

1 Having a clear idea of our personality including strengths, weaknesses, thoughts, beliefs, motivation, values etc is called ____.

सामर्थ्य, कमकुवतपणा, विचार, विश्वास, प्रेरणा, मूल्ये इत्यादींसह आपल्या व्यक्तिमत्त्वाची स्पष्ट कल्पना असणे याला ____ म्हणतात.

- A Belief विश्वास
- B Self Awareness स्वतःची जाणीव
- C Myth समज
- D Threat धमकी

Answer: B

2 Which of the following does not constitute your identity?

खालीलपैकी कोणती तुमची ओळख बनवत नाही?

- A Opinions मते
- B Values मूल्ये
- C Likes आवडी
- D Marks scored in an exam परीक्षेत मिळालेले गुण

Answer: D

3 Background refers to a person's ____.

पार्श्वभूमी एखाद्या व्यक्तीच्या ____ चा संदर्भ देते.

- A experiences अनुभव
- B training प्रशिक्षण
- C education. शिक्षण
- D All of the above वरील सर्व

Answer: D

4 _____ are the abilities and qualities you have as a person that helps you grow well in life and career.

_____ ही एक व्यक्ती म्हणून तुमच्याकडे असलेल्या क्षमता आणि गुण आहेत जे तुम्हाला जीवन आणि करिअरमध्ये चांगले वाढण्यास मदत करतात.

- A Personal Strengths वैयक्तिक सामर्थ्य
- B Personal weaknesses वैयक्तिक कमजोरी
- C Opportunities संधी
- D Threats धमक्या

Answer: A

5 _____ are the qualities that are considered negative, and need to be worked on.

_____ हे गुण आहेत जे नकारात्मक मानले जातात आणि त्यावर काम करणे आवश्यक आहे.

- A Personal Strengths वैयक्तिक सामर्थ्य
- B Personal weaknesses वैयक्तिक कमजोरी
- C Opportunities संधी
- D Threats धमक्या

Answer: B

6 Which of the following is an example of personal weakness.

खालीलपैकी कोणते वैयक्तिक दुर्बलतेचे उदाहरण आहे.

- A Confidence आत्मविश्वास
- B Being lazy आळशी
- C Hard working कठोर परिश्रम करणारा
- D Active सक्रिय

Answer: B

7 Goals are of 2 types:

ध्येय 2 प्रकारचे आहेत:

- A Good and bad goals चांगले आणि वाईट लक्ष्य
- B Long-term and short-term goals दीर्घकालीन आणि अल्पकालीन उद्दिष्टे
- C Rich and poor goals श्रीमंत आणि गरीब ध्येय
- D Fixed-term and non-fixed term goals फिक्सड-टर्म आणि नॉन-फिक्स टर्म गोल

Answer: B

8 What is stress?

ताण म्हणजे काय?

- A Feeling of joy आनंदाची भावना
- B Feeling of surprise आश्चर्याची भावना
- C Feeling of delight आनंदाची भावना
- D Feeling of frustration / disappointment निराशा / निराशेची भावना

Answer: D

10 Which of these is a sign of good stress?

यापैकी कोणते चांगले तणावाचे लक्षण आहे?

A It prevents you from pursuing your goals. हे तुम्हाला तुमच्या ध्येयांचा पाठपुरावा करण्यापासून प्रतिबंधित करते.

B It makes you doubt yourself. यामुळे तुम्हाला स्वतःवर शंका येते.

C Does not lead to long-term tension, loss of sleep. दीर्घकालीन तणाव, झोप कमी होत नाही.

D Makes you physically ill or causes pain. तुम्हाला शारीरिकदृष्ट्या आजारी बनवते किंवा वेदना होतात.

Answer: C

11 Which of these can be a cause of stress?

यापैकी कोणते कारण तणावाचे असू शकते?

A Pressure to perform in exams. परीक्षेत कामगिरी करण्याचा दबाव.

B Conflict among friends. मित्रांमध्ये मतभेद.

C Long commute from home to work. घरापासून कामापर्यंत लांबचा प्रवास.

D All of the above वरील सर्व

Answer: D

12 Which of these is a sign of bad stress? यापैकी कोणते लक्षण वाईट तणावाचे लक्षण आहे?

A Prevents you from pursuing your goals. तुम्हाला तुमच्या ध्येयांचा पाठपुरावा करण्यापासून प्रतिबंधित करते.

