एन.आई.ओ.एस/शैक्षिक/2021/222/26/हिंदी

राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान

उच्चतर माध्यमिक

अध्याय - 26

सम्पूर्ण अस्तितव का पोषण: भारतीय दृष्टिकोण

कार्यपत्रक - 26

1. "व्यक्तित्व" को सार्वभौमिक रूप से स्वीकार किया जाता है। वहीं, व्यक्तित्व की अवधारणा को मनोवैज्ञानिकों द्वारा विभिन्न दृष्टिकोण से समझा गया है। 'व्यक्तित्व' शब्द की आम आदमी और मनोवैज्ञानिक समझ के बीच अंतर की तुलना कीजिए।
2. प्रभावशाली "व्यक्तित्व" की ओर हर कोई आकर्षित होता है। कम से कम दो लोगों को सूचीबद्ध करें जिन्हें आप एक आदर्श व्यक्तित्व के रूप में देखते हैं। उन व्यक्तित्व लक्षणों पर चर्चा करें जिनकी आप प्रशंसा करते हैं।
3. खालिद अपने कर्तव्यों और जिम्मेदारियों को लेकर बहुत सक्रिय है और वह यह सुनिश्चित करता है कि वह सब कुछ समय पर पूरा करे और मनोरंजन के लिए भी समय निकाले। खालिद के व्यक्तित्व प्रकार को पहचानें और समझाएं।
4. एक व्यक्ति अपने अधिकांश जीवनकाल में तामसिक व्यक्तित्व प्रवृत्तियों को दिखाता है। आपकी राय में, इस व्यक्ति की प्रमुख विशेषताएं क्या होंगी? तामसिक व्यक्तित्व के लाभ/नुकसान, की व्याख्या कीजिए।
5. "लोग ऐसे व्यक्ति को प्यार करते हैं और ये भी लोगो को प्यार एवं सहायता करते हैं।" दिए गए कथन में किस व्यक्तित्व प्रकार का उल्लेख किया जा रहा है, पहचान करें। उचित कारणों से अपने उत्तर का समर्थन करें। पहचाने गए व्यक्तित्व प्रकार की विशेषताओं की व्याख्या करें।
6. तैत्तिरीय उपनिषद हमारे अस्तित्व के पांच कोशों के बारे में बात करता है। पाँच कोशों को परिभाषित कीजिए और प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में उनकी भूमिका को स्पष्ट करते हुए उदाहरण दीजिए।

7. शरीर की शारीरिक प्रणाली महत्वपूर्ण आवरण बनाती है। प्राणिक आवरण के महत्व की विस्तार से चर्चा कीजिए। मानव शरीर के प्राणिक आवरण से संबंध की व्याख्या कीजिए।

8. आपका कोई मित्र उसके व्यक्तित्व पर काम करना चाहता है। आपकी राय में, कौन सा मॉडल - त्रिगुण या पंच कोष - अधिक प्रभावी होगा? उचित कारणों से अपने उत्तर का समर्थन कीजिए।

9. आपके क्षेत्र में आर.डब्ल्यू.ए समिति द्वारा "स्वस्थ जीवन शैली अभ्यास - भारतीय परिप्रेक्ष्य" पर एक पोस्टर प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। "पंच कोषों का विकास" विषय पर एक पोस्टर तैयार कीजिए।