

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) সমায়োজন মানে কি?  
What is meant by adjustment?
- (d) শিশুৰ মানসিক স্বাস্থ্যৰ অৱনতি ঘটা 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.

( Continued )

2. তলত দিয়াবোৰৰ ওপৰত চমু টোকা লিখা:  $4 \times 5 = 20$   
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 যোগ্য 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.

( Turn Over )

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 প্ৰকৃতি 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.

\*\*\*