B Makes you feel physically ill or in pain. तुम्हाला शारीरिकदृष्ट्या आजारी किंवा वेदना जाणवते.

C Makes you doubt your ability to perform at a given task. दिलेल्या कार्यात कामगिरी करण्याच्या तुमच्या क्षमतेवर शंका निर्माण करते.

D All of the above वरील सर्व

Answer: D

13 An activity that stops or reduces stress is called a stress buster.

Which of the following according to you is not a stress buster?

जो क्रियाकलाप थांबतो किंवा तणाव कमी करतो त्याला स्ट्रेस बस्टर म्हणतात.

तुमच्या मते खालीलपैकी कोणता स्ट्रेस बस्टर नाही?

A Spending long hours thinking about the problem.

समस्येचा विचार करण्यात बराच वेळ घालवणे.

B Going to bed on time. वेळेवर झोपायला जाणे.

C Listening to music. संगीत ऐकणे.

D Gardening बागकाम

Answer: A

14 What is mindfulness? सजगता म्हणजे काय?

A It is the technique of not minding anything. कशाचीही पर्वा न करण्याचे हे तंत्र आहे.

B It is about sharpening your brain. हे तुमच्या मेंदूला तीक्ष्ण करण्याबद्दल आहे.

C It is the ability to be fully present in a moment. एका क्षणात पूर्णपणे उपस्थित राहण्याची क्षमता आहे.

D It is the word used to describe people who are full of thoughts. विचारांनी भरलेल्या लोकांचे वर्णन करण्यासाठी हा शब्द वापरला जातो.

Answer: C

15 Which of the following is true about stress ?

तणावाबाबत खालीलपैकी कोणते सत्य आहे?

A Stress can be managed तणावाचे व्यवस्थापन करता येते

B Stress cannot be controlled तणावावर नियंत्रण ठेवता येत नाही

C Stress can not be decreased तणाव कमी होऊ शकत नाही

D All of the above वरील सर्व

Answer: A

16 Which of these is an essential step in the problem solving process?

समस्या सोडवण्याच्या प्रक्रियेतील यापैकी कोणता एक आवश्यक टप्पा आहे?

A To follow your instinct आपल्या अंतःप्रेरणेचे अनुसरण करण्यासाठी

B To think deeply about the problem समस्येचा खोलवर विचार करणे

C To gather and analyze data डेटा गोळा करणे आणि त्याचे विश्लेषण करणे

D To report the problem to a higher-up उच्च-वर समस्या कळवणे

Answer: C

17 Which of the following statements is true.

खालीलपैकी कोणते विधान सत्य आहे.

A Only experts can solve any problem केवळ तज्ञ कोणतीही समस्या सोडवू शकतात

B The more problems you solve, the better you will get at problem solving! तुम्ही जितक्या जास्त समस्यांचे निराकरण कराल तितकेच तुम्हाला समस्या सोडवायला चांगले मिळेल!

C We need to pursue a course to even solve a simple problem अगदी साध्या समस्येचे निराकरण करण्यासाठी आपल्याला कोर्स करणे आवश्यक आहे

D It is not important to solve any problem कोणतीही समस्या सोडवणे महत्त्वाचे नाही

Answer: B

18 Which of these should be considered while making decisions?

निर्णय घेताना यापैकी कोणता विचार केला पाहिजे?

A Your mood तुमचा मूड

B The choices of your friends तुमच्या मित्रांच्या निवडी

C The rules of your community तुमच्या समाजाचे नियम

D Your personal priorities. आपल्या वैयक्तिक प्राधान्यक्रम.

Answer: D

19 Which of these is the full form of SWOT? यापैकी SWOT चे पूर्ण रूप कोणते?

A Special Wellness Organization Theme स्पेशियल वेलनेस ऑर्गनाइजेशन थीम

B Speak Work Openly Together स्पीक वर्क ओपनली टूगेदर

C Strong World Olympic Team स्ट्रॉंग वर्ड ओलिम्पिक टीम

D Strength Weakness Opportunity Threat स्ट्रेंथ वीकनेस अपॉर्चुनिटी थ्रेट

Answer: D

20 If someone is impulsive, it means that they act on instinct, without thinking well about their decisions.

जर कोणी आवेगपूर्ण असेल तर त्याचा अर्थ असा होतो की ते त्यांच्या निर्णयांबद्दल नीट विचार न करता अंतःप्रेरणेनुसार कार्य करतात.

