

**தமிழ்நாடு திறந்தநிலைப் பல்கலைக்கழகம்**  
**தொடர்கல்விக்கான பள்ளி**

பயிற்சித்திட்டம் (Assignments) – AY 2018-2019 & CY 2019  
**(LCS) Life Coping Skills, வாழ்க்கையை நிர்வகிக்கும் திறமைகள் &**  
**(CNS) Communication Skills**

**குறிப்பு:** மாணவர்கள் 3 மணி நேரத்தில் விடை எழுத வேண்டும். சிறு வினாக்களுக்கு 75 வார்த்தைகளும், பெரு வினாக்களுக்கு 150 வார்த்தைகளும் விடை இருக்க வேண்டும். சிறு வினாவிற்கு 5 மதிப்பெண்கள், பெரு வினாவிற்கு 10 மதிப்பெண்கள்.

**LCS: Life Coping Skills, வாழ்க்கையை நிர்வகிக்கும் திறமைகள்** (25-மதிப்பெண்கள்)

**சிறுவினா :** 1. State the factors that influence the self esteem.  
சுய கௌரவத்தை தாக்கும் காரணிகளை எழுதுக.

2. List the steps of decision making process.  
முடிவு எடுத்தலுக்கான செயல்முறை படிநிலைகளை பட்டியலிடுக.

3. What are the symptoms of Depression?  
மனப்பதற்றத்தின் அறிகுறிகள் யாவை?

**பெருவினா:** 1. Explain in detail about career guidame and it components  
தொழில் வழிகாட்டுதல் மற்றும் அதன் கூறுகள் பற்றி விரிவாக விவரி.

**CNS: Communication Skills** (25-மதிப்பெண்கள்)

**சிறுவினா :** 1. What is effective Communication?

2. Write about the elements of effective public specking

3. Write a letter to your grandmother, thanking her for the birthday gift.

**பெருவினா:** 1. Explain about the important parameters of Group Discussion.