

Seat No.

M.A. (2022) (SEM/CR) CBCS Part-I Semester-I Examination: October/November-2022
Psychology (Compulsory) Paper-IV
PSYC24: Positive Psychology(NEP)

Day and Date: Wednesday, 14/12/2022
Time: 10.30 AM To 12.30 PM

Total Marks: 60

Instructions:

1. All Questions are Compulsory.
2. All Questions carry equal marks.
3. Figures to the right indicate full marks

Q.1. Choose the Correct alternatives from the following.

15

- 1 Social cognitive theory is made up of ----- components.
A. Two B. Three C. Five D. Four
- 2 Human beings have the symbolic power to make ----- models of their own experiences.
A. Mental B. Cognitive C. Social D. Behavioral
- 3 The roots of earned optimism can be seen in the -----.
A. Environment B. Cognitive C. Social D. Behavioral
- 4 ---- are available to increase optimism in a person.
A. Hope B. Personality C. Self-efficacy D. Interjections
- 5 ---- is based on social cognitive theory.
A. Hope B. Personality C. Self-efficacy D. Interjections
- 6 ----- self-regulation is refers to the ability to keep your cool in tough situations.
A. Emotional B. Cognitive C. Social D. Behavioral
- 7 Lack of self-regulation skills is associated with ----- disorder.
A. Mental B. Cognitive C. Social D. Behavioural
- 8 ---- is a person's ability to guide and direct behaviour toward desired goals over time and under different circumstances.
A. Self-regulation B. Resilience C. Life purpose D. Well-being
- 9 ---- is having a goal that will give a right direction to life and having faith in that goal.
A. Self-regulation B. Resilience C. Life purpose D. Well-being
- 10 Research on ----- growth focuses on individual grief, growth from adversity, and enrichment.
A. Mental B. Post-traumatic C. Social D. Behavioral

11 Emotions like anger, fear, sadness, guilt, hate and disgust are called ----- emotions.

A. Positive B. Negative C. Formative D. Disordered

12 ----- developed a broad and build theory of positive emotions.

A. Maston B. Fredick C. Barbara Fredickson D. Bandura

13 ----- emotions are crucial for soothing happiness and well-being.

A. Positive B. Negative C. Formative D. Disordered

14 ----- emotions narrow a person's thoughts.

A. Positive B. Negative C. Formative D. Disordered

15 ----- emotions lead to pessimism.

A. Positive B. Negative C. Formative D. Disordered

Q.2. Write short Notes (Three out of Four) .

15

1 The neurobiology of self-efficacy

2 Childhood antecedents of acquired Hope

3 The dangers of blaming

4 Positive emotions and sensory pleasure

Q.3. Write short Answers (Three out of Four) .

15

1 Explain the neurobiology of Optimism and Pessimism.

2 Explain the negative effects of trauma.

3 Explain the psychological resources.

4 Explain the general theory of positivity.

Q.4.. Answer the following question on broad. (One out of two).

15

1 What is Self-efficacy ? Explain the impact of self-efficacy on life domains.

2 Explain the broaden and build theory of positive emotions.

मराठी रूपांतर

सूचना: :

1. सर्व प्रश्न सोडविणे अनिवार्य आहे.

2. सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

3. उजवीकडील अंक पूर्ण गुण दर्शवितात.

Q.1. खाली दिलेल्या पर्यायांपैकी योग्य पर्याय निवडा.

१५

1 सामाजिक बोधनिक सिद्धांत हा ----- घटकांनी मिळून बनला आहे.

अ. दोन ब. तीन क. पाच ड. चार

2 स्वतःच्या अनुभवांचे ----- प्रारूप बनवण्याची प्रतिकात्मक शक्ती मानवामध्ये असते.

