

ST. JOSEPH'S COLLEGE, MOOLAMATTOM

ARAKULAM P.O- 685591, IDUKKI, KERALA



2.3.1 Student centric methods, such as experiential learning, participative learning and problem-solving methodologies are used for enhancing learning experiences and teachers use ICT-enabled tools including online resources for effective teaching and learning process

SURVEY





SL. NO.	DEPARTMENT	PROGRAMME	COURSE	COURSE CODE	TOPIC	COURSE TEACHER
1	Social Work	M.S.W.	Social work research and statistics	SW2C5	Statistics	Dr. Justin Joseph

Survey is a learning method which provides in-depth knowledge and experience of the authentic situation exemplifying social contexts and diverse metrics. Surveys are the part of community interaction and inevitable part of social work practice with individuals as well as with communities. In MSW programme it is included as a subject in the title *Social Work Practice with Communities* (SW010105). It is facilitated by Mr. Manu Kurian. Surveys, data collection, data analysis, assessment and planning solutions regarding social issues are the highlights of this subject.

Survey on Parents' Attitudes towards the College

Date: 18/07/2018

Participants: 152 Parents

Organizers: Department of Social Work

The survey was conducted by the department of social work among the parents of the students of our college on 18/07/2018. The survey was conducted following all the methods of a scientific research. Around 252 parents were participated in the survey.

Expected Outcome:

To understand the attitude of parents on the college and its undertakings

To improve the proficiency of college based on the result of the survey



Report of the survey

The report presents the findings from a survey conducted at St Joseph's College Moolamattom, focusing on the perspectives of parents with first-year degree students. The survey aimed to gain insights into various aspects of the college experience, including course preferences, expectations from the institution, and perceptions of its strengths and weaknesses.

1. Course Selection-In which course your son, daughter/relative has joined: Among the nine available courses, a significant majority of parents (23.6%) indicated that their child had joined the B.Com Computer course.

2. Valued Aspects-Things you value the most while enrolling your child in this college: When asked about the qualities they valued the most in the college for raising their child, the highest percentage (44.8%) of parents expressed that a disciplined campus environment was paramount.

3. Overall Opinion-What is your opinion about this college: Impressively, 44.3% of the respondents held a very favourable opinion of the college, categorizing it as "very good."

4. Study Expectations-What you expect from the study here: Nearly 40% of parents anticipated that their child's study experience in the college would contribute to the development of a good personality.

5. Extracurricular Expectations-What you expect from extracurricular activities:

An overwhelming 45.3% of parents anticipated that the college's extracurricular activities would involve interventions in society, reflecting a strong inclination towards community engagement.

6. Improvement Suggestions-Your suggestions for further improvement of this college: 37.9% of parents suggested the inclusion of more extracurricular activities as a means to enhance the overall college experience.

7. Parent-School Relationship -What do you expect from the parent school relationship: A significant proportion (44.8%) of parents expressed a preference for telephonic contact from parents as their expected form of engagement with the school.



8. College Advantage-The biggest advantage of the college: 38.9% of parents recognized the disciplined academic environment as the most significant advantage of the college.

9. Teacher Expectations-What you expect from the teachers: An impressive 43.8% of parents expected teachers to actively communicate students' successes and failures to parents.

10. Anxiety Levels -Are you interested in sending your child to this college: A reassuring 47.3% of parents indicated that they felt no anxiety about sending their child to this college.

11. Decision-Maker -Who has chosen this college for higher studies: -Notably, 50.2% of parents revealed that it was the student themselves who chose this college for their higher studies.

12. Reasons for Choice-Reason for choosing this college: A substantial 50.7% of parents cited the college's disciplined environment as the driving force behind their choice.

13. Staff Behaviour- Teaching and non-teaching staff of this college: Impressively, 78.3% of parents held a positive view of both the teaching and non-teaching staff, indicating a favourable perception of their behaviour.

