

No. of Printed Pages : 6

BPCG–173

**BACHELOR'S PROGRAMME
(BP)**

Term-End Examination

December, 2023

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

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

Note : (1) *Attempt any **five** questions.*

(2) *Answer at least **two** questions from each Section.*

(3) *All questions carry equal marks.*

(4) *The word limit for each answer is about **400** words.*

Section—A

1. Explain the concept of health. Describe the medical model of health and illness. 10+10

P. T. O.

2. Write short notes on the following in about **200** words each : 10+10
- (a) Types and symptoms of stress
- (b) Moderators of stress
3. Explain Yoga as a technique of stress management. 20
4. Explain the factors associated with obesity. Describe feeding and eating disorders as per DSM-5. 10+10

Section—B

5. Write short notes on the following in about **200** words each : 10+10
- (a) Proactive and avoidant coping
- (b) Mindfulness and Biofeedback
6. Elucidate substance use, with a focus on tobacco consumption and drug abuse. 20

7. Explain diabetes, cancer and AIDS as chronic illnesses. 20
8. What is work-life balance ? Explain the components of gainful employment. 6+14

BPCG-173

स्नातक कार्यक्रम (बी. पी.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2023

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

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : (1) किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(2) प्रत्येक भाग से कम से कम दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(3) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

(4) प्रत्येक उत्तर के लिए शब्द-सीमा 400 शब्द है।

भाग—क

1. स्वास्थ्य की अवधारणा का वर्णन कीजिए। स्वास्थ्य एवं बीमारी के चिकित्सा मॉडल की व्याख्या कीजिए। 10+10

2. निम्नलिखित में से प्रत्येक पर लगभग 200 शब्दों में संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 10+10
- (क) तनाव के प्रकार एवं लक्षण
- (ख) तनाव के मध्यस्थ कारक
3. तनाव प्रबन्धन की तकनीक के रूप में योग का वर्णन कीजिए। 20
4. मोटापे से जुड़े कारकों का वर्णन कीजिए। डी. एस. एम.-5 के अनुसार भोजन एवं खाने के विकारों की व्याख्या कीजिए। 10+10

भाग—ख

5. निम्नलिखित में से प्रत्येक पर लगभग 200 शब्दों में संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 10+10
- (क) पूर्वसक्रिय कोपिंग और पृथक्करण कोपिंग
- (ख) संचेतन (माइंडफुलनेस) एवं जैवप्रतिपुष्टि

6. नशीली दवाओं का दुरुपयोग एवं तम्बाकू सेवन पर ध्यान देते हुए मादक पदार्थ सेवन पर प्रकाश डालिए। 20
7. दीर्घकालिक बीमारियाँ मधुमेह, कैंसर तथा एड्स का वर्णन कीजिए। 20
8. कार्य-जीवन सन्तुलन क्या है ? लाभकारी रोजगार के अवयवों का वर्णन कीजिए। 6+14