अ. मानसिक ब. बोधात्मक क. सामाजिक ड. वर्तन

- 3 अर्जित आशावादाची मुळे ---- दिसून येतात.
अ. वातावरणात ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वर्तन
- 4 व्यक्तीमधील आशावाद वाढवण्यासाठी ---- उपलब्ध आहेत.
अ. आशा ब. व्यक्तिमत्व क. स्व-सामर्थ्य ड. आंतरनिरसने
- 5 ---- सामाजिक बोधनिक सिद्धांतावर आधारित आहे.
अ. आशा ब. व्यक्तिमत्व क. स्व-सामर्थ्य ड. आंतरनिरसने
- 6 कठीण परिस्थितीतही शांत राहण्याची व्यक्तीची क्षमता म्हणजे ----- स्व-नियमन होय.
अ. भावनिक ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वर्तन
- 7 स्व-नियमन कौशल्यांचा अभाव ----- विकृतीशी संबंधित आहे.
अ. मानसिक ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वार्तनिक
- 8 वेळोवेळी आणि विविध परिस्थितीत इच्छित ध्येयाच्या दिशेने वर्तनास मार्गदर्शन करण्याची आणि दिशा देण्याची व्यक्तीची क्षमता म्हणजे ---- होय.
अ. स्व-नियमन ब. स्थितीस्थापकत्व क. जीवन उद्देश ड. खुशाली
- 9 जीवनास योग्य दिशा देतील अशी ध्येय व त्या ध्येयामध्ये विश्वास असणे म्हणजे ---- होय.
अ. स्व-नियमन ब. स्थितीस्थापकत्व क. जीवन उद्देश ड. खुशाली
- 10 ----- वृद्धीविषयक संशोधने व्यक्तिगत दुःख, त्रासातून होणारी वृद्धी आणि संवर्धनावर भर देतात.
अ. मानसिक ब. आघात्तोत्तर क. सामाजिक ड. वर्तन
- 11 राग, भीती, दुःख, अपराधी भाव, तिरस्कार आणि किळस इत्यादी भावनांना ----- भावना असे म्हणतात.
अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक
- 12 ----- यांनी सकारात्मक भावना विषयक विस्तीर्ण आणि बांधणी सिद्धांत मांडला.
अ. मॅस्टन ब. फ्रेडिक क. बार्बरा फ्रेडिक्सन ड. बांडुरा
- 13 सुखदायक आनंद आणि खुशालीसाठी ----- भावना ही एक महत्त्वपूर्ण गोष्ट आहे.
अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक
- 14 ----- भावना व्यक्तीच्या विचारांना संकुचित करतात.
अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक
- 15 ----- भावनांमुळे निराशावाद वाढतो.
अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक

Q.2.टीपा लिहा. (चार पैकी कोणतेही तीन).

१५

- 1 स्व-सामर्थ्याची चेताजैविकता
- 2 आशेचे बालपणातील पूर्वानुभव
- 3 पीडितांना दोष देण्याचे धोके
- 4 सकारात्मक भावनांनी वेदनिक सुख

Q.3.थोडक्यात उत्तरे लिहा. (चार पैकी कोणतेही तीन) .

१५

- 1 आशावाद आणि निराशावादाची चेताजैविकता स्पष्ट करा.
- 2 आघाताचे नकारात्मक परिणाम स्पष्ट करा.
- 3 मानसशास्त्रीय संसाधने स्पष्ट करा.
- 4 सकारात्मकतेचा सामान्य सिद्धांत स्पष्ट करा.

Q.4.सविस्तर उत्तर लिहा. (दोन पैकी एक) .

१५

- 1 स्व-सामर्थ्य म्हणजे काय ? स्व-सामर्थ्याचा जीवन क्षेत्रावरील परिणाम स्पष्ट करा.
- 2 सकारात्मक भावनेचा विस्तीर्ण आणि बांधणी सिद्धांत स्पष्ट करा.

Model Answer Paper

M.A. (2022) (SEM/CR) CBCS Part-I Semester-I Examination: Oct./Nov.-2022
Psychology (Compulsory) Paper-IV
PSYC24: Positive Psychology(NEP)

Day and Date: Wednesday, 14/12/2022
Time: 10.30 AM To 12.30 PM

Total Marks: 60

Q.1. खाली दिलेल्या पर्यायांपैकी योग्य पर्याय निवडा.

१५

1 सामाजिक बोधनिक सिद्धांत हा ----- घटकांनी मिळून बनला आहे.

अ. दोन ब. तीन क. पाच ड. चार

Option 2

2 स्वतःच्या अनुभवांचे ----- प्रारूप बनवण्याची प्रतिकात्मक शक्ती मानवामध्ये असते.

