

**BACHELOR'S PROGRAMME
(BAG)**

Term-End Examination

December, 2024

**BPCS–185 : DEVELOPING EMOTIONAL
COMPETENCY**

Time : 2 Hours

Maximum Marks : 50

Note : Answer any *five* questions, selecting at least *two* questions from each Section. All questions carry equal marks. Answer each question in about *300* words.

Section—A

1. Define emotional intelligence. Discuss various components of emotional intelligence. 3+7
2. Elucidate the meaning and importance of self-actualization. Discuss strategies to develop self-actualization. 4+6

3. Explain the nature and characteristics of emotions. Discuss the functions of emotions. 6+4
4. Elucidate the importance of assertiveness. Discuss strategies to develop assertiveness. 5+5

Section—B

5. Explain the concept of emotional competencies. Discuss the domains of emotional competencies. 2+8
6. Elucidate the meaning and importance of self-control. Discuss strategies to develop self-control. 5+5
7. Can EI be learned ? Discuss strategies related to intrapersonal aspect of emotional competence. 3+7
8. Discuss the significance of emotional awareness in oneself and in others. 10

BPCS-185

स्नातक प्रोग्राम

(बी. ए. जी.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2024

बी.पी.सी.एस.-185 : सांवेगिक सक्षमता का विकास

समय : 2 घण्टे

अधिकतम अंक : 50

नोट : किन्हीं **पाँच** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक भाग से
कम-से-कम **दो** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों
के अंक समान हैं। प्रत्येक उत्तर के लिए शब्द-सीमा
300 शब्द है।

भाग—क

1. सांवेगिक बुद्धि को परिभाषित कीजिए। सांवेगिक बुद्धि
के विभिन्न घटकों पर चर्चा कीजिए। 3+7

2. आत्म-सिद्धि का अर्थ एवं महत्व स्पष्ट कीजिए।
आत्म-सिद्धि विकसित करने की रणनीतियों पर चर्चा
कीजिए। 4+6
3. संवेगों के स्वरूप और विशेषताओं की व्याख्या कीजिए।
संवेगों के कार्यों पर चर्चा कीजिए। 6+4
4. मुखरता के महत्व पर प्रकाश डालिए। मुखरता विकसित
करने की रणनीतियों पर चर्चा कीजिए। 5+5

भाग—ख

5. सांवेगिक सक्षमताओं की अवधारणा को समझाइए।
सांवेगिक सक्षमताओं के क्षेत्रों पर चर्चा कीजिए। 2+8
6. आत्म-नियंत्रण का अर्थ एवं महत्व स्पष्ट कीजिए।
आत्म-नियंत्रण विकसित करने की रणनीतियों पर चर्चा
कीजिए। 5+5

7. क्या ई. आई. (EI) सीखी जा सकती है ? सांवेगिक सक्षमताओं के अन्तर्वैयक्तिक पारस्परिक पहलू से सम्बन्धित रणनीतियों पर चर्चा कीजिए। 3+7
8. स्वयं में और दूसरों में सांवेगिक जागरूकता के महत्व पर चर्चा कीजिए। 10

× × × × × × ×