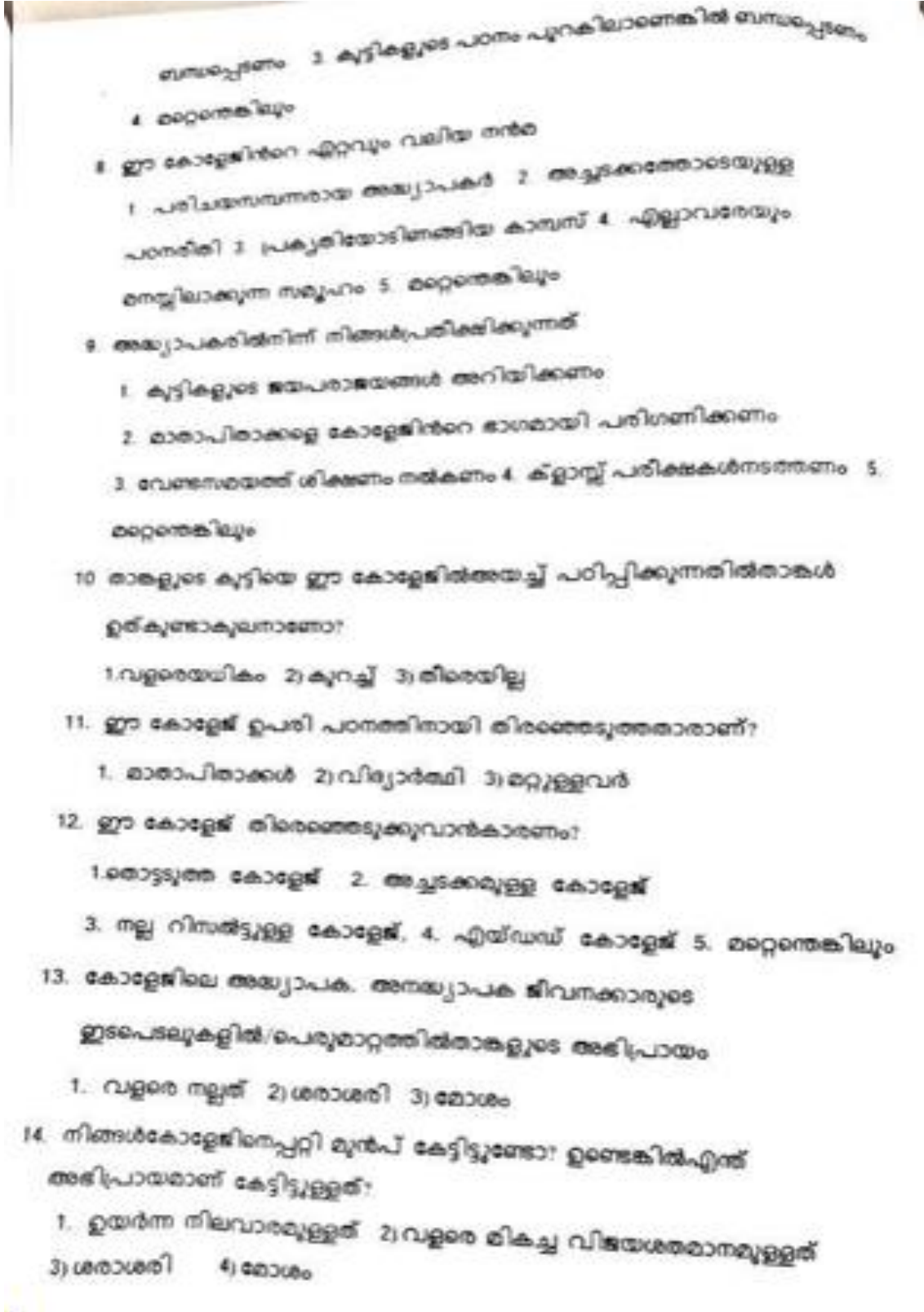
14. College Reputation-Have you heard of college before: An impressive 70.9% of parents had heard of the college before the survey and attributed an excellent standard to it based on the feedback they had received.

In conclusion, the survey presents a clear picture of the sentiments and preferences of parents of first-year degree students at St Joseph's College Moolamattom. The college is appreciated for its disciplined campus, extracurricular interventions in society, and strong parent-school relationship. The institution's academic environment and staff behaviour were particularly well-regarded. The findings provide valuable insights that can guide the college in enhancing its strengths and addressing areas for improvement to deliver a more fulfilling college experience for both students and parents.



