಿತು ಟಿಪ್ಪಣಿ ಬರೆಯಿರಿ.

2. a) ಧನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇಗಗಳ ಬ್ರಾಡನ್ ಮತ್ತು ಬಿಲ್ಡ್‌ರವರ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ವರ್ಣಿಸಿ.

ಅಥವಾ

- b) ಯೋಗಕ್ಷೇಮದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿ.

3. a) ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

ಅಥವಾ

- b) ಸ್ವಯಂ ನಿಬಂಧನೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.

4. a) ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಬರೆಯಿರಿ.

ಅಥವಾ

- b) ಶಕ್ತಿಯ ವರ್ಗೀಕರಣವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

5. a) ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ. ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವದ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.

ಅಥವಾ

- b) ಲಘು ಟಿಪ್ಪಣಿ ಬರೆಯಿರಿ :

i) ಕೃತಜ್ಞತೆ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆ

ii) ಸಹಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ಪರಹಿತ ಚಿಂತನೆ.