

‘सामाजिक रूप से सक्षम लोग प्रभावी ढंग से संवाद करते हैं और संघर्ष प्रबंधन में कुशल होते हैं’। उपयुक्त उदाहरणों की सहायता से वर्णन कीजिए।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

आपका अनुक्रमांक.....

Sr. No. of Question Paper : 4104

I

Unique Paper Code : 6967000005

Name of the Paper : Emotional Intelligence

Name of the Course : Value Added Course

(For Students of SOL Only)

Semester : III

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from the remaining.
3. Each question carries **10** marks.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. पहला प्रश्न अनिवार्य है तथा शेष में कोई दो प्रश्न हल करें।
3. प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. Write Short Notes on **ANY TWO** of the following :

(a) Bar-On's Model of Emotional Intelligence

(b) Managing Anger

(c) Team Work

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखिए :-

(क) बार-ऑन का भावनात्मक बुद्धिमत्ता मॉडल

(ख) क्रोधा प्रबंधन

(ग) टीम वर्क

2. What do you understand by Emotional intelligence? What makes emotional intelligence an important skill in the contemporary world?

भावनात्मक बुद्धिमत्ता से आप क्या समझते हैं? समकालीन दुनिया में भावनात्मक बुद्धिमत्ता एक महत्वपूर्ण कौशल क्यों है?

3. What is self-management? Explain its role in managing anxiety and fear in your day-to-day life.

स्व-प्रबंधन क्या है? अपने दैनिक जीवन में चिंता और भय को प्रबंधित करने में इसकी भूमिका का वर्णन कीजिए।

4. 'Socially competent people communicate effectively and are skilled at conflict management'. Elaborate with the help of suitable examples.