Tool used for data collection

- St. Josephs College Moolamattom - Department of social work
- പ്രവർത്തനങ്ങൾ - മനോവർഷ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ കൈകർത്താക്കൾ
1. എൻ കോഴ്സിനാൻ താങ്കളുടെ കൺ/കൾ ബന്ധു ചേർന്നത്
 - 1) B.Sc. Chemistry 2) B.Sc. Physics 3) B.Sc. Maths. 4) B.A. Economics
 - 5) B.A. English 6) BSM 7) BBA 8) B.Com Computer 9) B.Com Tax
 2. ഈ കോളേജിൽ കൂട്ടിയ ചേർക്കുമ്പോൾ താങ്കൾ ഏറ്റവും വിലമതിക്കുന്നത്
 1. പഠനത്തി 2. അച്ചടക്കമുള്ള കമ്പസ് 3. നല്ല അധ്യാപകർ
 4. പാഠ്യതര പ്രവർത്തനങ്ങൾ 5) മറ്റേതെങ്കിലും
 3. ഈ കോളേജിനെ കുറിച്ചുള്ള താങ്കളുടെ അഭിപ്രായം
 1. വളരെ വളരെ നല്ല കലാലയം 2. വളരെ നല്ല കലാലയം
 3. നല്ല കലാലയം 4. കൃഷ്ടമില്ലാത്ത കലാലയം
 4. ഇവിടുത്തെ പഠനത്തിൽനിന്നും താങ്കൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്
 1. നല്ല വ്യക്തിത്വം 2. നല്ല ജോലി 3. അറിവുള്ള വ്യക്തി
 4. ജീവിത വിജയം 5. മറ്റേതെങ്കിലും
 5. പാഠ്യതര പ്രവർത്തനങ്ങളിൽനിന്ന് താങ്കൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്
 1. NSS, NCC, പാലിയോറ്റീവ് കെയർ ത്യാജിയവ 2. സമൂഹത്തിലുള്ള മറ്റ് ഇടപെടലുകൾ 3. സ്റ്റുഡി ടൂർ 4. അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റീവ് 5. മറ്റേതെങ്കിലും
 6. ഈ കോളേജിനെ കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ താങ്കളുടെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ
 1. പാഠ്യതര പ്രവർത്തനങ്ങൾ കൂടുതൽ വേണം 2. പരിചയസമ്പന്നരായ അധ്യാപകർ വേണം 3. കൂട്ടിയ വ്യക്തിപരമായി പരിഗണിക്കണം
 4. സവിശേഷ വിദ്യാഭ്യാസ സംവിധാനം വേണം 5. മറ്റേതെങ്കിലും
 7. നക്ഷകർമ്മ-കലാലയബന്ധം നിങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്
 1. അധ്യാപകർ താതാപിതാക്കളെ ഫോൺ വഴി ബന്ധപ്പെടണം
 2. താതാപിതാക്കൾ അധ്യാപകരെ ഇടയ്ക്കിടെ ഫോൺ/നേരിൽ





The translation of the above given survey questionnaire is given below.

St. Joseph's College, Moolamattam, Department of Social work

Collection of information from the Parents of 1 year students

1. Which course your Son/daughters/relative joined in this college ?

1. BSc Chemistry 2) BSc Physics 3) BSc Maths
- 4) B.A. Economics 5) BA. English 6) BBM
- 7) BBA 8) B. Com Computer a) B Com Tax

2. Which thing you given value, when your Child joined here

- 1) Method of Teaching 2) Disciplined Campus
- 3) Excellent teachers 4) Co-curricular activities 5) Others if any

3. Opinion about this college

- 1) Very Very good college 2) very good College
- 3) Good College 4) Average College

4. What is your expectation from the Teaching of this college

- 1) Good personality 2) Attractive Job
- 3) Individual with knowledge, 4) Success life 5) Any others

5. What is your expectation from the co-curricular activities?

- 1) NSS NCC, Palliative Car, 2) Other Interventions in the communities
- 3) Study Tour 4) Assignment 5) Any Other

6. Your suggestion for the improvement of the college

- 1) Need more co-curricular activities 2) Experienced teachers
- 3) Need more student central approach 4) Special Educational coaching
- 5) Any Other

7. Your expectations from the parent-teacher relationship?

- 1) Teacher should contact students through phone
- 2) Parents should contact teachers through phone
- 3) Contact parents if the students below academic level
- 4) Any Other

