

Exo Questionnaire in Punjabi

ਐਕਸੋ -ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ

Sub-Title: You and Your Community

ਸਬ- ਟਾਈਟਲ: ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਈਚਾਰਾ

ਮੈਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ / ਝੁੰਜਲਾਹਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ /ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ: I am stressed/frustrated by	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
1. ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ.				
2. ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ.				
3. ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ 'ਚ ਕੀ ਕਰਾਂਗਾ /ਕਰਾਂਗੀ.				
4. ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਵਾਧੂ ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?				
5. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ.				
6. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਪੈਸ਼ਲ-ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ.				
7. ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਕੇਂਦਰੀ ਸਥਾਨ ਤੇ ਨਾ ਹੋਣਾ.				
8. ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ.				
9. ਵੱਖ- ਵੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਆਪਸ 'ਚ ਤਾਲਮੇਲ ਨਹੀਂ ਹੈ.				
10. ਦੋ ਵੱਖਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇੱਕੋ-ਜਿਹੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦ ਕਿ ਅੱਡ ਅੱਡ ਸੰਸਥਾ ਤੇ ਵੱਖਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ.				
11. ਕਈ ਵਾਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਲੋਂ ਪਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਾ-ਵਿਰੋਧੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ.				
12. ਕਈ ਵਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ.				
13. ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਠੀਕ ਢੰਗ ਦੇ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 'ਚ ਬਦਲ ਦੇਣਾ.				
14. ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ.				
15. ਥੋੜੇ ਜਿਹੇ ਥੈਰੇਪਿਸਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਹੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ.				
16. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਨੇ.				
17. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਥੋੜੇ ਟੈਸਟ ਕਰਨੇ.				

ਮੈਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਸਮਰਥਾ /ਅਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹਾਂ: I am frustrated with the inability/unwillingness of my child's school to	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
18. ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰੀਵਰਤਨ- ਕਿਰਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
19. ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
20. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹਾਇਕ -ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ.				
21. ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੂਲਾਂਕਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਬਾਰੇ.				
22. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ 'ਚ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ.				

23. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਬਾਰੇ.				
24. ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਲਾਹ ਬਾਰੇ ਕਿ ਮੈਂ ਸਕੂਲੋਂ ਮਿਲੇ ਕੰਮ 'ਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਾਂ.				
25. ਭਾਈਚਾਰੇ 'ਚ ਉਪਲਬਧ ਵਧੀਆ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ.				
26. ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਫਜ਼ਾਂ 'ਚ ਸਮਝਾਉਣ ਤੇ ਜਿਹੜੇ ਮੇਰੀ ਸਮਝ ਆ ਸਕਨ.				
27. ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਸਲੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ.				
28. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਮਾਤ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਮ ਜਮਾਤ 'ਚ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ.				
29. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਕੇਵਲ ਜੀਵਨ- ਜਾਚ ਦੇ ਢੰਗ ਹੀ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ.				
30. ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨਾਲ ਲੈਸ ਜੰਤਰਾਂ (ਸ਼ਿਲਪ-ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਸਮਿਆਨ) ਬਾਰੇ ਜੋ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਣ.				
31. ਜਿਸਮਾਨੀ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਮਸਿਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ.				
32. ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਮਸਿਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ.				
33. ਸਮਾਜਿਕ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਮਸਿਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ.				
34. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ -ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ.				
35. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਮੁੱਖ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ.				
36. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਤਮਿਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਮੁੱਖ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ.				
37. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਮੁੱਖ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ.	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਪਤਾ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
38. ਮੀਟਿੰਗਾਂ 'ਚ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਲਈ.				
39. ਮੇਰੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨੂੰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੀਵੀਡੀਜ਼ , ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸਾਈਟਸ , ਕਿਤਾਬਾਂ..., ਵਰਤਨ ਦੀ ਖੁਲ ਚਾਹੀ ਦੀ ਹੈ				

ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ /ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ: I feel that	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
40. ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ 'ਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੈ.				
41. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਵਲੋਂ ਮੈਨੂੰ ਵਖਰੀਆਂ-ਵਖਰੀਆਂ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਧੁਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ.				
42. ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਮੇਰੇ ਤੇ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰੀਵਾਰ ਦੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਿਕ / ਜ਼ਾਤੀ / ਨਸਲੀ ਲੋੜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹਨ.				
43. ਸਕੂਲ-ਸਮੁਦਾਇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹਾਲਤ ਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।.				
44. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਕੂਲ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਤੇ ਉਸਦੇ ਸਹਿਪਾਠੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਮੌਜੂਦਾ ਰੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਜਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ.				
45. ਕੁਝ ਸਕੂਲ-ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵਤੀਰਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ.				
46. ਸਕੂਲ 'ਚ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ.				
47. ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ- ਸਟੇਟਮੈਂਟ 'ਚ ਅਪਾਹਿਜ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਲਿਖਿਆ.				
48. ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਥੀਆਂ 'ਚ ਬਹੁਤੀਆਂ ਲੜਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ.				
49. ਕੁੱਝ ਅਧਿਆਪਿਕ ਕੁੱਝ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ.				
50. ਕੁੱਝ ਅਧਿਆਪਿਕ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਰਸਥਿਤੀ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ.				
51. ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮਾਪੇ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ.				

ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੁਣਿਆ ਹੈ: I have heard that	ਹਾਂ	ਨਹੀਂ	ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
52. ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ				
53. ਭਾਈਚਾਰੇ 'ਚ ਉਪਲਭਧ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ.				
54. ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ.				
55. ਵਿਵਸਾਇਕ -ਚਿਕਿਤਸਾ ਬਾਰੇ.				
56. ਜਿਸਮਾਨੀ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਬਾਰੇ.				
57. ਕਥਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਚਿਕਿਤਸਾ ਬਾਰੇ.				
58. ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਬਾਰੇ.				
59. ਪ੍ਰਕਿਰਤਿਕ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ.				
60. ਬਦਲਵੀਂ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਉਪਾਅ ਬਾਰੇ.				
61. ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਆਨ ਲਾਈਨ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ.				
62. ਸਿਖਿਆ-ਮਹਿਕਮੇ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
63. ਬੱਚੇ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਮਹਿਕਮੇ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
64. ਵਿਵਹਾਰਿਕ-ਦਖਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ				
65. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ- ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
66. ਕਲਾ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ.				
67. ਸੰਗੀਤ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ				

68. ਖੇਡ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ.				
69. ਹਿਲਜੁਲ ਤੇ ਨ੍ਰਿਤ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ.				
70. ਮੇਰੇ ਤੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ/ਪਤੀ / ਸਾਥਣ, ਪਤਨੀ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ- ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				
71. ਵਿਸ਼ਰਾਮ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ.				