

क्या भावनात्मक बुद्धिमत्ता तनावपूर्ण जीवन स्थितियों को प्रबंधित करने में मदद कर सकती है? उपयुक्त उदाहरणों का उपयोग करके समझाएं।

3. Discuss the role of Emotional Intelligence (EI) in managing professional relationships. Explain using any one model of Emotional Intelligence. (10)

पेशेवर संबंधों के प्रबंधन में भावनात्मक बुद्धिमत्ता (ईआई) की भूमिका पर चर्चा करें। भावनात्मक बुद्धिमत्ता के किसी एक मॉडल का उपयोग करके समझाएं।

4. “People’s emotions are rarely put into words, far more often they are expressed through other cues” – Daniel Goleman. Examine the role of non-verbal communication in relationship management. (10)

“लोगों की भावनाओं को शायद ही कभी शब्दों में रखा जाता है, कहीं अधिक बार उन्हें अन्य संकेतों के माध्यम से व्यक्त किया जाता है” – डैनियल गोलेमैन संबंध प्रबंधन में गैर-मौखिक संचार की भूमिका की जांच करें।

5. Discuss the components of emotional intelligence and its significance our lives. (10)

भावनात्मक बुद्धिमत्ता के घटकों और इसके महत्व पर चर्चा करें हमारे जीवन।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 4805A

L

Unique Paper Code : 6967000005

Name of the Paper : Emotional Intelligence

Name of the Course : **Value Addition Course**

Semester : II/IV

Duration : 2 Hours 30 min

Maximum Marks : 70

समय : 2 घण्टे 30 मिनट्स

पूर्णांक : 70

(Part A=30 & Part B=40 marks)

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।

4805A

2

PART A

(30 marks)

1. Question No. 1 is compulsory.
प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।
4. Answer any **two** questions from question nos. 2 to 4.
प्रश्न संख्या 2 से 4 तक किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
5. All questions carry equal marks.
सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. Write Short Notes on **any two** of the following :
(5,5)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त नोट्स लिखिए :

(a) Boundary Setting
सीमा निर्धारण

(b) Compassion
सवेदना

(c) Self-Awareness
आत्म-जागरूकता

2. Discuss the role of “emotional perspective taking” in effectively managing relationships. (10)
रिश्तों को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने में “भावनात्मक परिप्रेक्ष्य लेने” की भूमिका पर चर्चा करें।

4805A

3

3. “There is perhaps no psychological skill more fundamental than resisting impulse.” – Daniel Goleman. Discuss techniques of emotional regulation useful for effective impulse control. (10)

आवेग का विरोध करने से अधिक मौलिक शायद कोई मनोवैज्ञानिक कौशल नहीं है- डैनियल गोलेमैन प्रभावी आवेग नियंत्रण के लिए उपयोगी भावनात्मक विनियमन की तकनीकों पर चर्चा करें।

4. Describe in detail the Trait Model of Emotional Intelligence. (10)

भावनात्मक बुद्धिमत्ता के विशेषता मॉडल का विस्तार से वर्णन करें।

PART B

(40 marks)

1. Answer any **Four** Questions.
किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
2. Each question carries **10** marks.
प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।
1. Explain how knowing one’s strengths and areas of development can enhance personal competence? (10)
बताएं कि किसी की ताकत और विकास के क्षेत्रों को जानने से व्यक्तिगत क्षमता कैसे बढ़ सकती है?
2. Can emotional intelligence help in managing stressful life situations? Explain using suitable examples. (10)

P.T.O.