8. What is the greatest goodness of this college

- 1) Experienced teachers 2) Disciplined teaching style
- 3) Native friendly Campus 4) Community with understanding all
- 5) Any Other

9. What is your expectations from the teaches?

- 1) Inform the success and failure of the students. 2) Consider parents as the part of the college
- 3) Provide guidance when needed 4) Organic class tests 5). Any others

10. Do you have any anxiety to join your child in this college

- 1) Very much 2) little 3) Nothing special



ST. JOSEPH'S COLLEGE

M O O L A M A T T O M

ARAKULAM P.O- 685591
IDUKKI, KERALA
stjosephscollegemoolamattom.ac.in

11. Who selected this college for the higher education of your child

1) Parents 2) Student 3) Any others

12. Why you choose this college of the study of your child

1) Nearest college 3) disciplined college
3) College having good results 4) Aided College 5) Any other

13. Your opinion regarding the behaviour of the teachers and non-teaching faculties

1) Very good 2) Average 3) Bad

14. Do you heard about this college before? If yes what was the opinion

1) higher level quality 2) Good success rate 3) Average 4) Bad



Survey on “The effectiveness of VOSARD’s Intervention on its Beneficiaries”

Date: 14/12/2021 – 17/12/2021

Participants: 200

Organizers: Department of social work



Collecting data form beneficiaries

Expected outcome:

To assess the impact of VOSARD’S interventions in its communities

Survey Report

This report presents the findings of a survey conducted to assess the effectiveness of VOSARD (Voluntary Organisation for Social Action and Rural Development) on its beneficiaries, with a specific focus on senior citizens, disabled people, and farmers. VOSARD is a non-profit organization that aims to improve the quality of life for vulnerable populations through various support programs. The survey aimed to gather information on the impact of VOSARD's initiatives on the daily lives of these groups. Among disabled people, a significant majority (over 80%) reported that VOSARD's mobility aid programs and accessible infrastructure improvements have significantly improved their mobility and overall quality of life.

VOSARD's community engagement initiatives have contributed to increased social inclusion for both senior citizens and disabled individuals. More than 70% of respondents from these groups reported an enhanced sense of belonging and social interactions. Farmers supported by VOSARD programs reported a significant increase in agricultural productivity, thanks to training, access to modern farming techniques, and timely provision of resources. Approximately 75% of the farmers surveyed reported an increase in their income.

A considerable percentage of beneficiaries from all groups reported economic empowerment through VOSARD's livelihood programs, with over 70% stating that they had seen an improvement in their financial stability. An overwhelming majority of beneficiaries (over 90%) expressed satisfaction with the services



and support provided by VOSARD. They noted that VOSARD's interventions had a positive impact on their lives.

Demographic Profile of Beneficiaries

1. Name and Address:

2. Age :

3. Education Status:

4. Sex: Male/Female

5. Contact Number:

6. Panchayat:

7. Duration of Membership in SHG:years

8. Religion:

A. Hindu B. Christian C. Muslim D. Other

9. Caste:

A. SC B. ST C. OBC D. OC

10. Family Details

No	Name	Age	M/F	Relation	Work	Education

11. Housing characteristics:

5. Clay Roof Tile/Sheet 4. Average 3. Concrete 2. Well Furnished 1. Two Story

11. Ownership of House:

1. Rented/Lease 2. Own House 5. Homeless

12. Land Holdings:

1. above 2.1 acre 2. 1.6 – 2.00 acre 3. 1.01 – 1.05 acre 4. 0.06 – 1.00 acre

5. Below 0.05 acre

13. Household with APL/BPL Cards:

5. Yellow 4. Pink 3. Blue 2. White 1. No Card

27. Number of Earning Members in the family

5. I 4. II 3. III 2. IV 1. V

28. Number of Children in the family

5. V 4. IV 3. III 2. II 1. I

29. Number of Boy Children in the Family

5. 0 4. I 3. II 2. III 1. IV

30. Number of Girl Children in the Family

5. above III 4. II 3. I

31. Level of Education of Children in the Family

LP- UP- HS- HSS- UG- PG-
 Professional Courses-



Psychological Wellbeing Scale

In the following pages statements about yourself are given. Read each statement carefully and mark in any one of the five alternative responses you find most appropriate

നീക്കം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന പ്രസ്താവനകളെക്കുറിച്ച് മേൽ പറഞ്ഞവയിൽനിന്നും ഏതെങ്കിലും ഒരു പ്രതികരണം തിരഞ്ഞെടുക്കുക.

