

2025

## 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.*

প্রাত্তিলিপিত সংখ্যাগুলি পূর্ণমান নির্দেশক।

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

২×১০

- (ক) 'আত্মবোধ'-এর ধারণাকে 'জ্ঞানমূলক' বলা হয় কেন?
- (খ) অহংবোধ বা আত্মবোধ কাকে বলে?
- (গ) সামাজিক অহংবোধ বলতে কী বোঝায়?
- (ঘ) উচ্চ আত্মর্যাদাসম্পন্ন ব্যক্তির দুটি বৈশিষ্ট্য লিখুন।
- (ঙ) আত্মর্যাদা ও আত্মবোধ কীভাবে সম্পর্কিত?
- (চ) 'আদর্শসন্তা'-র সংজ্ঞা দিন।
- (ছ) ব্যক্তিসন্তার যে-কোনো দুটি গুরুত্বপূর্ণ প্রভাবকের নাম উল্লেখ করুন।
- (জ) ব্যক্তিত্বের বিকাশ কী?
- (ঝ) EQ এবং SQ কী?
- (ঝঃ) প্রাক্ষোভিক বৃদ্ধির উপাদানসমূহ লিখুন।
- (ট) আন্তঃব্যক্তিসন্তাভিত্তিক আচরণ বলতে কী বোঝায়?
- (ঠ) আত্মসচেতনতা কাকে বলে?
- (ড) আন্তঃব্যক্তিসন্তাভিত্তিক আচরণের দুটি গুরুত্ব লিখুন।

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

৫×৬

- (ক) ধনাত্মক আত্মবোধ কীভাবে ব্যক্তির সর্বাঙ্গীণ বিকাশের পথ সুগম করে আলোচনা করুন।
- (খ) কোনো একজন ব্যক্তির জীবনে আত্মর্যাদাবোধ কীভাবে বৃদ্ধি করা যায়?
- (গ) ছাত্র-ছাত্রীদের ব্যক্তিত্বের বিকাশের জন্য যে বিভিন্ন ধরনের কৌশল আপনি গ্রহণ করবেন, তা বিবৃত করুন।
- (ঘ) যে-কোনো দু'ধরনের ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্যগুলি লিখুন।
- (ঙ) আন্তঃব্যক্তিসন্তাভিত্তিক সম্পর্ক কীভাবে ব্যক্তিগত ও পেশাগত জীবনকে প্রভাবিত করে আলোচনা করুন।

Please Turn Over

(চ) পেশাগত জীবন বিকাশে প্রাক্ষেতিক বুদ্ধির ভূমিকা লিখুন।

(ছ) ইতিবাচক আচরণ বিকাশের কৌশলগুলি ব্যাখ্যা করুন।

(জ) আন্তঃব্যক্তিসন্তানিক সম্পর্ক তৈরির যে-কোনো চারটি কৌশল লিখুন।

(ঝ) আত্মমর্যাদাকে মূল্যায়নভিত্তিক কেন বলা হয়?

(ঞ্জ) আত্মবোধ বিকাশে পিতামাতা এবং শিক্ষকের ভূমিকা সম্পর্কে লিখুন।

**[ English Version ]**

*The figures in the margin indicate full marks.*

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

**2×10**

(a) Why is 'self-concept' called a 'Cognitive' process?

(b) What is Self-concept?

(c) What do you mean by Social Self-concept?

(d) Write two characteristics of high self-esteem individual.

(e) How self-esteem and self-concept are interrelated?

(f) Define an 'Ideal Self'.

(g) Mention any two important factors that affect individual personality.

(h) What is personality development?

(i) What are EQ and SQ?

(j) Write the components of emotional intelligence.

(k) What is meant by interpersonal behaviour?

(l) What is self-awareness?

(m) Write two importances of interpersonal behaviour.

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

**5×6**

(a) How does positive self-concept facilitate holistic development of individuals?

(b) How can self-esteem be increased in an individual's life?

(c) Describe different strategies that can be adopted to develop the personality of students.

(d) Write down the features of any two types of personality.

(e) Discuss how interpersonal relationship influences the personal and professional life of an individual.

(f) Write the role of emotional intelligence in the development of professional life.

( 3 )

**Ed.(B)-4th Sm.-Understanding the self-1.4 (EPC-4)**

- (g) Describe the strategies for developing positive behaviour.
- (h) Write any four strategies for development of interpersonal relationship.
- (i) Why is self-esteem called an evaluative process?
- (j) Write the role of parents and teachers in the development of self-concept.

---