

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

Term-End Examination

December, 2025

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

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

Note : Answer *five* questions in all, ensuring at least *two* questions from each Section. All questions carry equal marks. Answer each question in about *400* words.

Section—A

1. Discuss the cross-cultural perspectives on health, highlighting the Indian perspective on health. 15+5

2. Describe the factors contributing to stress.

Explain the effect of stress on health and well-being. 10+10

3. Write short notes on the following in about

200 words each : 10+10

(a) Sources of stress and measurement of stress

(b) Meditation and mindfulness

4. Describe the illnesses related to food, diet and obesity. 20

Section—B

5. Describe coronary heart disease and cancer as chronic illnesses. 10+10

6. Discuss anxiety and anxiety disorders.

Explain anxiety as a psychosomatic illness.

15+5

7. Write short notes on the following in about
200 words each : 10+10
- (a) Hope theory
 - (b) Gainful employment
8. Elucidate substance use with a focus on the
addictions. 20

BPCG-173

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

(बी. डी. पी.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2025

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

मनोविज्ञान

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्रत्येक खण्ड में से कम से कम दो प्रश्न चुनते हुए, कुल

पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग 400 शब्दों में दीजिए।

खण्ड—क

1. स्वास्थ्य पर भारतीय परिप्रेक्ष्य पर प्रकाश डालते हुए, स्वास्थ्य पर पार-सांस्कृतिक परिप्रेक्ष्य पर चर्चा कीजिए। 5+15

A-151/BPCG-173

2. तनाव में योगदान देने वाले कारकों पर चर्चा कीजिए।

स्वास्थ्य और कल्याण पर तनाव के प्रभाव को समझाइये।

10+10

3. निम्नलिखित पर लगभग 200 शब्दों (प्रत्येक) में संक्षिप्त

टिप्पणियाँ लिखिए :

10+10

(क) तनाव के स्रोत और तनाव का मापन

(ख) ध्यान और संचेतन

4. भोजन, आहार और मोटापे से सम्बन्धित बीमारियों का वर्णन

कीजिए।

20

खण्ड—ख

5. कोरोनरी हृदय रोग और कैंसर को दीर्घकालिक बीमारी के

रूप में वर्णित कीजिए।

10+10

6. चिंता और चिंता विकारों पर चर्चा कीजिए। चिंता को एक

मनोदैहिक बीमारी के रूप में समझाइये।

10+10

7. निम्नलिखित पर लगभग 200 शब्दों (प्रत्येक) में संक्षिप्त

टिप्पणियाँ लिखिए :

10+10

(क) आशावादी सिद्धांत

(ख) लाभकारी रोजगार

8. व्यसनों पर ध्यान देते हुए, मादक पदार्थ सेवन को स्पष्ट

कीजिए।

20

x x x x x