S.No	Statement പ്രസ്താവന	Strongly Agree വളരെപ്പരിചയം	Agree പരിചയം	Undecided നിശ്ചയിച്ചിട്ടില്ല	Disagree പ്രതിരോധം	Strongly Disagree വളരെപ്പ്രതിരോധം
1	I think I have a particular meaning and purpose of my life. എന്റെ ജീവിതത്തിന് പ്രത്യേക അർത്ഥം ഉണ്ടെന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	I have happy memories of my past. എന്റെ അതീതകാലത്തെക്കുറിച്ച് സന്തോഷമേറിയ ഓർമ്മകൾ ഉണ്ടുണ്ട്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	I am very much satisfied about everything in my life. എന്റെ ജീവിതത്തിലെ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും സംബന്ധിച്ചും എനിക്ക് മോശമായ സന്തോഷമുണ്ട്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	In general, I feel I am in charge of the situation in which I live. അതേ സമയത്ത് എന്റെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ എന്റെ നിയന്ത്രണത്തിലാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	In most ways my life is close to my ideals. മിക്കവാറും എല്ലാവിധത്തിലും എന്റെ ജീവിതം എന്റെ ആഗ്രഹങ്ങളോട് അടുത്തുണ്ട്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	The conditions of my life are excellent. എന്റെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ വളരെ മികവുറ്റവാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	So far, I have achieved the important things I want in my life. എന്റെ ജീവിതത്തിൽ എന്റെ ആഗ്രഹങ്ങളായ പ്രധാന കാര്യങ്ങളെല്ലാം ഞാൻ ഇതുവരെ നേടിയിട്ടുണ്ട്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	If I could live my life over, I would change almost nothing. മറുപുറം എന്റെ ജീവിതം ആവശ്യപ്പെട്ടാൽ ഞാൻ അതേപോലെ കഴിയാൻ കഴിയുമെന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	In many ways, I feel contented about my achievements in life. എന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഇതുവരെ നേടിയ കാര്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചുള്ളതും ഞാൻ സന്തോഷിതനാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	I am living the kind of life I wanted to. ഞാൻ എനിക്ക് ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നതായ ഒരു ജീവിതം ജീവിക്കുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	I find easy to make decisions. എടുക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എനിക്ക് എളുപ്പമാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	In my daily life I get chance to show how capable I am. അതേ സമയത്ത് എന്റെ കഴിവ് കാണിക്കാനുള്ള അവസരങ്ങൾ എനിക്ക് ലഭിക്കാറുണ്ട്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ST. JOSEPH'S COLLEGE

MOOLAMATTOM

ARAKULAM P.O- 685591
 IDUKKI, KERALA
 stjosephscollegemoolamattom.ac.in

S.No	ചിന്തനം (സർവ്വോന്നം)	Strongly Agree	Agree	Undecided	Disagree	Strongly Disagree
		സുഹൃദ്യം	സഹൃദ്യം	അജ്ഞാതം	അസഹൃദ്യം	അസഹൃദ്യം
13	I feel positive and creative. അൻ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും നല്ലതരം ചിന്തനം വ്യക്തമാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	I find I can think quite clearly. നല്ല നല്ലതരം ചിന്തനം ചിന്തനം വ്യക്തം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	I am quite good at managing responsibilities of my daily life. ദൈനംദിനജീവിതത്തിൽ അൻ ചിന്തനത്തിൽ അൻ നല്ല അൻ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	For me, life has been a continuous process of learning, changing and growth. എന്ന നിരന്തരമായ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	I feel that I am capable of working hard. അൻ നല്ലതരം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	I feel eager to tackle my daily tasks or make new decisions. ദൈനംദിനജീവിതത്തിൽ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	I feel I can easily handle or cope with any serious problem. എന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	I think it is important to have new experiences that challenge how you think about yourself and the world. അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	I take immense interest in other people. എന്ന ആളുകളിൽ അൻ നല്ലതരം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	I always keep committed and involved. എന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	I have an adjusting nature and sense of belongingness. എന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	I feel I must do what others expect me to do. എന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	People would describe me as a giving person, willing to share my time with others. എന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം അൻ നല്ലതരം ചിന്തനം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ST. JOSEPH'S COLLEGE

