

**B.Sc. Semester - 2 (NEP-2020) Examination
MARCH/APRIL-2025**

The Art of Being Happy (Value Added Course)

Time: 1 Hours

Marks: 25

Instructions:

1. All questions are compulsory.
2. Figures to the right indicate marks.

-
- પ્રશ્ન.૧ પ્રસન્નતાની વ્યાખ્યા આપો અને પ્રસન્નતાના પર્યાવરણીય અને સામાજિક પરિબલોની ચર્ચા કરો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન.૧ શારીરિક અને ભાવનાત્મક પરિસ્થિતિ પ્રસન્નતાને કઈ રીતે પ્રભાવિત કરે છે તેની ચર્ચા કરો.
- પ્રશ્ન.૨ પ્રસન્નતા સૂચકાંક શું છે? વિશ્વ પ્રસન્નતા સૂચકાંકના સંદર્ભમાં ભારતની સ્થિતિ જણાવો. (૧૦)
અથવા
- પ્રશ્ન.૨ પંચકોશ શું છે? ખુશ રહેવાની કળા સાથે તેનો શું સંબંધ છે?
- પ્રશ્ન.૩ ટૂંકી નોંધ લખો. (કોઈ પણ એક) (૦૫)
1) તણાવનો સામનો કરવો એ જીવનરક્ષક કૌશલ્ય છે.
2) પ્રસન્નતા માપવા માટેના મુખ્ય સૂચકાંકો.

ENGLISH VERSION

- Que.1 Define happiness and discuss the environmental and social factors of happiness. (10)
OR
- Que.1 Discuss how the physical and emotional conditions affect the state of happiness.
- Que.2 What is happiness index? Situate India in the context of Global Happiness index. (10)
OR
- Que.2 What is Panchakosh? What relationship does it play with the art of being happy?
- Que.3 Write Short Notes. (Any One) (05)
1) Coping with stress is a lifesaving skill.
2) Key indicators of measuring happiness.
