



**S-103003**

Seat No. \_\_\_\_\_

**B. Ed. (Sem. III) Examination**

**November / December – 2020**

**BED1C303 : Understanding Self**  
(New Course)

Time : 1.5 Hours]

[Total Marks : 35

- સૂચના : (1) પ્રશ્ન નં. 1 થી 4 પૈકી ગમે તે બે પ્રશ્નોના ઉત્તર આપવાના રહેશે.  
દરેક પ્રશ્નોના ગુણ 14 રહેશે.
- (2) પ્રશ્ન નં. 5 ફરજિયાત છે. જેના ગુણ 7 રહેશે.

- ૧ નીચે આપેલ ત્રણ પૈકી બે પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો.
૧. ભારતીય દર્શનશાસ્ત્ર પ્રમાણે 'સ્વ'ના સ્તરોની સમજણ આપો.
  ૨. સ્વ સભાનતાના છ તબક્કાઓ વર્ણવો.
  ૩. અબ્રાહમ મેસ્લોનો જરૂરિયાતનો સિદ્ધાંત સ્પષ્ટ કરો.
- ૨ નીચે આપેલ ત્રણ પૈકી બે પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો.
૧. સ્વ વિકાસમાં શાળા અને સમાજની ભૂમિકા સમજાવો.
  ૨. સંવેદનની તાલીમ એટલે શું ? તેનું મહત્વ સમજાવો.
  ૩. વ્યક્તિત્વની સંકલ્પના સમજાવી સારા વ્યક્તિત્વનાં લક્ષણો વર્ણવો.
- ૩ નીચે આપેલ ત્રણ પૈકી બે પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો.
૧. અનુકૂળન એટલે શું ? પરાનુકૂળનનાં કારણોની ચર્ચા કરો.
  ૨. સંઘર્ષના વિવિધ પ્રકારો જણાવી સંઘર્ષ નિવારણના ઉપાયો ચર્ચો.
  ૩. સ્વ-વ્યવસ્થાપનનો અર્થ આપી સ્વ-વ્યવસ્થાપન માટેના ઉપાયો સૂચવો.
- ૪ નીચે આપેલ ત્રણ પૈકી બે પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો.
૧. બીબાઢાળ ઓળખની વ્યક્તિના જીવન પર થતી અસરો સમજાવો.
  ૨. વિધાયક સ્વ-વિકાસમાં શિક્ષકની ભૂમિકા જણાવો.
  ૩. પતંજલિ યોગનાં આઠ અંગો જણાવી અંતરંગ યોગની સમાજ આપો.
- ૫ આપેલ પ્રશ્નોના માંગ્યા મુજબ જવાબ આપો. બધા જ ફરજિયાત)
૧. બીબાઢાળ ઓળખ એટલે શું ?
  ૨. સ્વની સમજના કોઈપણ બે ફાયદા જણાવો.
  ૩. સ્વ સંકલ્પના એટલે શું ?
  ૪. વિશ્વ યોગ દિવસની ઉજવણીની શરૂઆત ક્યારથી થઈ છે ?

૫. ભાવાત્મક સ્વ એટલે શું ?  
 ૬. બુદ્ધિની કોઈ એક વ્યાખ્યા આપો.  
 ૭. ઓળખની કટોકટીનો સૌ પ્રથમ ખ્યાલ કોણે આપ્યો ?

## ENGLISH VERSION

**Instructions :** (1) Answer any two questions from Q. Nos. 1 to 4.  
 Each question carries 14 marks.  
 (2) Q. No. 5 is compulsory. It carries 7 marks.

- 1 Answer any two of the following.
  1. Explain the phases of 'self' according Indian philosophy.
  2. Describe six stages of self-awareness.
  3. Clarify Abraham Maslow's theory of need.
- 2 Answer any two of the following.
  1. Explain the role of school and society in self-development.
  2. What is sensitivity training ? Explain its importance.
  3. Explain the concept of personality and discuss the characteristics of good personality. <https://www.sggonline.com>
- 3 Answer any two of the following.
  1. What is adjustment ? Discuss the reasons of maladjustment.
  2. Mention various types of conflicts and discuss remedies of conflict prevention.
  3. Give the meaning of self-management and suggest measures for self-management.
- 4 Answer any two of the following.
  1. Explain the effects of stereotype identity on life of a person.
  2. Mention the role of teacher on positive self-development.
  3. Mention eight steps of Patanjali's yoga and explain internal yoga.
- 5 Answer the following questions. (All are compulsory)
  1. What is stereotype identity ?
  2. Mention any two benefits of self-understanding.
  3. What is self-concept ?
  4. When has the celebration of World Yoga Day started ?
  5. What is emotional self ?
  6. Give any one definition of intelligence.
  7. Who gave concept of identity-crisis for the first time ?