

2. How does the 'Mixed model of Emotional Intelligence' contribute to our understanding of social competence ? Discuss. 10

“भावनात्मक बुद्धिमत्ता का मिश्रित मॉडल सामाजिक क्षमता की हमारी समझ में किस प्रकार योगदान देता है ?” चर्चा कीजिए।

3. How do teamwork and collaboration facilitate our social competence ? Discuss. 10

टीमवर्क और सहयोग हमारी सामाजिक क्षमता को कैसे सुराग बनाते हैं ? चर्चा कीजिए।

4. Define emotional intelligence and discuss its components. 10

भावनात्मक बुद्धिमत्ता को परिभाषित कीजिए और इसके घटकों पर चर्चा कीजिए।

5. 'Dealing with conflicts constructively is an important dimension of emotional intelligence'. Comment, 10

‘संघर्षों से रचनात्मक ढंग से निपटना भावनात्मक बुद्धिमत्ता का एक महत्वपूर्ण आयाम है।’ टिप्पणी कीजिए।

\*\*\*

[This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No. : .....

Sl. No. of Q. Paper : 12039-A I

Unique Paper Code : 6967000005

Name of the Paper : Emotional Intelligence

Name of the Course : Value Addition Course

Semester : 1/3

Time : 2.30 Hours

Maximum Marks : 70

PART-A = 30 + PART-B = 40

Part - A

भाग - अ

Instructions for Candidates :

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.

इस प्रश्न-पत्र के प्राप्त होने पर तुरंत शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।

- (b) Answer may be written either in **English** or in **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.

इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तर एक ही भाषा में होने चाहिए।

- (c) Question No. 1 is compulsory.  
पहला प्रश्न अनिवार्य है।
- (d) Answer any **two** questions from question nos. 2 to 4.  
प्रश्न संख्या 2 से 4 तक किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लिखिए।
- (d) **All** questions carry equal marks.  
सभी प्रश्नों के अंक समान है।

1. Write short notes on any **two** of the following :  
5,5

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :

- (a) Anger Management  
क्रोध प्रबंधन
- (b) Effective Communication  
प्रभावी संचार
- (c) Stress Management  
तनाव प्रबंधन

2. Describe the experience of anger as an emotion with reference to its physical and psychological manifestation. Provide an effective technique for anger management. 5,5

क्रोध के अनुभव को उसकी शारीरिक और मनोवैज्ञानिक अभिव्यक्ति के संदर्भ में एक भावना के रूप में वर्णित कीजिए। क्रोध प्रबंधन के लिए एक प्रभावी तकनीक बताइए।

3. Elaborate the features of Daniel Goleman's Model of Emotional intelligence. 10  
डैनियल गोलेमैन के मॉडल ऑफ इमोशनल इंटेलिजेंस की विशेषताओं को विस्तृत कीजिए।
4. Discuss various coping resources for effective stress management. 10  
प्रभावी तनाव प्रबंधन के लिए विभिन्न मुकाबला संसाधनों पर चर्चा कीजिए।

**Part - B**

भाग - ब

**Instructions for Candidates :**

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) Answer any **four** Questions.  
किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

- (b) Each question carries **10** marks.  
प्रत्येक प्रश्न **10** अंक का है।

1. Explain the importance of Self – awareness in Emotional Intelligence. Provide examples. 10  
भावनात्मक बुद्धिमत्ता में आत्म-जागरूकता के महत्व को समझाइए। उदाहरण दीजिए।