अ. मानसिक ब. बोधात्मक क. सामाजिक ड. वर्तन

Option 2

3 अर्जित आशावादाची मुळे ---- दिसून येतात.

अ. वातावरणात ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वर्तन

Option 1

4 व्यक्तीमधील आशावाद वाढवण्यासाठी ---- उपलब्ध आहेत.

अ. आशा ब. व्यक्तिमत्व क. स्व-सामर्थ्य ड. आंतरनिरसने

Option 4

5 ---- सामाजिक बोधनिक सिद्धांतावर आधारित आहे.

अ. आशा ब. व्यक्तिमत्व क. स्व-सामर्थ्य ड. आंतरनिरसने

Option 3

6 कठीण परिस्थितीतही शांत राहण्याची व्यक्तीची क्षमता म्हणजे ----- स्व-नियमन होय.

अ. भावनिक ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वर्तन

Option 1

7 स्व-नियमन कौशल्यांचा अभाव ----- विकृतीशी संबंधित आहे.

अ. मानसिक ब. बोधनिक क. सामाजिक ड. वार्तनिक

Option 4

8 वेळोवेळी आणि विविध परिस्थितीत इच्छित ध्येयाच्या दिशेने वर्तनास मार्गदर्शन करण्याची आणि दिशा देण्याची व्यक्तीची क्षमता म्हणजे ---- होय.

अ. स्व-नियमन ब. स्थितीस्थापकत्व क. जीवन उद्देश ड. खुशाली

Option 1

9 जीवनास योग्य दिशा देतील अशी ध्येय व त्या ध्येयामध्ये विश्वास असणे म्हणजे ---- होय.

अ. स्व-नियमन ब. स्थितीस्थापकत्व क. जीवन उद्देश ड. खुशाली

Option 3

10 ----- वृद्धीविषयक संशोधने व्यक्तिगत दुःख, त्रासातून होणारी वृद्धी आणि संवर्धनावर भर देतात.

अ. मानसिक ब. आघात्तोत्तर क. सामाजिक ड. वर्तन

Option 2

11 राग, भीती, दुःख, अपराधी भाव, तिरस्कार आणि किळस इत्यादी भावनांना ----- भावना असे म्हणतात.

अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक

Option 2

12 ----- यांनी सकारात्मक भावना विषयक विस्तीर्ण आणि बांधणी सिद्धांत मांडला.

अ. मॅस्टन ब. फ्रेडिक क. बार्बरा फ्रेडिक्सन ड. बांडुरा

Option 3

13 सुखदायक आनंद आणि खुशालीसाठी ----- भावना ही एक महत्त्वपूर्ण गोष्ट आहे.

अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक

Option 1

14 ----- भावना व्यक्तित्वाच्या विचारांना संकुचित करतात.

अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक

Option 2

15 ----- भावनांमुळे निराशावाद वाढतो.

अ. सकारात्मक ब. नकारात्मक क. आकारात्मक ड. विकारात्मक

Option 2

Q.2.टीपा लिहा. (चार पैकी कोणतेही तीन).

१५

1 स्व-सामर्थ्याची चेताजैविकता

Ans:

2 आशेचे बालपणातील पूर्वानुभव

Ans:

3 पीडितांना दोष देण्याचे धोके

Ans:

4 सकारात्मक भावनांनी वेदनिक सुख

Ans:

Q.3.थोडक्यात उत्तरे लिहा. (चार पैकी कोणतेही तीन) .

१५

1 आशावाद आणि निराशावादाची चेताजैविकता स्पष्ट करा.

Ans:

2 आघाताचे नकारात्मक परिणाम स्पष्ट करा.

Ans:

3 मानसशास्त्रीय संसाधने स्पष्ट करा.

Ans:

4 सकारात्मकतेचा सामान्य सिद्धांत स्पष्ट करा.

Ans:

Q.4.सविस्तर उत्तर लिहा. (दोन पैकी एक) .

१५

1 स्व-सामर्थ्य म्हणजे काय ? स्व-सामर्थ्याचा जीवन क्षेत्रावरील परिणाम स्पष्ट करा.

Ans:

2 सकारात्मक भावनेचा विस्तीर्ण आणि बांधणी सिद्धांत स्पष्ट करा.

Ans:
