

(f) Give an example of positive self-efficacy.  
ইতিবাচক আত্মকার্যক্ষমতার এটা উদাহরণ দিয়া।

(g) How is mindfulness related to positive psychology?  
মননসীলতা Positive Psychology ৰ লগত  
কেনেদেৰে জড়িত?

(h) What are the main domains of emotional intelligence?  
আবেগিক বুদ্ধিমত্তাৰ প্রধান ডমেইনসমূহ কি কি?

4. Answer **any one** among the following :  
10×1=10  
তলত দিয়া প্রশ্নবোৰ যিকোনো এটাৰ উত্তৰ লিখা :  
 (a) Discuss application of positive psychology at most and in the field of Education.  
কৰ্মসূন্ধান আৰু শিক্ষাৰ ক্ষেত্ৰত Positive Psychology  
ৰ প্ৰয়োগৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা।  
 (b) What are positive emotions? Discuss in details.  
ইতিবাচক আবেগসমূহ কি কি? বহলাই আলোচনা কৰা।  
 (c) Discuss the benefits of optimism.  
আশাৰাদৰ লাভলাভসমূহ আলোচনা কৰা।  
 (d) What is wisdom? Why is it important?  
জ্ঞান মানে কি? জ্ঞানৰ গুৰুত্ব কি কি?  
5+5=10

Total number of printed pages-4

1 (Sem-2) PSY

2024

### PSYCHOLOGY

Paper : PSY0200104

(Positive Psychology)

Full Marks : 45

Time : Two hours

The figures in the margin indicate  
full marks for the questions.

Answer either in English or in Assamese.

1. Answer the following questions as directed :  
1×5=5

তলত দিয়া প্রশ্নবোৰ নির্দেশনাসমূহ উত্তৰ লিখা :

(a) Who is the founder of Positive Psychology?  
Positive Psychology প্রতিষ্ঠাপক কোন হ্যা?  
 (b) Self-efficacy is the individuals belief in  
their ability to succeed in a particular  
situation. (True/False)  
আত্মকার্যক্ষমতা হ'ল ব্যক্তিৰ কোনো বিশেষ পৰিস্থিতিত  
সফল হ'ব পৰা ক্ষমতাৰ ওপৰত থকা বিশ্বাস।

(সঠি/মিছ)

(c) A person with resilience cannot face (True/False) adversity.

হিতিশাপক ব্যক্তিয়ে প্রতিকূলতার সম্মুখীন হব নোরাবে।  
(সঁচ/মিছ)

(d) \_\_\_\_\_ is awareness of one's internal states and surroundings. (Fill in the blank)

হৈছে নিজৰ আভাস্তৰীণ অৱস্থা আৰু চৌপাশৰ  
প্ৰতি সচেতনতা। (খালী ঠাই পূৰণ কৰা)

(e) There are two major perspectives of psychology, they are Eastern and \_\_\_\_\_. (Fill in the blank)

মনোবিজ্ঞানৰ দুটা প্ৰধান দৃষ্টিভঙ্গী আছে, সেইবোৰ হৈছে  
পূৰ্ব আৰু \_\_\_\_। (খালী ঠাই পূৰণ কৰা)

2. Answer the following in short:  $2 \times 5 = 10$

তলত দিয়া প্ৰশ্নৰেৰ উত্তৰ চমুকৈ লিখোঁ :

(a) Explain concept of wellness.

সুস্থতাৰ ধাৰণাটো ব্যাখ্যা কৰা।

(b) What does eastern perspective of positive psychology signify?

Positive Psychology ৰ পূৰ্বীয় ধাৰণাৰ তাৎপৰ্য  
কি?

(c) Name any four character strengths.

যিকোনো চাৰিটা চৰিত্ৰৰ শক্তিৰ নাম উল্লেখ কৰা।

(d) Define emotional intelligence.

আৱেগিক বুদ্ধিমত্তাৰ সংজ্ঞা দিয়া।

(e) What is the concept of hope in psychology?

মনোবিজ্ঞানত আশাৰ ধাৰণাটো কি?

3. Answer the following : (any four)  $5 \times 4 = 20$

তলত দিয়াবোৰ উত্তৰ লিখোঁ : (যিকোনো চাৰিটা)

(a) What are the five factors of wisdom?

জ্ঞানৰ পাঁচটা কাৰক কি কি?

(b) What are the four types of resilience?

হিতিশাপকতাৰ চাৰিটা প্ৰকাৰ কি কি?

(c) What is the flow state in positive psychology?

Positive Psychology ৰ প্ৰবাহৰ অৱস্থা মানে কি?

(d) What are the different types of positive emotions?

বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ ইতিবাচক আৱেগসমূহ কি কি?

(e) Discuss western perspective of positive psychology.

Positive Psychology ৰ পশ্চিমীয় দৃষ্টিভঙ্গীসমূহ  
আলোচনা কৰা।