

**DIPLOMA IN ELEMENTARY EDUCATION
(D.EL.Ed.)**

Term-End Examination

December, 2014

**BES-016 : LIFE ENRICHMENT AND SELF
DEVELOPMENT**

Time : 3 hours

Maximum Weightage : 70%

Note : (i) All the questions are compulsory.

(ii) All the questions carry equal weightage.

1. Write your answer in about **600** words.

How should a person build positive view of 'self' ? In what way positive attitude is helpful in becoming positive thinker.

OR

What do you mean by self-management ? Discuss principles of self-management with the help of examples from your life.

2. Write your answer in about **600** words.

What do you mean by 'decision making' ? Discuss the stages of 'decision making'.

OR

Discuss the concept and process of problem solving behaviour.

3. Answer **any four** of the following questions in about **150** words each.

- (a) Explain the concept of 'Self' with the help of suitable examples.
- (b) Discuss various tools for conflict analysis .
- (c) What is meant by sensitivity ? Briefly discuss the conditions of sensitivity.
- (d) What is meant by stress SWOT ? How can it be used to manage the stress ?
- (e) Discuss four major types of stresses.
- (f) Describe major approaches to deal with conflict. Support your answer with suitable examples.

4. Write your answer in about **600** words.

What is an agent of change ? As a teacher, how can you act as a catalyst of social change to harmonise life.

प्रारम्भिक शिक्षा में डिप्लोमा (डी.एल.एड.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2014

बी.ई.एस.-016 : जीवन समृद्धि तथा आत्मविकास

समय : 3 घण्टे

अधिकतम भारिता : 70%

नोट : (i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

(ii) सभी प्रश्नों की भारिता समान है।

1. निम्नलिखित प्रश्न का उत्तर लगभग 600 शब्दों में दीजिए।

एक व्यक्ति को अपने 'आत्म' के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण कैसे निर्माण करना चाहिए? सकारात्मक विचारक बनने में धनात्मक दृष्टिकोण किस प्रकार सहायक होता है?

अथवा

आत्म प्रबंधन से क्या तात्पर्य है? अपने जीवन के उदाहरणों को लेकर आत्म प्रबंधन के सिद्धांतों की चर्चा कीजिए।

2. निम्नलिखित प्रश्न का उत्तर लगभग 600 शब्दों में दीजिए।

'निर्णय लेना' से क्या तात्पर्य है? 'निर्णय लेने' के विभिन्न चरणों की चर्चा कीजिए।

अथवा

समस्या समाधान व्यवहार की संकल्पना तथा प्रक्रिया की चर्चा कीजिए।

3. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग **150** शब्दों में हो।
- 'आत्म' की संकल्पना को उचित उदाहरणों द्वारा समझाइये।
 - द्वन्द्व विश्लेषण के विभिन्न उपकरणों की चर्चा कीजिए।
 - संवेदनशीलता से क्या तात्पर्य है? संवेदनशीलता की शर्तों को संक्षेप में समझाइये।
 - तनाव स्कोट (SWOT) से क्या तात्पर्य है? यह किस प्रकार तनाव प्रबंधन में प्रयोग होता है?
 - तनावों के मुख्य चार प्रकारों की चर्चा कीजिए।
 - द्वन्द्व संबंधित मुख्य उपागमों का वर्णन कीजिए। अपने उत्तर के पक्ष में उचित उदाहरण दीजिए।

4. निम्नलिखित प्रश्न का उत्तर लगभग **600** शब्दों में दीजिए।
परिवर्तन के अभिकर्ता से क्या तात्पर्य है? एक शिक्षक के रूप में सामाजिक परिवर्तन में जीवन में तालमेल बनाये रखने के लिए आप किस प्रकार एक उत्प्रेरक का कार्य करेंगे।
-