

13.5.2024 - E

(i) Printed Pages : 4

Roll No.

(ii) Questions : 9

Sub. Code :

8	0	8	4
---	---	---	---

Exam. Code :

1	1	0	3
---	---	---	---

B.Ed. 4th Semester Examination

(2054)

UNDERSTANDING THE SELF (In all Mediums)

Paper : F-4.4 (Same for USOL Candidates of 4th Sem.)

Time Allowed : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

Note :— Attempt **FIVE** questions in all, selecting **ONE** from each unit. Unit-V is compulsory. All questions carry equal marks.

UNIT-I

1. Define the Self. State the various determinants of Self. 8
2. Elaborate different techniques for development of Self-Esteem. 8

UNIT-II

3. How culture affects the formation of self-identity ? 8
4. How positive thinking plays dominant role in the process of self-development ? 8

UNIT-III

5. Discuss the influence of technology and globalization on identity formation. 8
6. Explain constructive role of education in peaceful living. 8

UNIT-IV

7. Elaborate various techniques through which self-development can be possible. 8
8. What do you mean by conflict? How interpersonal conflicts can be resolved? 8

UNIT-V

9. Write short notes on the following :
 - (i) Concept of Self-realization.
 - (ii) Enlist factors affecting self-identity.
 - (iii) Secular Identity.
 - (iv) Empathetic listening. 4×2=8

(हिन्दी माध्यम)

नोट :- सभी में से पाँच प्रश्न करें, प्रत्येक यूनिट में से एक प्रश्न का जवाब करें। यूनिट-V अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

यूनिट-I

1. स्वयं को परिभाषित करें। स्वयं के विभिन्न निर्धारक बताइये। 8
2. आत्म-सम्मान के विकास के लिए विभिन्न तकनीकों का विस्तार से वर्णन करें। 8

यूनिट-II

3. संस्कृति आत्म-पहचान के निर्माण को कैसे प्रभावित करती है? 8
4. आत्म-विकास की प्रक्रिया में सकारात्मक सोच किस प्रकार प्रमुख भूमिका निभाती है? 8

यूनिट-III

5. पहचान निर्माण पर प्रौद्योगिकी और वैश्वीकरण के प्रभाव की चर्चा करें। 8
6. शांतिपूर्ण जीवन में शिक्षा की रचनात्मक भूमिका की व्याख्या करें। 8

यूनिट-IV

7. विभिन्न तकनीकों का वर्णन करें जिनके माध्यम से आत्म-विकास संभव हो सकता है। 8
8. संघर्ष से आप क्या समझते हैं? पारस्परिक संघर्षों को कैसे सुलझाया जा सकता है? 8

यूनिट-V

9. निम्नलिखित पर संक्षिप्त नोट लिखें :-
 - (i) आत्म-बोध की अवधारणा।
 - (ii) आत्म-पहचान को प्रभावित करने वाले कारकों को सूचीबद्ध करें।
 - (iii) धर्मनिरपेक्ष पहचान।
 - (iv) सहानुभूतिपूर्वक सुनना। 4×2=8

(पंजाबी अनुवाद)

नोट :- सਾਰिकाँ ਵਿੱਚੋਂ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ, ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਯੂਨਿਟ-V ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਅੰਕ ਹਨ।

ਯੂਨਿਟ-I

1. ਸਵੈ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋ। ਸਵੈ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਿਰਣਾਇਕਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ। 8
2. ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਕਰੋ। 8

ਯੂਨਿਟ-II

3. ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਸਵੈ-ਪਛਾਣ ਦੇ ਗਠਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ? 8
4. ਸਵੈ-ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ ? 8

ਯੂਨਿਟ-III

5. ਪਛਾਣ ਬਣਾਉਣ 'ਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। 8
6. ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਉਸਾਰੂ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। 8

ਯੂਨਿਟ-IV

7. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਕਰੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਵੈ-ਵਿਕਾਸ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। 8
8. ਸੰਘਰਸ਼ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਆਪਸੀ ਖਗਤਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? 8

ਯੂਨਿਟ-V

9. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਉੱਤੇ ਸੰਖੇਪ ਨੋਟ ਲਿਖੋ :
 - (i) ਸਵੈ-ਬੋਧ ਦੀ ਧਾਰਨਾ।
 - (ii) ਸਵੈ-ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
 - (iii) ਧਰਮ ਨਿਰਪੱਖ ਪਛਾਣ।
 - (iv) ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ।4×2=8