

SYBA
10/11/17
10 to 1
pages 2
NB:

Q. P. Code: 22422

Time: 3 Hours

Marks: 100

1. All questions are compulsory.
2. All questions carry equal marks.
3. Figures to the right indicate full marks.

Q1. Attempt any two of the following:

- a) Explain the functioning of the hypothalamus and endocrine system when a stressor is encountered. (10)
- b) Trace the history of the relationship between stress and human body specifically. (10)
- c) Explain the functioning of cardiovascular and gastrointestinal system during stress. (10)

Q2. Attempt any two of the following:

- a) Write a detailed note on Post-Traumatic Stress Disorder. (10)
- b) Explain the model of stress theory. Which roadblocks can be introduced in this model of stress? (10)
- c) What is psychoneuroimmunology? Explain the functioning of the immune system of the human body. (10)

Q3. Attempt any two of the following:

- a) Write a note on nutrition and stress. (10)
- b) Explain the role of time management as an interpersonal life situation intervention. (10)
- c) Explain the role of noise as stress in intrapersonal life situations. Also, suggest ways/interventions to deal with noise. (10)

Q4. Attempt any two of the following:

- a) What is anxiety? Write a note on social anxiety disorder and specific phobias. (10)
- b) How can an attitude of gratitude help as interventions of stress? (10)
- c) What is locus of control? Explain its role as a perceptual intervention of stress. (10)

Q5. Attempt any two of the following:

- a) Write a note on the three models that explain the cause of stress. (10)
- b) Write a note on hypercholesterolemia and stress. (10)
- c) How can conflict resolution help in dealing with interpersonal stress? (10)
- d) Explain the role of hardiness and resiliency as perceptual interventions. (10)

Q. P. Code: 22422

(वेळ: ३ तास)

गुण: १००

नोट: १. सर्व प्रश्न अनिवार्य आहेत.

२. उजवीकडील अंक गुण दर्शवितात.

३. सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

प्र. १. खालीलपैकी कोणतेही दोन प्रश्न सोडवा.

- अ) तणावाला सामोरे जाताना हायपोथॅलॅमस व अंतःस्त्राव प्रणाली कसे कार्ये करते, ते स्पष्ट करा. (१०)
- ब) ताणतणाव व मानवी शरीर यांतील संबंधा च्या इतिहासाचा आराखडा द्या. (१०)
- क) तणावाखाली असताना हृदय व रक्तसंबंधीचा आणि आतड्यांविषयीच्या प्रणालीचे कार्ये स्पष्ट करा. (१०)

प्र. २. खालीलपैकी कोणतेही दोन प्रश्न सोडवा.

- अ) आघात झाल्यानंतरच्या अत्यंत क्लेशकारक तणावाच्या विकृतीवर सखोलरीत्या टीप लिहा. (१०)
- ब) तणावाच्या सिद्धांताच्या प्रारूपाचे स्पष्टीकरण द्या. ह्या प्रतिकृतीत कोणत्या मार्गांच्या अवरोधांची ओळख करून देऊ शकतो. (१०)
- क) मनोनसविज्ञान म्हणजे काय? मानवी शरीरातील रोगप्रतिकारशक्ती प्रणालीची, कार्ये स्पष्ट करा. (१०)

प्र. ३. खालीलपैकी कोणतेही दोन प्रश्न सोडवा.

- अ) पोषण आहार व ताणतणाव ह्यावर टीप लिहा. (१०)
- ब) आंतरवैयक्तिक संघर्षामधील प्रत्यक्ष मदत तंत्र म्हणून वेळेच्या व्यवस्थापनाची भूमिका स्पष्ट करा. (१०)
- क) व्यक्तिनिष्ठ जीवन परिसंस्थितीत गोंधळाची ताण म्हणून भूमिका स्पष्ट करा. त्याचे निवारण करण्यास काही मार्ग सूचवा. (१०)

प्र. ४. खालीलपैकी कोणतेही दोन प्रश्न सोडवा.

- अ) चिंता म्हणजे काय? सामाजिक चिंता विकृती व विशिष्ट भय ह्यावर टीप लिहा. (१०)
- ब) कृतज्ञतेची वृत्ती हे ताणतणाव कमी करण्याचे तंत्र म्हणून कशी मदत करते? (१०)
- क) नियंत्रणाचे केंद्रस्थान म्हणजे काय? तणावाचे बौद्धिक तंत्र म्हणून त्याची भूमिका स्पष्ट करा. (१०)

प्र. ५. खालीलपैकी कोणतेही दोन प्रश्न सोडवा.

- अ) तणावाची कारणे स्पष्ट करणाऱ्या त्याच्या तीन प्ररूपांवर टीप लिहा. (१०)
- ब) अति प्रमाणात असलेले मज्जापेशीजाल व ताणतणाव ह्यावर टीप लिहा. (१०)
- क) आंतरवैयक्तिक तणावात संघर्ष नियोजनाची कशी मदत मिळते? (१०)
- ड) फाजील धीटपणा व संवेदनक्षम/लवचिकता ह्या बौद्धिक हस्तक्षेपांच्या भूमिकांचे स्पष्टीकरण द्या. (१०)
