

Reg. No.

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

HRDHRC 108

**Credit Based I Semester B.A. (HRD) Degree
Examination, Oct./Nov. 2016
(Common to all Batches)
INDIVIDUAL DEVELOPMENT**

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ

Time : 3 Hours

Max. Marks : 100

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

SECTION – A (15 marks each)

I. Answer the following :

(15×3=45)

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

ಸ್ವ-ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸಬಹುದು ?

OR

What are the steps in the process of planning for self improvement ? Explain the strategies to improve one self.

ಸ್ವ-ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿನ ಹಂತಗಳೇನು ? ಸ್ವ-ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

2) What is power motivation ? Explain the sources of motivation in detail.

ಅಧಿಕಾರಯುತ ಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದರೇನು ? ಪ್ರೇರಣೆಯ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸವಿವಾರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ.

OR

What are the causes for stress ? Explain the measures to overcome stress.

ಒತ್ತಡದ ಕಾರಣಗಳಾವುವು ? ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಬಗೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

3) How to meet superiors expectations ? Explain the steps to be followed when taking a problem to our supervisor.

ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯವರ ಹಾರೈಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಒದಗಿಸಬಹುದು ? ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಯವರ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವಾಗ ಅಳವಡಿಸಬೇಕಾದ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

OR

What do you mean by communication ? Explain the types of it and barriers to communication.

'ಸಂವಹನ' ಎಂದರೇನು ? ಸಂವಹನದ ಹಂತಗಳು ಹಾಗೂ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

P.T.O.



SECTION – B (5 marks each)

II. Answer any six of the following :

(5×6=30)

- 1) Explain the types of conflicts.
ಸಂಘರ್ಷಣೆಯ ವಿಧಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
- 2) What are the qualities required when communicating with a customer ?
ಗ್ರಾಹಕರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಅರ್ಹತೆಗಳೇನು ?
- 3) Explain the steps to improve attitudes.
ಮನೋವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
- 4) What are the tips for efficient time management ?
ಸಮರ್ಪಕ ಸಮಯ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
- 5) Differentiate mentoring and counselling.
ಸಲಹೆ ಹಾಗೂ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳೇನು ?
- 6) What are the value added qualities required when work with others ?
ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಕಾಗುವ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಗುಣಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
- 7) Explain the self regulation of emotions.
ಮನೋಭಾವನೆಯ ಸ್ವ-ನಿಯಂತ್ರಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
- 8) Explain the communication model.
ಸಂವಹನದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

SECTION – C (3 marks each)

III. Answer any five of the following :

(3×5=15)

- 1) What are the stress symptoms on our body ?
ಒತ್ತಡದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ ?
- 2) Give suggestions to develop sense of humour.
ಹಾಸ್ಯಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಿ.
- 3) How to understand work groups ?
ಕೆಲಸದ ಗುಂಪನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ?
- 4) Differentiate short-term objectives and long-term goals.
ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಧ್ಯೇಯಗಳಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರೆಯಿರಿ.



5) What are the suggestions to create a positive atmosphere ?

ಧನಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

6) What are the phases of conflicts ?

ಸಂಘರ್ಷದ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

7) Explain the concepts IQ and EQ.

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

SECTION – D (1 mark each)

IV. Answer the following :

(1×10=10)

1) Define self-esteem.

ಸ್ವ-ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿರಿ.

2) What is grapevine communication ?

'ಅಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಂವಹನ' ಎಂದರೇನು ?

3) What is 'attitude' ?

'ಮನೋವೃತ್ತಿ' ಎಂದರೇನು ?

4) What is sympathy ?

ಸಹಾನುಭೂತಿ ಎಂದರೇನು ?

5) Who is leader ?

ನಾಯಕ ಎಂದರೆ ಯಾರು ?

6) What do you mean by conflict ?

ಸಂಘರ್ಷ ಎಂದರೇನು ?

7) What is interest testing ?

ಆಸಕ್ತಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಎಂದರೇನು ?

8) What is resource management ?

ಸಂಪನ್ಮೂಲದ ನಿರ್ವಹಣೆ ಎಂದರೇನು ?

9) What is achievement motivation ?

ಸಾಧನಾ ಪ್ರೇರಣೆ ಎಂದರೇನು ?

10) What is professionalism ?

'ವೃತ್ತಿಗಾರಿಕೆ' ಎಂದರೇನು ?