M O O L A M A T T O M

ARAKULAM P.O- 685591
 IDUKKI, KERALA
 stjosephscollegemoolamattom.ac.in

Statement ശ്രവണങ്ങൾ	Strongly Agree	Agree	Undecided	Disagree	Strongly Disagree
	വളരെയധികം	തീർച്ചയായിട്ട്	തീർച്ചയായിട്ടില്ല	വിരുദ്ധമായിട്ട്	വളരെയധികം വിരുദ്ധമായിട്ട്
Personal relationships give me pleasure. വ്യക്തി ബന്ധങ്ങൾ എനിക്ക് വളരെ സന്തോഷം നൽകുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I enjoy company of other people. മറ്റുള്ളവരുമായിട്ടുള്ള ചങ്ങാത്തം എനിക്ക് ആസ്വാദനം നൽകുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I enjoy my personal achievements. എന്റെ വ്യക്തിപരമായ നേട്ടങ്ങളിൽ എനിക്ക് വളരെ സന്തോഷം ആസ്വദിക്കുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I perform useful activities like reading, gardening, etc. in my leisure time. എന്റെ സന്തോഷം വരുത്തുന്ന, പുനരനുഭവങ്ങൾക്കായുള്ള സമയം എനിക്ക് നല്ല പ്രവർത്തികൾ ചെയ്യാൻ നൽകുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I have no hesitation in talking to anyone. എല്ലാവരും സംസാരിക്കുന്നതിൽ എനിക്ക് തടസ്സമില്ല.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I like to do my task at the right place and at the right time. എന്റെ ജോലി ചെയ്യാൻ തക്ക സ്ഥലം, തക്ക സമയം ചെയ്യാൻ എനിക്ക് ഇഷ്ടം ചെയ്യുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I have good relations with my relatives and friends. കുടുംബക്കാരും, സുഹൃത്തുക്കളും എനിക്ക് വളരെ നല്ല ബന്ധങ്ങളിലാണ്.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I feel satisfied by the by doing religious activities. മതപരമായ കാര്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിൽ എനിക്ക് സംതൃപ്തി അനുഭവിക്കുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I like to watch programs on TV with everyone. എല്ലാവരും ചേർന്നിട്ട് ടെലിവിഷനിലൂടെ കാര്യങ്ങൾ നോക്കാനാണ് എനിക്ക് ഇഷ്ടം.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I am always careful about my manner of dressing. എന്റെ വസ്ത്രധാരണ രീതിയെ സംബന്ധിച്ചുള്ള കാര്യങ്ങൾ എനിക്ക് വളരെയധികം ശ്രദ്ധിക്കുന്നു.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Life satisfaction scale

INSTRUCTIONS

Below are a number of statements about life satisfaction. Would you please indicate how much you agree or disagree with each by entering a \surd alongside it according to the following code :

1. Always - എപ്പോഴും
2. Often - പലപ്പോഴും
3. Sometimes - ചിലപ്പോൾ
4. Rarely (seldom) - നല്ലപ്പോഴും
5. Never - ഒരിക്കലുമില്ല

You will need to read the statements carefully because some are phrased positively and others negatively. Don't take too long over individual questions; there are no 'right' or 'wrong' answers and no trick questions. The first answer that comes into your head is probably the right one for you. If you find some of the questions difficult, please give the answer that is true for you in general or for most of the time.

