

तिलोत्तमा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
मणिग्राम, रूपन्देही

लैङ्गिक हिंसा रोकथाम तथा प्रतिकार्यका लागि एकिकृत सेवा पहुँच परियोजना (IGBVRN) अन्तर्गत
मनोसामाजिक परामर्शकर्ता पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

यस परीक्षा योजनालाई ३ चरणमा विभाजन गरिएको छ ।

प्रथम चरण: लिखित परीक्षा

पूर्णाङ्क: १००

द्वितीय चरण: प्रयोगात्मक परीक्षा

पूर्णाङ्क: ३०

तृतीय चरण: अन्तर्वार्ता

पूर्णाङ्क: २०

प्रथम चरण: लिखित परीक्षा

पत्र	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली		प्रश्नसंख्या×अंक	समय
प्रथम	सामान्य ज्ञान र सेवा सम्बन्धी कार्य ज्ञान	१००	४०	वस्तुगत	बहुवैकल्पिक प्रश्न	५० प्रश्न×२ अंक	४५ मिनेट

द्वितीय चरण: प्रयोगात्मक परीक्षा

विषय	पूर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	समय
कम्प्युटर सिप परीक्षण	३०	प्रयोगात्मक	३० मिनेट

तृतीय चरण: अन्तर्वार्ता

विषय	पूर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	समय
अन्तर्वार्ता	२०	मौखिक	

द्रष्टव्य:

- वस्तुगत बहुवैकल्पिक (Multiple Choice) प्रश्नको गलत उत्तर दिएमा प्रत्येक गलत उत्तर बापत २० प्रतिशत अङ्क कट्टा गरिनेछ । तर उत्तर नदिएमा त्यस बापत अङ्क दिइने छैन र अङ्क कट्टा पनि गरिने छैन ।
- बहुवैकल्पिक प्रश्न हुने परीक्षामा कुनै प्रकारको क्याल्कुलेटर (Calculator) प्रयोग गर्न पाइने छैन । परीक्षा हलमा स्मार्टफोन, स्मार्टवाच लगायत कुनैपनि विद्युतीय उपकरण लैजान पाइने छैन ।
- परीक्षामा सोधिने प्रश्नसंख्या, अङ्क र अङ्कभार यथासम्भव सम्बन्धीत पत्र/विषयमा दिईए अनुसार हुनेछ ।
- यस पाठ्यक्रम योजना अन्तर्गतका पत्र/विषयका विषयवस्तुमा जुनसुकै लेखिएको भएता पनि पाठ्यक्रममा परेका कानून, ऐन, नियम तथा नीतिहरू परीक्षाको मिति भन्दा ३ महिना अगाडि (संशोधन भएका वा संशोधन भई हटाईएका वा थप गरी संशोधन भई) कायम रहेकालाई यस पाठ्यक्रममा परेको सम्झनु पर्दछ ।
- लिखित परीक्षाको प्रथम चरण (Stage -I) को परीक्षाबाट छनोट भएका उम्मेदवारलाई मात्र लिखित परीक्षाको द्वितीय चरण (Stage -II) को मूल परीक्षा (Main Examination) मा सम्मिलित गराइनेछ ।
- लिखित परीक्षाको द्वितीय चरण (Stage-II) को मूल परीक्षामा छनोट भएका उम्मेदवारहरूलाई मात्र अन्तिम चरणको परीक्षा (Final Stage Examination) मा सम्मिलित गराइनेछ ।
- प्रयोगात्मक परीक्षा लोकसेवा आयोगले तोकेको मापदण्डलाई अनुशरण गरी संचालन गरिनेछ ।
- द्वितीय चरणको मूल परीक्षा र अन्तिम चरणको परीक्षाको कुल अङ्क योगका आधारमा अन्तिम परीक्षाफल प्रकाशित गरिनेछ ।

तिलोत्तमा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
मणिग्राम, रूपन्देही

लैङ्गिक हिंसा रोकथाम तथा प्रतिकार्यका लागि एकिकृत सेवा पहुँच परियोजना (IGBVRN) अन्तर्गत
मनोसामाजिक परामर्शकर्ता पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

प्रथम पत्र

सामान्य ज्ञान र सेवा सम्बन्धी कार्य ज्ञान

(५० प्रश्न×२ अंक = १०० अंक)

१. मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सम्बन्धी

- मानसिक स्वास्थ्यको परिभाषा, नेपालमा मानसिक स्वास्थ्यको अवस्था
- मानसिक स्वास्थ्यका प्रकार, जोखिम तथा जोखिम व्यवस्थापन, मनोसामाजिक साहारा
- मनोसामाजिक परामर्शको परिभाषा, उद्देश्यहरू, चुनौतीहरू
- मनोसामाजिक परामर्शकर्ताको आवश्यक गुण, सीप तथा दक्षता सम्बन्धी ज्ञान
- मनोसामाजिक समस्या आउन नदिन आवश्यक तयारी
- आत्महत्याको जोखिमको लेखाजोखा तथा आत्महत्या रोकथामका उपाय तथा भूमिका
- व्यक्तिगत तथा सामुहिक परामर्श सेवा, पाठ योजना, सहजीकरण सम्बन्धी ज्ञान तथा सीप
- व्यक्तिगत गोपनीयता सुनिश्चिताका उपाय तथा तरिका र सम्बन्ध विस्तारका उपायहरू
- मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक परामर्श सम्बन्धी अन्य विविध विषयवस्तुको सामान्य जानकारी

२. लैङ्गिक समानता, महिला सशक्तीकरण तथा लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा

- लिङ्ग र लैङ्गिक विश्लेषण, लैङ्गिक समानताका लागि विशेष व्यवस्था, लैङ्गिक समानताका प्रवर्धनमा गैरसरकारी सङ्गठनको भूमिका
- लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा
- घरेलु हिंसा: प्रकार र नियन्त्रणका उपायहरू
- मानव बेचबिखन तथा ओसार पसार र नियन्त्रणका उपायहरू
- महिला हिंसा विरुद्ध पुरुषको भूमिका, सहभागिता / सकृयता
- नेपाली समाजका परम्परा, परिवार, सामुदायिक संरचना
- लैङ्गिक हिंसा, महिला सशक्तीकरण तथा लैङ्गिक समानता सम्बन्धी अन्य विषयवस्तुको सामान्य जानकारी

३. महिला विकास कार्यक्रम

- सामाजिक परिचालनको सैद्धान्तिक पक्ष, समूह गठन र परिचालन
- समुह बचत/बचत परिचालन र सहकारिता

तिलोत्तमा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
मणिग्राम, रूपन्देही

लैङ्गिक हिंसा रोकथाम तथा प्रतिकार्यका लागि एकीकृत सेवा पहुँच परियोजना (IGBVRN) अन्तर्गत
मनोसामाजिक परामर्शकर्ता पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

- प्रजनन स्वास्थ्य, प्रजनन र यौन अधिकार
- समूहमा संचार: संचारको महत्व, तरिका, व्यवधान र समाधानका उपायहरू
- नेपालमा महिला अधिकार तथा महिला सामाजिक सुरक्षा सम्बन्धी कानूनी व्यवस्था
- लैङ्गिक हिंसा रोकथाम तथा प्रतिकार्यका लागि एकीकृत सेवा पहुँच परियोजना सम्बन्धी सामान्य जानकारी

४. कार्यालय व्यवस्थापन

- पत्रव्यवहारको परिचय, उद्देश्य, चिठीका प्रकार: प्रयोग र प्राथमिकताको आधारमा
- दर्ता, चलानी, टिप्पणी लेखन र मेमो (Memo)
- अभिलेख व्यवस्थापनको परिचय, उद्देश्य र आवश्यकता
- फाइलिङ सम्बन्धी जानकारी
- कार्यालय व्यवस्थापनमा कम्प्यूटर प्रणालीको आवश्यकता र महत्व
- बैठक व्यवस्थापन र माइन्सूट लेखन
- सार्वजनिक सेवा प्रवाह सम्बन्धी सामान्य जानकारी

५. विविध

- नेपालको वर्तमान संविधान सम्बन्धी जानकारी
- स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- तिलोत्तमा नगरपालिकाको भौगोलिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक विषयवस्तुबारे जानकारी
- नेपालको भूगोल, इतिहास, राजनीतिक अवस्था र सामाजिक अवस्थाबारे जानकारी
- नेपालको शासन पद्धति र सरकार सम्बन्धी जानकारी
- समसामयिक विषयबारे जानकारी

तिलोत्तमा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
मणिग्राम, रूपन्देही

लैङ्गिक हिंसा रोकथाम तथा प्रतिकार्यका लागि एकिकृत सेवा पहुँच परियोजना (IGBVRN) अन्तर्गत
मनोसामाजिक परामर्शकर्ता पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

मनोसामाजिक परामर्शकर्ता पदको कम्प्युटर सीप परीक्षण परीक्षाको पाठ्यक्रम

Full Marks: 30

Pass Marks: 12

1. English and Nepali Typing
2. Microsoft Windows
3. Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint)
4. Email and Internet

S.No.	Topics	No. of Questions	Marks	Time (minutes)
1	Devnagari Typing	1	5	5
2	English Typing	1	5	5
3	Word Processing	1	5	20
4	Electronic Spreadsheet	1	5	
5	Presentation System	1	5	
6	MS Windows and Email/Internet	1	5	
Total		6	30	30