

(ख) भय का प्रबंधन

(ग) भावनात्मक बुद्धिमत्ता और टीम निर्माण

2. 'Knowing our own emotions better allows us to manage our relationships better.' Explain the following statement on the basis of personal competencies of self.

'अपनी भावनाओं को और अच्छा जानने से हम अपने संबंधों को भी श्रेष्ठ तर प्रबंधित कर सकते हैं।' स्वयं की व्यक्तिगत योग्यताओं के आधार पर इस कथन की व्याख्या कीजिए।

3. Explain various strategies that can be used in our daily lives to enhance emotional intelligence.

भावनात्मक बुद्धिमत्ता को बढ़ाने के लिए हमारे दैनिक जीवन में उपयोग की जा सकने वाली विभिन्न कार्यनीतियों की व्याख्या कीजिए।

4. Discuss the application of emotional intelligence in resolving conflicts peacefully and productively.

संघर्षों को शांतिपूर्ण एवं उपयोगी ढंग से सुलझाने में भावनात्मक बुद्धिमत्ता के अनुप्रयोग पर चर्चा कीजिए।

5. Illustrate how empathy and compassion play a role in the development of social awareness.

स्पष्ट कीजिए कि सामाजिक जागरूकता के विकास में समानुभूति और करुणा की क्या भूमिका है।

(2000)

[This question-paper contains 4-printed-pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 4130

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 : 2 Hours 30 min Maximum Marks : 30+40

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. 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. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

PART A

(30 marks)

1. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from remaining.

पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से कोई दो प्रश्न हल करें।

2. Each question carries **10** marks.

प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

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) क्रोध 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.

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।

PART B

(40 marks)

1. Attempt any **FOUR** Questions.

कोई भी चार प्रश्न हल कीजिए।

2. All questions carry equal marks.

सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. Write short notes on **ANY TWO** of the following -

(a) Goleman's Model of Emotional Intelligence

(b) Managing Fear

(c) Emotional Intelligence and Team Building

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखिए -

(क) गॉलमैन का भावनात्मक बुद्धिमत्ता मॉडल