

**BACHELOR'S PROGRAMME**

**Term-End Examination**

**December, 2021**

**BPCG-173 : PSYCHOLOGY FOR HEALTH  
AND WELLBEING**

*Time : 3 hours*

*Maximum Marks : 100*

---

**Note :** (i) Answer any **five** questions.

(ii) Answer at least **two** questions from each section.

(iii) All questions carry equal marks.

(iv) The word limit for each answer is 400 words.

---

---

**SECTION A**

1. Explain the concept of health. Describe cross-cultural perspectives on health. 10+10
2. Describe the nature and sources of stress. 10+10
3. Describe various factors contributing to stress proneness. 20
4. Discuss the effect of stress on health and relationships. 10+10

## SECTION B

5. Define coping and explain various coping styles. 6+14
6. Describe time management as a technique for managing stress. 20
7. Describe the problems related to sexual health. 20
8. Write short notes on the following in about 200 words each : 10+10
- (a) Gainful Employment
  - (b) Acute and Chronic Pain
-

स्नातक कार्यक्रम  
सत्रांत परीक्षा  
दिसम्बर, 2021

बी.पी.सी.जी.-173 : स्वास्थ्य और कल्याण  
के लिए मनोविज्ञान

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

- नोट : (i) किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।  
(ii) प्रत्येक भाग से कम-से-कम दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।  
(iii) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।  
(iv) प्रत्येक उत्तर के लिए शब्द सीमा 400 शब्द है ।

भाग क

1. स्वास्थ्य की अवधारणा की व्याख्या कीजिए । स्वास्थ्य पर पार-सांस्कृतिक परिप्रेक्ष्यों का वर्णन कीजिए । 10+10
2. तनाव की प्रकृति तथा स्रोतों का वर्णन कीजिए । 10+10
3. तनाव की प्रवणता में योगदान करने वाले विभिन्न कारकों का वर्णन कीजिए । 20
4. स्वास्थ्य एवं सम्बन्धों पर तनाव के प्रभाव की चर्चा कीजिए । 10+10

## भाग ख

5. कोपिंग को परिभाषित कीजिए तथा विभिन्न कोपिंग शैलियों की व्याख्या कीजिए । 6+14
6. तनाव प्रबंधन के लिए एक तकनीक के रूप में समय प्रबंधन का वर्णन कीजिए । 20
7. यौन स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं का वर्णन कीजिए । 20
8. निम्नलिखित पर लगभग 200 शब्दों (प्रत्येक) में संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 10+10
- (क) लाभकारी रोज़गार
- (ख) तीव्र और दीर्घकालिक दर्द
-