

\*Total No. of Printed Pages—4

**5 SEM TDC DSE EDN (CBCS) 4 (H)/(NH)**

**2024**

( November )

**EDUCATION**

( Discipline Specific Elective )

( For Honours / Non-Honours )

Paper : DSE-4

( **Mental Health Issues** )

*Full Marks : 80*

*Pass Marks : 32*

*Time : 3 hours*

*The figures in the margin indicate full marks  
for the questions*

1. তলত দিয়াবোৰৰ উত্তৰ দিয়া :

1×8=8

Answer the following :

(a) বিশ্ব মানসিক স্বাস্থ্য দিবস কোন তাৰিখে উদ্‌যাপন কৰা হয়?

On which date is the World Mental Health Day observed?

(b) সংঘাতৰ এটা কাৰণ উল্লেখ কৰা।

Mention one cause of conflict.

(c) সমাযোজন মানে কি?

What is meant by adjustment?

(d) শিশুৰ মানসিক স্বাস্থ্যৰ অৱনতি ঘটাবলৈ এটা সামাজিক কাৰক উল্লেখ কৰা।

Mention one community factor deteriorating mental health of children.

(e) কৃতজ্ঞতা মানে কি?

What is meant by gratitude?

(f) সুখৰ অৰ্থ লিখা।

Write the meaning of happiness.

(g) এবিধ 'আসন'ৰ নাম লিখা।

Name one type of 'Asana'.

(h) মানসিকভাৱে স্বাস্থ্যবান ব্যক্তিৰ এটা বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কৰা।

Mention one characteristic of mentally healthy person.



5. মানসিক স্বাস্থ্যৰ বিকাশত ঘৰ আৰু শিক্ষকৰ ভূমিকা আলোচনা  
কৰা।

5+6=11

Discuss the role of home and teacher in the development of mental health.

6. ইতিবাচক মনোবিজ্ঞান মানে কি? ইতিবাচক মনোবিজ্ঞানৰ  
প্রকৃতি আৰু পৰিসৰ আলোচনা কৰা।

2+(4+4)=10

What is meant by positive psychology?  
Discuss the nature and scope of positive psychology.

অথবা / Or

- ক্ষমা মানে কি? ক্ষমাৰ প্ৰকাৰসমূহ আলোচনা কৰা।

2+8=10

What is meant by forgiveness? Discuss the types of forgiveness.

7. যোগ কি? শাৰীৰিক আৰু মানসিক স্বাস্থ্যৰ বাবে যোগৰ গুৰুত্ব  
ব্যাখ্যা কৰা।

3+8=11

What is Yoga? Explain the importance of Yoga for physical and mental health.

অথবা / Or

- স্বাস্থ্য ব্যৱস্থাপনাৰ ক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত যোগৰ সংহত দৃষ্টিভঙ্গীৰ  
বিষয়ে আলোচনা কৰা।

11

Discuss the integrated approach of Yoga for management of health.

\*\*\*



2. তলত দিয়াবোৰৰ ওপৰত চমু টোকা লিখা : 4×5=20

Write short notes on the following :

- (a) মানসিক স্বাস্থ্যবিজ্ঞানৰ নীতিসমূহ  
Principles of mental hygiene
- (b) হতাশাৰ কাৰণসমূহ  
Causes of frustration
- (c) শিশু প্ৰতিপালন ৰীতি  
Child rearing practices
- (d) সহমৰ্মিতা  
Empathy
- (e) স্বাস্থ্যমূলক জীৱন-যাপনৰ যোগৰ নীতিসমূহ  
Yogic principles of healthy living

3. মানসিক স্বাস্থ্যবিজ্ঞান মানে কি? মানসিক স্বাস্থ্যবিজ্ঞানৰ উদ্দেশ্য আৰু গুৰুত্ব সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা। 2+(4+4)=10

What is meant by mental hygiene? Discuss the objectives and importance of mental hygiene.

4. অপসমায়োজন মানে কি? অপসমায়োজনৰ কাৰণ আৰু ইয়াক ৰোধ কৰাৰ উপায়সমূহ আলোচনা কৰা। 2+(4+4)=10

What is meant by maladjustment? Discuss the causes and ways for removing maladjustment.