

Second Sessional Examination, 2024
B.A. 1st Semester
Subject: Skill Enhancement Course (SEC)
Paper Name: Mental Health and Hygiene

Marks: 30

Time: 1½ Hours

1. **Answer the following questions in brief:** 1x4=4
তলৰ প্রশ্নসমূহৰ উত্তৰ দিয়াঃ
 - a) What is 'Mental Health'?
মানসিক স্বাস্থ্য কি ?
 - b) What does the Yoga mean?
'যোগ' শব্দৰ অর্থ কি?
 - c) Who is the founder of Yoga Philosophy?
যোগ দৰ্শনৰ প্ৰবৰ্তক কোন ?
 - d) What is the Indian concept of Mental Health?
মানসিক স্বাস্থ্য সন্দৰ্ভত ভাৰতীয় ধাৰণা কি?
2. **Answer the following questions:** 2x3=6
তলৰ প্রশ্নসমূহৰ উত্তৰ দিয়াঃ
 - a) Writing two characteristics of mental health?
মানসিক স্বাস্থ্যৰ দুটা বৈশিষ্ট্য লিখা ।
 - b) Mention two features of a mentally healthy teacher.
মানসিকভাৱে সুস্থ শিক্ষক এগৰাকীৰ দুটা বৈশিষ্ট্য লিখা ।
 - c) What are the two criteria of a mentally healthy person?
মানসিকভাৱে সবল ব্যক্তি এগৰাকীৰ দুটা বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কৰা ।
3. **Write short notes on: (Any two)** 5x2=10
চমুটোকা লিখাঃ (যিকোনো দুটা)
 - a) Explain the four padas mention in the Patanjalisutra.
পতঞ্জলি সূত্ৰত থকা চাৰিটা পদৰ বিষয়ে বহুলাই আলোচনা কৰা ।
 - b) Definition of Mental Health.
মানসিক স্বাস্থ্যৰ সংজ্ঞা দিয়া ।
 - c) Definition of Mental Health.
মানসিক স্বাস্থ্যৰ সংজ্ঞা দিয়া ।
4. **Answer the following question. (Any one):** 10x1=10
তলৰ যিকোনো এটা প্রশ্নৰ উত্তৰ লিখাঃ
 - a) Discuss the characteristics of a mentally fit person by highlighting the characteristics of mental health.
মানসিক স্বাস্থ্যৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ দাঙি ধৰি মানসিকভাৱে সুস্থ ব্যক্তি এগৰাকীৰ চাৰিত্ৰিক বৈশিষ্ট্যসমূহ আলোচনা কৰা ।
 - b) State the factors affecting the mental health of children in school.
বিদ্যালয়ত ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মানসিক স্বাস্থ্যত প্ৰভাৱ পেলোৱা কাৰকসমূহৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা ।
 - c) Discuss the role of a teacher in maintaining good mental health of students.
ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মানসিক স্বাস্থ্য সবল কৰি ৰখাত শিক্ষক এজনৰ ভূমিকা সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা ।

-----X-----