

Dr. Babasaheb Ambedkar Open University, Ahmedabad

Term-End Examination : January-2026

Course Name : BAHONS

Subject Name : જીવન કૌશલ્ય માટેનું શિક્ષણ

Subject Code : ELS-AEC-204-I

Date : 24-02-2026

Time : 03:00PM TO 04:00PM

Max Marks : 35

પ્રશ્ન-1. નીચેનામાંથી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો જવાબ આપો.

(14)

- (1) પ્રેરણા એટલે શું? પ્રેરણા પ્રક્રિયાના ત્રણ તબક્કાઓ જણાવી, પ્રેરણા માટેના તર્કો જણાવો.
- (2) પ્રત્યાયનમાં ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો વિગતવાર સમજાવો.

પ્રશ્ન-2. ટૂંકનોંધ લખો (કોઈપણ બે)

(14)

- (1) લક્ષ્યના પ્રકારો
- (2) શારીરિક હાવભાવ સુધારવા માટેના ઉપાયો
- (3) જાહેર વસ્તવ્ય- ઐતિહાસિક પરિપ્રેક્ષ્ય
- (4) રજૂઆત કૌશલ્યના મુખ્ય તત્ત્વો

પ્રશ્ન-3. સાચો વિકલ્પ પસંદ કરો.

(7)

(1) આત્મવિશ્વાસુ વ્યક્તિઓ સમસ્યાનો કેવો સામનો કરે છે?

- A) સમસ્યાથી દૂર ભાગે છે
- B) બીજાને દોષ આપે છે
- C) સીધો સામનો કરે છે
- D) ચિંતા કરે છે

(2) આત્મસન્માન એટલે શું?

- A) પોતાની તુલના બીજાઓ સાથે કરવી
- B) પોતાની જાત વિશેની હકારાત્મક અનુભૂતિ
- C) બીજાની પ્રશંસા કરવી
- D) સમાજમાં સ્થાન મેળવવું

(3) કોણે 1892 માં આત્મસન્માન વિશે લેખો લખ્યા?

- A) સિગ્મન્ડ ફ્રોઇડ
- B) જોન ડ્યુઈ
- C) વિલિયમ જેમ્સ
- D) કાર્લ રોજર્સ

(4) વિલિયમ જેમ્સે આત્મસન્માનને કયા બે ભાગમાં વહેંચ્યું છે?

- A) માનસિક અને શારીરિક
- B) વ્યક્તિગત અને સામાજિક
- C) હું અને મારું
- D) આંતરિક અને બાહ્ય

(5) બાળજીવનના પ્રારંભિક વર્ષોમાં આત્મસન્માન પર નોંધપાત્ર પ્રભાવ કોણ ધરાવે છે?

- A) શિક્ષક
- B) મિત્રો
- C) માતા-પિતા
- D) સમાજ

(6) કોના સિદ્ધાંત મુજબ જીવનમાં પ્રાથમિક જરૂરિયાત સંતોષાયા પછી ભાવનાત્મક જરૂરિયાતોનું પ્રાધાન્ય રહે છે?

- A) પિયાઝે
- B) મેસ્લો
- C) સ્કિનર
- D) એરિક્સન

(7) પ્રેરણાની પ્રક્રિયાના કેટલા તબક્કાઓ છે?

- A) બે
- B) ત્રણ
- C) ચાર
- D) પાંચ