Sl No.	പ്രസ്താവനകൾ STATEMENTS	എപ്പോഴും Always	പലപ്പോഴും Often	ചിലപ്പോൾ Some times	നല്ലപ്പോഴും Atleast	ഒരിക്കലുമില്ല Never
1.	ഞാൻ അഗാഢമായൊക്കാനെ സാധിക്കുന്ന ലക്ഷ്യം തിരഞ്ഞെടുത്തിട്ടുണ്ട് I set realistic goal for myself	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	ഞാൻ എല്ലാത്തരത്തിലും ജീവിതം ആസ്വദിക്കുന്നു I on the whole enjoy my life	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	ഞാൻ എന്തു ചെയ്താലും അത് ആസ്വദിച്ചാണ് ചെയ്യുന്നത് I enjoy whatever I do	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	ഞാൻ ജീവിക്കുന്ന രീതികൾ ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. I enjoy the way I live	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	ജീവിക്കുവാൻ വേണ്ടി ഉള്ളതാണ് ജീവിതം എന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. I believe life is for living.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	ഞാൻ ചെയ്യുന്ന ജോലികളിൽ ഞാൻ സംതൃപ്തനാണ്. I am satisfied with the work I do	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ST. JOSEPH'S COLLEGE

MOOLAMATTOM

ARAKULAM P.O- 685591
 IDUKKI, KERALA
 stjosephscollegemoolamattom.ac.in

Sl No	പ്രസ്താവനകൾ STATEMENTS	എപ്പോഴും Always	പലപ്പോഴും Often	പിറകിലിടം Some times	പുറകിലിടം Atleast	കൊണ്ടുവരില്ല Never
7.	ഞാൻ ഒരു വിജയിച്ച മനുഷ്യനാണ് എന്ന് എനിക്ക് തോന്നുന്നു. I feel that I am a successful person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	വീട്ടിലെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിൽ ഞാൻ ആനന്ദം കണ്ടെത്തുന്നു. I obtain pleasure from domestic affairs.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	എന്റെ കുട്ടികളുടെ വിജയത്തിൽ ഞാൻ അഭിമാനം കൊള്ളുന്നു. I feel proud in the success of my childrens.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	ശ്രീവൃതവേളകളിലെ വിനോദപ്രവർത്തികളിൽ ഞാൻ ഏർപ്പെടുന്നത് ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. I love to get myself involved in leisure activities.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	എന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ നേടിയെടുക്കുമ്പോൾ എനിക്ക് സന്തോഷം തോന്നുന്നു. I feel happy when I achieve my goals.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	എന്റെ ഭാവിയെക്കുറിച്ച് വളരെയധികം ശുഭാപിത്ഥിശാസനം ഉള്ളയാളാണ് ഞാൻ I am very much optimistic about my future.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	എന്റെ ജോലികൾ എളുപ്പമുള്ളതും എനിക്ക് സന്തോഷം നൽകുന്നതുമാണ്. I consider my job as less demanding and more congenial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	ഞാൻ സ്വയം വളർന്ന ഒരു വ്യക്തിയാണെന്ന് ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു. I think that I am a self - made man.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	ദിവസങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുന്നതിന് ഞാൻ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. I set priorities by planning the day	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	സാമൂഹ്യപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളിയാകുന്നത് ഞാൻ ആസ്വദിക്കുന്നു I enjoy taking part in social activities	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	ഞാൻ ചിലപ്പോഴൊക്കെ സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് സമയം കണ്ടെത്താറുണ്ട് I devote sometime to community activities	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Coping resource inventory (CRI)

Choose the response that best describes you in the last six months.

തിങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കഴിഞ്ഞ 6 മാസക്കാലം ഇവ എത്രമാത്രം ശരിയാണെന്ന് തന്നിരിക്കുന്ന പ്രതികരണങ്ങളിൽ ഒന്ന് തിരഞ്ഞെടുത്ത് പ്രസ്തുത കോളത്തിന്റെ (✓) എന്ന് രേഖപ്പെടുത്തുക.

