

Seat No. : _____

MR-111-H
March-2019
B.A., Sem.-VI
CC-316 : Psychology
(Essays in Psychology – II)

Time : 2:30 Hours]

[Max. Marks : 70

(Hindi Version)

सूचना : निम्नलिखित में से कोई दो प्रश्नों का जवाब लिखिए :

1. स्वास्थ्य-वर्धक व्यवहार के रूप में व्यायाम तथा आहार की चर्चा कीजिए । **35**
2. योग क्या है ? योग के मनोशारीरिक असर के संबंध में विस्तार से चर्चा कीजिए । **35**
3. मानव विकास के घटकों को बताते हुए मानव विकास पर असर करने वाले परिबलों को विस्तार से समझाइए । **35**
4. तनाव क्या है ? तनाव से राहत पाने की रीत तथा तनाव का व्यवस्थापन किस तरह कर सकते हैं, विस्तार से चर्चा कीजिए । **35**