Impulsive decisions may lead to _____. आवेगपूर्ण निर्णयांमुळे _____ होऊ शकतो.

A no negotiation and disappointment. कोणतीही वाटाघाटी आणि निराशा नाही.

B wise negotiation सुज्ञ वाटाघाटी

C Win जिंकणे

D None of the above वरीलपैकी काहीही नाही

Answer: A

21 Decisions based on your personal priorities lead to ____.

तुमच्या वैयक्तिक प्राधान्यक्रमांवर आधारित निर्णय _____ ला घेऊन जातात.

A no negotiation कोणतीही वाटाघाटी नाही

B wise negotiation सुज्ञ वाटाघाटी

C disappointment निराशा

D None of the above वरीलपैकी काहीही नाही

Answer: B

22 _____ is the process of organizing and planning how to divide your time between specific activities.

_____ ही विशिष्ट क्रियाकलापांमध्ये तुमचा वेळ कसा विभागायचा हे आयोजन आणि नियोजन करण्याची प्रक्रिया आहे.

A Time Management वेळेचे व्यवस्थापन

B Stress Management ताण व्यवस्थापन

C Money Management मनी मॅनेजमेंट

D None of the above वरीलपैकी काहीही नाही

Answer: A

23 Which of the following statement(s) is true about time management?

खालीलपैकी कोणते विधान वेळ व्यवस्थापनाबाबत खरे आहे?

A It will help to get more done in less time, even when there is time constraint वेळेची कमतरता असतानाही कमी वेळेत अधिक काम करण्यात मदत होईल

B Good time management enables you to work smarter. चांगले वेळ व्यवस्थापन तुम्हाला अधिक हुशारीने काम करण्यास सक्षम करते.

C You will be able to meet deadlines and deliver quality products or services. तुम्ही मुदती पूर्ण करण्यात

आणि दर्जेदार उत्पादने किंवा सेवा वितरीत करण्यात सक्षम असाल.

D All of the above वरील सर्व

Answer: D

24 The Pomodoro technique is a system that encourages people to work with the time they have. So, what is Pomodoro technique used for? पोमोडोरो तंत्र ही एक अशी प्रणाली आहे जी लोकांना त्यांच्याकडे असलेल्या वेळेनुसार काम करण्यास प्रोत्साहित करते. तर, पोमोडोरो तंत्र कशासाठी वापरले जाते?

A Cutting tomatoes टोमॅटो कापून

B Managing time and staying focused on one task for longer. वेळेचे व्यवस्थापन करणे आणि एका कामावर जास्त काळ लक्ष केंद्रित करणे.

C Make us build a habit. आम्हाला सवय लावा.

D To express respect for elders. ज्येष्ठांबद्दल आदर व्यक्त करणे.

Answer: B

25 How many days does it take to form a habit? सवय होण्यासाठी किती दिवस लागतात?

A 10

B 14

C 21

D 7

Answer: C

26 _____ refers to the processes of budgeting, saving, investing and spending our resources well.

_____ अर्थसंकल्प, बचत, गुंतवणूक आणि आमची संसाधने चांगल्या प्रकारे खर्च करण्याच्या प्रक्रियेचा संदर्भ देते.

A Money Management मनी मॅनेजमेंट

B Stress Management ताण व्यवस्थापन

C Time Management वेळेचे व्यवस्थापन

D None of the above वरीलपैकी काहीही नाही

Answer: A

27 An example of desires is _____.

इच्छांचे उदाहरण _____ आहे.

A Books and pen पुस्तके आणि पेन

B An expensive bike महागडी बाईक

C Mobile recharge मोबाईल रिचार्ज

D Uniform एकसमान

Answer: B

28 When spending money, last priority should be given to _____.

पैसे खर्च करताना, शेवटचे प्राधान्य _____ ला दिले पाहिजे.

A Wants पाहिजे

B Needs गरजा

C Desires इच्छा

D All of the above वरील सर्व

Answer: C

29 The 3 stages of Money Management are Saving, Investing and _____. मनी मॅनेजमेंटचे 3 टप्पे म्हणजे बचत, गुंतवणूक आणि _____.

