

- N.B. :**
1. Question No. 6 is compulsory.
 2. Attempt any 3 from the remaining.
 3. Figures to the right indicate marks.

- Q.1** What exercises and strategies can be used for decreasing stressful behaviour. (12)
- Q.2** Discuss the various causes of stress amongst college students. (12)
- Q.3** Explain fully the notion of occupational stress. (12)
- Q.4** Enumerate the reasons of family stress. How it can be managed ? (12)
- Q.5** According to Erickson which is the most important developmental challenge during old age. (12)
- Q.6 Write notes on [Any 4]** (14)
- a. Exercise to reduce stress
 - b. Stress amongst older college students
 - c. Burn out effect
 - d. Child abuse
 - e. Adjustments during old age

वेळ : २ तास

मराठी रुपांतर

गुण : ५०

- सूचना :**
१. प्रश्न क्र. सहा अनिवार्य .
 २. उर्वरित प्रश्नांपैकी कोणतेही तीन प्रश्न सोडवावेत.
 ३. उजवीकडील अंक गुण दर्शवितात.
 ४. मूळ इंग्रजी प्रश्नपत्रिका प्रमाण मानावी.
- प्र. १** तणावपूर्व वर्तन कमी करण्यासाठी कोणते व्यायाम व तंत्रे वापरण्यात येतात. (१२)
- प्र. २** महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांमध्ये असणाऱ्या तणाच्या कारणांची चर्चा करा. (१२)
- प्र. ३** व्यवसायिन तणाची संकल्पना पूर्णपणे स्पष्ट करा. (१२)
- प्र. ४** कौटुंबिक तणातणावांची कारणे विषद करा त्याचे नियंत्रण कसे करता येते ? (१२)
- प्र. ५** एरिकसन यांच्या मते उतारवयातील सर्वात मोठे वैकासिक आव्हान कोणते ? (१२)
- प्र. ६** टीपा लिहा. (कोणत्याही ४). (१४)
- अ. तणा कमी करणारे व्यायामप्रकार
 - ब. मोठ्या वयोगटातील महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांमधील तणा
 - क. भस्म होणारा परिणाम (Burn out effect)
 - ड. बाल अत्याचार
 - इ. उतारवयातील समायोजन