

Seat No. : \_\_\_\_\_

**SC-130**  
**September-2020**  
**M.A., Sem.-IV**  
**509 : Psychology**  
**(Positive Psychology)**

Time : 2 Hours]

[Max. Marks : 50

**ભાગ – I**

નીચેનામાંથી કોઈપણ ત્રણનો જવાબ આપો :

1. ક્ષેમ કુશળતામાં વ્યક્તિગત ધ્યેયો શો કાળો આપે છે ? કેવી રીતે ? સમજાવો. 14
2. સ્વાયત્ત વિરૂદ્ધ નિયંત્રિત પ્રેરણાઓ સમજાવો. 14
3. સ્વનિયમન એટલે શું ? તેમાં સમસ્યા ઉત્પન્ન કરતાં ધ્યેયો વર્ણવો. 14
4. સ્વનિયમન એટલે શું ? તેનું મૂલ્ય અને બચાવના ગેરલાભો વર્ણવો. 14
5. વ્યક્તિત્વ અને હેપ્પીનેસ (The Big Five) સમજાવો. 14
6. ગાઢ સંબંધો તરીકે મિત્રતા અને રોમાંટિક પ્રેમની સમજૂતી આપો. 14
7. માર્ટિન્ડ ફ્લેનેસની વિસ્તૃત ચર્ચા કરો. 14
8. માર્ટિન્ડ ફ્લેનેસ અને વિધાયક મનોવિજ્ઞાન વચ્ચેનો સંબંધ સમજાવો. 14



Seat No. : \_\_\_\_\_

**SC-130**  
**September-2020**  
**M.A., Sem.-IV**  
**509 : Psychology**  
**(Positive Psychology)**

**Time : 2 Hours]**

**[Max. Marks : 50**

**Part – I**

Answer any **three** out of **eight**.

1. What goals contribute most to wellbeing ? How ? Discuss. **14**
2. Explain autonomous verses controlled motivations. **14**
3. What is self-regulation ? Describe goals that create self-regulation. **14**
4. What is self-control ? Explain its value and disadvantages of defense. **14**
5. Explain personality and happiness (The Big five). **14**
6. Explain friendship and romantic love with reference to close relationship. **14**
7. Describe mindfulness. **14**
8. Explain the relationship between mindfulness and positive psychology. **14**

## Compulsory Part – II

9. Answer any **four** out of **eight** :

- |  |   |
|--|---|
| (1) Which are the intrinsic goals ?                                | 2 |
| (2) Who studies personal goals across 15 countries ?               | 2 |
| (3) Give the name of stages of self-control.                       | 2 |
| (4) Give definition of self-regulation.                            | 2 |
| (5) What is SWB ?  | 2 |
| (6) Give the types of Love.  | 2 |
| (7) Which religion is related to positive psychology in the East ? | 2 |
| (8) What is mindfulness meditation ?                               | 2 |
-