Sl No.	CRI	Never ഒരിക്കലുമില്ല	Sometimes ഈമാറ്റം മുണ്ട്	Often മിക്കവാറും	Always എല്ലാപ്പോഴും
1.	I have plenty of energy. എനിക്ക് ഒരുപാട് ഊർജ്ജമുണ്ട്.				
2.	I say what I need or want without making excuses or dropping hints. എനിക്ക് ആവശ്യമുള്ള കാര്യങ്ങൾ ഞാൻ തടികൂടാതെ തുറന്ന് പറയും.				
3.	I like myself. ഞാൻ എന്നെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു.				
4.	I am comfortable with the number of friends I have. സുഹൃത്തുക്കളുടെ എണ്ണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ ഞാൻ തൃപ്തനാണ്.				
5.	I eat junk food. ഞാൻ പോഷണമില്ലാത്ത ഭക്ഷണം കഴിക്കാറുണ്ട്.				
6.	I feel as worthwhile as anyone else. മറ്റുള്ളവരുടെ വ്യക്തിയെപ്പോലെയും ഞാനും മൂല്യമുള്ളവരുടെ വ്യക്തിയാണ്.				
7.	I am happy. ഞാൻ സന്തോഷവനാണ്.				
8.	I am comfortable talking to strangers. അപരിചിതരുമായി സംസാരിക്കുവാൻ എനിക്ക് സൗകര്യമുണ്ട്.				
9.	I am part of a group, other than my family, that cares of me. എന്റെ കുടുംബം കൂടാതെ എന്നെ കരുതുന്ന ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ / ഗ്രൂപ്പിന്റെ ഭാഗമാണ് ഞാൻ.				
10.	I accept the mysteries of life and death. ജീവിതത്തിന്റെയും മരണത്തിന്റെയും നിഗൂഢതകൾ ഞാൻ അംഗീകരിക്കുന്നു.				
11.	I see myself as loveable. സ്നേഹിക്കപ്പെടാവുന്ന ഒരു വ്യക്തിയായി ഞാൻ എന്നെത്തന്നെ കാണുന്നു.				



ST. JOSEPH'S COLLEGE

M O O L A M A T T O M

ARAKULAM P.O- 685591
 IDUKKI, KERALA
 stjosephscollegemoolamattom.ac.in

12.	I actively look for the positive side of people and situations. മറ്റുള്ളവരുടെ കൂടെയും സംഭവങ്ങളിലേയും നല്ല വശങ്ങൾ കാണാൻ ഞാൻ ആത്മാർത്ഥമായി ശ്രമിക്കാറുണ്ട്.				
13.	I exercise vigorously three-four times per week. ആഴ്ചയിൽ മൂന്നോ നാലോ മണിക്കൂർ ഞാൻ തീവ്രമായ വ്യായാമത്തിലേർപ്പെടാറുണ്ട്.				
14.	I accept compliments easily. ഞാൻ അഭിനന്ദനങ്ങൾ എളുപ്പത്തിൽ സ്വീകരിക്കാറുണ്ട്.				
15.	I show others when I care about them. ഞാൻ മറ്റുള്ളവരോട് എന്റെ കരുതൽ / സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാറുണ്ട്.				
16.	I believe that people are willing to have me talk about my feelings. എന്റെ വികാരങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും കേൾക്കാൻ മറ്റുള്ളവർ തയ്യാറാണെന്നും ഞാൻ കരുതുന്നു.				
17.	I can show it when I am sad. ഞാൻ ദുഃഖിതനാണെങ്കിൽ അത് പ്രകടിപ്പിക്കുവാൻ എനിക്ക് കഴിയും.				
18.	I am aware of my good qualities. എന്നിലെ നല്ല ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഞാൻ ബോധവാനാണ്.				
19.	I express my feelings to close friends. എന്റെ അടുത്ത സുഹൃത്തുക്കളോടു ഞാനെന്റെ യഥാർത്ഥ വികാരങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കാറുണ്ട്.				
20.	I can make sense out of my world. എന്റെ ചുറ്റുപാടുകളെ ശരിയായി മനസ്സിലാക്കുവാൻ എനിക്ക് കഴിയും.				
21.	My weight is within 5 Kgs of what it should be. എന്റെ പ്രായമനുസരിച്ചുണ്ടായിരിക്കേണ്ട തൂക്കത്തിന്റെ അഞ്ചുകിലോ പരിധിയിലാണ് എന്റെ ഇപ്പോഴത്തെ തൂക്കം.				
22.	I believe in a power greater than myself. എന്നേക്കാൾ / മനുഷ്യനേക്കാൾ വലിയൊരു ശക്തിയിൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു.				
23.	A actively perceive happiness. ഞാൻ സന്തോഷം ഫലപ്രദമായി സംവേദിച്ചറിയാുന്നു.				
24.	I can tell other people when I am hurt. എന്റെ വികാരം മുറിച്ചെടുത്തുനോൾ ഞാനതു മറ്റുള്ളവരോട് പറയാറുണ്ട്.				
