

2024

UNDERSTANDING THE SELF

Course : 1.4 (EPC - 4)

Full Marks : 50

*Candidates are required to give their answers in their own words
as far as practicable.*

প্রান্তলিখিত সংখ্যাগুলি পূর্ণমান নির্দেশক।

১। যে-কোনো দশটি প্রশ্নের উত্তর দিন (প্রতিটি ৫০ শব্দের মধ্যে) :

২×১০

- (ক) আত্মবোধের বৈশিষ্ট্যগুলি লিখুন।
- (খ) Self-schema কী?
- (গ) আত্মমর্যাদা বলতে কী বোঝায়?
- (ঘ) উচ্চ আত্মমর্যাদাসম্পন্ন ব্যক্তির দুটি বৈশিষ্ট্য লিখুন।
- (ঙ) ব্যক্তিসত্তার সংজ্ঞা কী?
- (চ) উত্তম ব্যক্তিসত্তার গুণাবলি কী?
- (ছ) আত্মঃব্যক্তিসত্তাভিত্তিক আচরণ বলতে কী বোঝায়?
- (জ) প্রাক্ক্ষোভিক বুদ্ধি বলতে কী বোঝায়?
- (ঝ) IQ কাকে বলে?
- (ঞ) আত্মঃব্যক্তিসত্তাভিত্তিক আচরণের গুরুত্ব লিখুন।
- (ট) মৌলিক আত্মবোধ কাকে বলে?
- (ঠ) প্রাক্ক্ষোভিক বুদ্ধির উপাদানসমূহ লিখুন।
- (ড) আত্ম-সচেতনতা কী?
- (ঢ) EQ এবং SQ কী?

২। যে-কোনো ছয়টি প্রশ্নের উত্তর দিন (প্রতিটি ৭৫-১০০ শব্দের মধ্যে) :

৫×৬

- (ক) আত্মবোধের উপাদানসমূহের সংক্ষিপ্ত বিবরণ দিন।
- (খ) ব্যক্তিজীবনে ধনাত্মক ও ঋণাত্মক অহংবোধের প্রভাব উল্লেখ করুন।
- (গ) আত্মমর্যাদাবোধের গুরুত্ব লিখুন।
- (ঘ) আত্মমর্যাদাবোধ তৈরিতে শিক্ষক ও অভিভাবকদের ভূমিকা সম্পর্কে লিখুন।
- (ঙ) ব্যক্তিসত্তা বিকাশের কৌশলগুলি লিখুন।
- (চ) ব্যক্তিসত্তার প্রভাবগুলি আলোচনা করুন।

Please Turn Over

- (ছ) আন্তঃব্যক্তিসত্তামূলক আচরণের প্রয়োজনীয়তা আলোচনা করুন।
(জ) আন্তঃব্যক্তিসত্তাভিত্তিক সম্পর্ক তৈরির কৌশলগুলি ব্যাখ্যা করুন।
(ঝ) ব্যক্তিগত জীবন বিকাশে প্রাক্শোভিক বুদ্ধির ভূমিকা লিখুন।
(ঞ) ইতিবাচক আচরণের কৌশলগুলি আলোচনা করুন।

[English Version]

The figures in the margin indicate full marks.

1. Answer **any ten** questions (within **50** words each):

2×10

- (a) Mention the characteristics of self concept.
(b) What is self-schema?
(c) What is meant by self-esteem?
(d) Write two characteristics of individuals having high self-esteem.
(e) Define personality.
(f) What are the attributes of good personality?
(g) What is meant by interpersonal behaviour?
(h) What is meant by emotional intelligence?
(i) What is called as IQ?
(j) Write the importance of interpersonal behaviour.
(k) What is basic self-concept?
(l) Write the components of emotional intelligence.
(m) What is self-awareness?
(n) What are EQ and SQ?

2. Answer **any six** questions (within **75-100** words each):

5×6

- (a) Describe the components of self-concept.
(b) Mention the impact of positive and negative self-concept in individuals life.
(c) Write the importance of Self-Esteem.
(d) Write the role of teachers and parents in development of Self Esteem.
(e) Write the strategies for personality development.
(f) Discuss the factors that affect personality development.
(g) Discuss the need of interpersonal behaviours.
(h) Describe the strategies of development interpersonal relationship.
(i) Write the role of emotional intelligence in the development of personal life.
(j) Discuss the strategies of positive behaviour.