

Assignment

Subject :-Understanding the Self (B.Ed 2023-25 4th semester)

1) ਸਵੈ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈਸਵੈ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

What do you mean by self ? Explain the Development of self.(Roll number 2301-2310)

2) ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਅਰਥ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ/ਦੰਗਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

Self Esteem:- Concept,techniques for Development of self Esteem.(Roll number 2311-2320)

3) ਸਵੈ ਅਨੁਭਵ ਕੀ ਹੈ ਇਸਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

What is the Self Realisation? Explain it's importance.(Roll number2321-30)

4) ਸਵੈ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਕਰਾਤਮਿਕ ਸੋਚ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ

Role of positive thinking in self Development?(Roll number 2331-40)

5) ਪਰਿਵਾਰ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ,ਲਿੰਗ, ਧਰਮ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸਵੈ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

How family, Culture, Gender, Religion and language affect Self-identity.(Roll number2341-50)

6) ਆਪਣੇ ਸਵੈ ਦੁਆਰਾ ਸਮਾਜ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

Role of Individual self in development of the Society.(Roll number 2351-60)

7) ਸਵੈ ਪਛਾਣ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ਸਵੈ ਪਛਾਣ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ।

What is the identity formation? What is role of school as process Identity Formation.(Roll number 2361-70)

8) ਸ਼ਾਂਤੀਪੂਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੱਲ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

Discribe the constructive Role of Education in Moving Towards peaceful living.(Roll number 2371-80)

9) ਸਵੈ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਰਾਹੀਂ ਸਵੈ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Why is self development important? How to develop self through meditation and yoga practice.(Roll number 2381-90)

10) ਹਮਦਰਦੀ ਪੂਰਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੱਸੋ।

What is mean by Emphatic Listening Explain the principals of Emphatic Listening.(Roll number 2391-2400)

ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਰੋਲ ਨੰਬਰ ਅਨੁਸਾਰ Assignment ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ 21/02/2025 ਤੱਕ ਚੈਕ ਕਰਵਾਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ।