

No. of Printed Pages : 4

BPCG–173

**BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME
(BDP)**

Term-End Examination

June, 2023

**BPCG-173 : PSYCHOLOGY FOR HEALTH AND
WELL-BEING**

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. Define health and describe any *three* models of health. 6+14
2. Explain the concept and sources of stress. 10+10

P. T. O.

3. Describe relaxation techniques, meditation and biofeedback as techniques of stress management. 20
4. Write short notes on the following in about **200** words each : 10+10
- (a) Coping styles
- (b) Cognitive restructuring

Section—B

5. Define sexual health and explain problems related to sexual health. 20
6. Write short notes on the following in about **200** words each : 10+10
- (a) Coronary Heart Disease
- (b) Cancer
7. Elucidate substance use. 20
8. Describe gainful employment with a focus on its components. 20

BPCG-173

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

(बी. डी. पी.)

सत्रांत परीक्षा

जून, 2023

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 को परिभाषित कीजिए एवं स्वास्थ्य के किन्हीं
तीन मॉडलों का वर्णन कीजिए।

6+14

2. तनाव की अवधारणा एवं स्रोतों पर व्याख्या कीजिए। 10+10
3. तनाव प्रबंधन की तकनीकों के रूप में विश्रांति तकनीक, ध्यान एवं जैवप्रतिपुष्टि का वर्णन कीजिए। 20
4. निम्नलिखित पर लगभग 200 शब्दों (प्रत्येक) में संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 10+10
 (क) सामना करने (कोपिंग) की शैलियाँ
 (ख) संज्ञानात्मक पुनर्गठन।

भाग-ख

5. यौन स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए और यौन स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं की व्याख्या कीजिए। 20
6. निम्नलिखित पर लगभग 200 शब्दों (प्रत्येक) में संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 10+10
 (क) कोरोनरी हृदय रोग
 (ख) कैंसर
7. मादक पदार्थ सेवन की व्याख्या कीजिए। 20
8. लाभकारी रोजगार को इसके अवयवों पर ध्यान केन्द्रित कर वर्णन कीजिए। 20