CHEQ

Childhood Experiences Questionnaire

HUMAN EARLY LEARNING PARTNERSHIP

UBC

CHEQ ਉਹ ਸਵਾਲਨਾਮਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਨਿਗਰਾਨ ਉਸ ਸਮੇਂ ਭਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਟੀਚੇਬੱਧ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

- **ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਨੀਤੀਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ;**
- **ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝਣਾ; ਅਤੇ**
- **ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ।**

CHEQ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਅੰਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਤਜਰਬਿਆਂ, ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸੌਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ, ਘਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ।

CHEQ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ:

- ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਉਸਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਨਿਗਰਾਨ ਦੁਆਰਾ ਭਰਿਆ ਗਿਆ।
- ਇਹ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਔਨਲਾਈਨ ਭਿਰਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 15 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।
- ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਪੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸੁਖਸਾਂਦ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਵਾਲ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੂਜੇ ਦਰਜੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ, ਕਲਾਸਰੂਮ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡਿਸਿਟ੍ਰਕਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਿਮਊਨਿਟੀਆਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਰਵਾਰਾਂ ਦੀ ਟੀਚੇਬੱਧ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ।

CHEQ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਕੂਲ ਵਰ੍ਹੇ ਲਈ ਯੋਜਨਾ
- ਸਕੂਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝਣਾ।

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ CHEQ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹਨਾਂ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਟੀਚੇਬੱਧ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ, ਜੋ ਪਰਿਵਾਰ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ।

Version: March 2024 - H20-02241

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਕੋਲੋਂ CHEQ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ:

ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਖਸਾਂਦ

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਖਸਾਂਦ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਤਜਰਬੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਨਿਯਮਿਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਜਾਂਚਾਂ, ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸੌਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ

ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਗਿਆਨ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੁਆਂਗ ਕਰਨਾ, ਤੁਕਬੰਦੀ ਕਰਨਾ, ਪੈਨ ਅਤੇ ਪੈਂਸਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਗਿਣਤੀ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਕਰਨਾ, ਪੇਂਟਿੰਗ ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਜਰਬੇ

ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ, ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਾਪਿਆਂ/ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਜਰਬਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ।

ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ

ਬਿਨਾ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਲੱਭਣ ਦੌਰਾਨ ਪੇਸ਼ ਆਈਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ। ਉਹਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਸੰਦਰਭ

ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਧਾਰਨਾ, ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਾਹਰ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਦੇ ਮੌਕੇ, ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੈਟਵਰਕ ਅਤੇ ਕੀ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਤੋਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ।

The Human Early Learning Partnership

University of British Columbia ਵਿਖੇ **Human Early Learning Partnership (HELP)** ਇੱਕ ਖੋਜ ਸੰਸਥਾਨ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ 20 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਨੇ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਆਬਾਦੀ-ਸਿਹਤ ਡੈਟਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। **CHEQ** ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ **HELP** ਦੇ ਬਾਲ ਨਿਰੀਖਣ ਵਿਵਸਥਾ ਦੇ ਇੱਕ ਭਾਗ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜੇਕਰ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **CHEQ** ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

604.822.3361
cheq@help.ubc.ca
earlylearning.ubc.ca

ਅਜ਼ਮਾ ਕੇ ਦੇਖੋ!
earlylearning.ubc.ca/cheq/

CHEQ	EDi	MDi
Childhood Experiences Questionnaire	Early Development Questionnaire	Middle Years Development Questionnaire
2-5 YEARS	5 YEARS	9-13 YEARS
ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾ ਲਈ ਸਵਾਲਨਾਮਾ	ਟੀਚਰ ਲਈ ਸਵਾਲਨਾਮਾ	ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਸਵਾਲਨਾਮਾ

HUMAN EARLY LEARNING PARTNERSHIP

UBC

Version: March 2024 - H20-02241