A Expenditure खर्च

B Spending खर्च करणे

C Income उत्पन्न

D All of the above वरील सर्व

Answer: A

30 This intention to move out of one's place to another for better jobs is called _____.

चांगल्या नोकऱ्यांसाठी एखाद्याच्या ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी जाण्याच्या या हेतूला _____ म्हणतात.

A Mitigation शमविणे

B Litigation खटला

C Migration स्थलांतर

D Irrigation सिंचन

Answer: C

31 What is a comfort zone? कम्फर्ट झोन म्हणजे काय?

A It is a place where we go to sleep. ही अशी जागा आहे जिथे आपण झोपायला जातो.

B It is a place where children live. ही अशी जागा आहे जिथे मुले राहतात.

C Our familiar lifestyle and behaviour is our comfort zone. आमची परिचित जीवनशैली आणि वागणूक हाच आमचा कम्फर्ट झोन आहे.

D A place designed in airport for resting. विमानतळावर विश्रांतीसाठी डिझाइन केलेली जागा.

Answer: C

32 Which of these statements is true?

यापैकी कोणते विधान खरे आहे?

A All jobs are available in all cities. सर्व नोकऱ्या सर्व शहरांमध्ये उपलब्ध आहेत.

B Some cities have more opportunities than others for certain job roles. काही शहरांमध्ये विशिष्ट नोकरीच्या भूमिकेसाठी इतरापेक्षा अधिक संधी आहेत.

C Salary in metro cities is always higher than small towns मेट्रो शहरांमधील पगार लहान शहरापेक्षा नेहमीच जास्त असतो

D Only a few cities have job opportunities. काही शहरांमध्येच नोकरीच्या संधी आहेत.

Answer: B

33 Which of these should be taken into account while moving to a new city for work?

कामासाठी नवीन शहरात जाताना यापैकी कोणते विचारात घेतले पाहिजे?

A We should think about our food preferences. आपण आपल्या खाण्याच्या आवडीनिवडींचा विचार केला पाहिजे.

B We should think about the difference between our salary and expected expenses. आपला पगार आणि अपेक्षित खर्च यात किती फरक आहे याचा विचार करायला हवा.

C We should think about the language differences. भाषेतील फरकांचा विचार करायला हवा.

D We should think about how much we will miss the comfort of our home. आपण आपल्या घरातील सुखसोयींना किती मुकणार आहोत याचा विचार करायला हवा.

Answer: B

34 Which of these expenses are incurred when we move to a new city? नवीन शहरात गेल्यावर यापैकी कोणता खर्च येतो?

A Buying new clothes नवीन कपडे खरेदी

B Buying books पुस्तके खरेदी

C Buying shoes शूज खरेदी

D Rent of an accomodation निवासाचे भाडे

Answer: D

35 Which among these are not good manners while travelling by public transport? सार्वजनिक वाहतुकीने प्रवास करताना यापैकी कोणते वागणे चांगले नाही?

A Push back our seat without checking with the person on the back seat मागच्या सीटवर असलेल्या व्यक्तीची तपासणी न करता आमची सीट मागे ढकलून द्या

B Be polite to fellow passengers and staff. सहप्रवासी आणि कर्मचारी यांच्याशी नम्र वागा.

C Follow the instructions of the cabin manager. केबिन व्यवस्थापकाच्या सूचनांचे पालन करा.

D Speak in a low voice. कमी आवाजात बोला.

Answer: A

36 Which of these documents are not compulsorily required for international travel? आंतरराष्ट्रीय प्रवासासाठी यापैकी कोणते दस्तऐवज अनिवार्यपणे आवश्यक नाहीत?

A Passport पासपोर्ट

B Visa व्हिसा

C Personal identification (eg. Aadhaar Card) वैयक्तिक ओळख (उदा. आधार कार्ड)

D Electricity Bill वीज बिल

Answer: D



तुमची इच्छा असेल तर, डोनेशन स्वरूपात चॅनेल ला मदत करू शकता.

If you wish, you can help the channel in the form of a donation.

Open Mind Guruji



टीप: अनिवार्य नाही.

Note: Not Compulsory.