

7

Reg. No.

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



HRDHRC 108

**Credit Based I Semester B.A. (HRD) Degree  
Examination, November/December 2015  
(Common to all Batches) (New Syllabus)  
INDIVIDUAL DEVELOPMENT**

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ

Time : 3 Hours

Max. Marks : 100

- Instructions :** 1) A single answer booklet containing 40 pages will be issued.  
2) No additional sheets will be issued.

**SECTION – A  
(15 marks each)**

I. Answer the following :

(15×3=45)

- 1) How to develop self esteem ? Explain in detail.

ಸ್ವಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಬಹುದು ? ಸವಿವರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿರಿ.

OR/ಅಥವಾ

What is conflict ? Explain the types and phases of conflicts.

ಸಂಘರ್ಷಣೆ ಎಂದರೇನು ? ಇದರ ವಿಧಗಳು ಮತ್ತು ಮಜಲುಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

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

ಧನಾತ್ಮಕ ಮನೋವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಬಹುದು ? ಮನೋವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

OR/ಅಥವಾ

Explain the causes and effects of stress.

ಒತ್ತಡದ ಕಾರಣಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

P.T.O.



3) What is grapevine communication ? Explain the types and barriers to communication.

'ಅಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಂವಹನ' ಎಂದರೇನು ? ಸಂವಹನದ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳು ಹಾಗೂ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

OR/ಅಥವಾ

How to understand work groups ? Explain the value added qualities to work with others.

ಕೆಲಸದ ಗುಂಪನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ? ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಗುಣಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

SECTION - B

(5 marks each)

II. Answer any six of the following :

(5×6=30)

1) Explain the sources of Motivation.

ಸ್ವ-ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

2) What are the steps in the process of planning for self improvement ?

ಸ್ವ-ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿನ ಹಂತಗಳೇನು ?

3) What are the procedures for efficient time management ?

ಸಮರ್ಪಕ ಸಮಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

4) How to avoid negative attitudes ?

ಋಣಾತ್ಮಕ ಮನೋವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು ?

5) What are the qualities required when communicating with a customers ?

ಗ್ರಾಹಕರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಅರ್ಹತೆಗಳೇನು ?

6) How to handle conflict adjustments ?

ಸಂಘರ್ಷಣೆಯ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪನೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು ?

7) Differentiate short term objectives and long term goals.

ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಧ್ಯೇಯಗಳಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರೆಯಿರಿ.

8) How to meet superiors expectation ? Explain.

ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯವರ ಹಾರೈಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಒದಗಿಸಬಹುದು ? ವಿವರಿಸಿರಿ.



SECTION – C

(3 marks each)

III. Answer **any five** of the following :

(3×5=15)

1) What are the stress signals ?

ಒತ್ತಡದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

2) Explain self regulation of emotions.

ಭಾವನೆಯ ಸ್ವ-ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

3) How to communicate with superiors ?

ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯವರ ಜೊತೆ ಹೇಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು ?

4) Differentiate mentoring and counselling.

ಸಲಹೆ ಹಾಗೂ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳೇನು ?

5) How to solve communication barriers ?

ಸಂವಹನದ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿವಾರಿಸಬಹುದು ?

6) Explain the concept IQ and EQ.

ಐ.ಕ್ಯೂ. ಮತ್ತು ಇ.ಕ್ಯೂ. ನ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

7) How to educate customers ?

ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಹೇಗೆ ಶಿಕ್ಷಿತರನ್ನಾಗಿಸಬಹುದು ?

SECTION – D

IV. Answer the following :

(1×10=10)

1) Define self-esteem.

ಸ್ವ-ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿರಿ.

2) What is Aptitude Test ?

'ಯೋಗ್ಯತಾ ಪರೀಕ್ಷೆ' ಎಂದರೇನು ?



- 3) What is orderliness ?  
'ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆ' ಎಂದರೇನು ?
  - 4) What is achievement motivation ?  
ಸಾಧನೆಯ ಅಭಿಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದರೇನು ?
  - 5) What is Simple Ego ?  
'ಸರಳ ಅಹಂ' ಎಂದರೇನು ?
  - 6) What is sense of humour ?  
'ಹಾಸ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ' ಎಂದರೇನು ?
  - 7) What is professionalism ?  
'ವೃತ್ತಿಗಾರಿಕೆ' ಎಂದರೇನು ?
  - 8) What is Empathy ?  
'ಅನುಭೂತಿ' ಎಂದರೇನು ?
  - 9) What do you mean tackfulness ?  
'ಕಾರ್ಯದಕ್ಷತೆ' ಎಂದರೇನು ?
  - 10) Write any two communication model.  
ಸಂವಹನದ ಎರಡು ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
-