

Reg. No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

HRDHRC 108

**Credit Based I Semester B.A. (HRD) Examination, October/November 2012
(New Syllabus) (2011-12 Batch and Onwards)
INDIVIDUAL DEVELOPMENT**

ಏಕವ್ಯಕ್ತಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ

Time : 3 Hours

Max. Marks : 100

Note : A single answer book containing 40 pages issued,
No additional sheets will be issued.

SECTION – A (15 Marks each)

(15×3=45)

Answer the following :

1. How can self-esteem be increased and preserved ?

ಸ್ವ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸಬಹುದು ?

OR/ಅಥವಾ

How to develop positive attitudes ? Explain the steps in the process of attitude improvement.

ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಬಗೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ. ಮನೋಪ್ರವೃತ್ತಿ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

2. What is self-motivation ? Explain the sources of self-motivation.

ಸ್ವ-ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದರೇನು ? ಸ್ವ-ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

OR/ಅಥವಾ

Explain causes and effects of stress.

ಒತ್ತಡದ ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

3. What are the types of communication ? Explain the barriers to communication.

ಸಂವಹನದ ವಿವಿಧ ವಿಧಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ಸಂವಹನದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

OR/ಅಥವಾ

Explain the value added qualities to work with others.

ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಗುಣಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

P.T.O.



SECTION – B

(5×6=30)

Answer any six of the following :

1. Explain the steps in the process of planning for self-improvement.
ಸ್ವ-ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
2. Explain the self regulation of emotions.
ಉದ್ವೇಗದ ಸ್ವ ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
3. What are the procedures for efficient time management ?
ಸಮರ್ಪಕ ಸಮಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
4. Explain the types of conflict.
ಸಂಘರ್ಷಣೆಯ ವಿಧಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
5. What steps should be followed when taking a problem to our supervisor ?
ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯವರ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವಾಗ ಯಾವ ಯಾವ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಬೇಕು ?
6. What are the qualities required when communicating with a customer ?
ಗ್ರಾಹಕರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಅರ್ಹತೆಗಳೇನು ?
7. Explain the various methods to control stress.
ಒತ್ತಡದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
8. Explain communication model diagrammatically.
ಸಂವಹನದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ರೇಖಾಚಿತ್ರದ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಿರಿ.

SECTION – C

(3×5=15)

Answer any five of the following :

1. What are the types of values ?
ಮೌಲ್ಯದ ವಿಧಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
2. What are the suggestions to create a positive atmosphere ?
ಧನಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
3. What are the typical phases of conflict ?
ಘರ್ಷಣೆಯ ವಿಶಿಷ್ಟ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
4. Explain the styles of communication.
ಸಂವಹನದ ಶೈಲಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.



5. What are the stress signals ?
ಒತ್ತಡದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
6. Differentiate between mentoring and counselling.
ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳೇನು ?
7. Explain the styles of leadership.
ನಾಯಕತ್ವದ ಶೈಲಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

SECTION – D

(1×10=10)

Answer the following :

1. Define Attitude.
ಮನೋಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿರಿ.
2. What is Emotion ?
ಉದ್ವೇಗ ಎಂದರೇನು ?
3. Expand I.Q. and S.Q.
ಐ.ಕ್ಯೂ. ಮತ್ತು ಎಸ್.ಕ್ಯೂ.ನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿರಿ.
4. Who is mentor ?
ಸಲಹೆಗಾರರೆಂದರೆ ಯಾರು ?
5. What is Grapevine communication ?
ಅಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಂವಹನ ಎಂದರೇನು ?
6. What is conflict ?
ಘರ್ಷಣೆ ಎಂದರೇನು ?
7. What is Empathy ?
ಅನುಭೂತಿ ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೇನು ?
8. What is internal motivation ?
ಆಂತರಿಕ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದರೇನು ?
9. What is stress ?
ಒತ್ತಡ ಎಂದರೇನು ?
10. What is self control ?
ಸ್ವ-ನಿಯಂತ್ರಣ ಎಂದರೇನು ?