

कल्याण और स्वास्थ्य युवा सर्वेक्षण

जूनियर (ग्रेड 4 से 6) छात्र संस्करण

आपका स्कूल बोर्ड और वेलिंगटन-डफरिन-गुएल्फ़ पब्लिक हेल्थ आपको एक सर्वेक्षण में भाग लेने के लिए आमंत्रित कर रहे हैं। हम आप जैसे छात्रों की भलाई और स्वास्थ्य के बारे में जानना चाहते हैं।

सर्वेक्षण का उद्देश्य क्या है?

सर्वेक्षण आपके स्वास्थ्य और कल्याण के बारे में पूछता है ताकि हम आपकी आवश्यकताओं को समझ सकें। इस सर्वेक्षण के आपके उत्तर और आपके सहपाठियों के उत्तर हमें आपके स्कूल और हमारे समुदाय को रहने के लिए एक बेहतर जगह बनाने के लिए कार्यक्रमों की योजना बनाने में मदद करेंगे।

हम आपसे क्या करने के लिए कह रहे हैं:

हम चाहते हैं कि आप इस 30 मिनट के सर्वेक्षण पर सवालों के जवाब दें। कोई सही या गलत उत्तर नहीं है। किसी एक प्रश्न पर बहुत अधिक समय न व्यतीत करें। उस उत्तर के साथ जाएं जो सबसे पहले आपके दिमाग में आता है। कृपया प्रत्येक प्रश्न को ध्यान से पढ़ें और ईमानदारी से उत्तर दें। यदि आप किसी प्रश्न का उत्तर नहीं जानते हैं, तो उसे खाली छोड़ दें। यदि यह आपको असहज करता है तो आप किसी भी प्रश्न को छोड़ भी सकते हैं।

यदि आपको इस सर्वेक्षण को भरने में सहायता की आवश्यकता है, तो कृपया अपने शिक्षक से बात करें।

क्या आपको यह सर्वेक्षण करना है?

आपको यह सर्वेक्षण करने की आवश्यकता नहीं है। यह आप पर निर्भर करता है। आप अभी ना कह सकते हैं, या आप बाद में अपना मन भी बदल सकते हैं। यदि आप इस सर्वेक्षण को नहीं करने का निर्णय लेते हैं तो कोई भी आपसे नाराज नहीं होगा।

आपके ग्रेड और आपके स्कूल, शिक्षकों और सार्वजनिक स्वास्थ्य के साथ आपके संबंध प्रभावित नहीं होंगे यदि आप सर्वेक्षण नहीं करना चुनते हैं या यदि आप किसी भी बिंदु पर रुकना चुनते हैं। यदि आप रुकना चुनते हैं, तो आप अपने उत्तरों को हटाना या अपने उत्तर रखना चुन सकते हैं। यदि आप अपने उत्तर रखते हैं, तो हम अभी भी उन उत्तरों का उपयोग छात्र स्वास्थ्य को समझने में मदद करने के लिए कर सकते हैं। एक बार जब आप सर्वेक्षण समाप्त कर लेते हैं या यदि आप अपना इंटरनेट ब्राउज़र अचानक बंद कर देते हैं, तो आप किसी भी उत्तर को हटा नहीं सकते हैं और वे सहेजे जाएंगे।

क्या यह सर्वेक्षण आपको किसी भी तरह से चोट पहुंचा सकता है या आपकी मदद कर सकता है?

इस सर्वेक्षण में कुछ प्रश्न आपको असहज महसूस करा सकते हैं, यदि आप नहीं चाहते हैं तो आपको उनका उत्तर देने की आवश्यकता नहीं है। यदि आप इस सर्वेक्षण को करने के बाद असहज महसूस करते हैं, तो आप अपने मार्गदर्शन परामर्शदाता से बात कर सकते हैं या किड्स हेल्प फोन (1-800-668-6868) पर कॉल कर सकते हैं। यह सर्वेक्षण आपकी मदद कर सकता है क्योंकि हम आपके समुदाय और स्कूल को बेहतर बनाने के लिए उत्तरों का उपयोग करेंगे।

हम आपके बारे में जानकारी के साथ क्या करेंगे?

जब आप सर्वेक्षण समाप्त कर लेंगे, तो आपके उत्तर सार्वजनिक स्वास्थ्य पर जाएंगे। आपके उत्तर आपके स्कूल में आपके शिक्षकों और माता-पिता सहित किसी को भी नहीं दिखाई देंगे। सार्वजनिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण के लिए आपके उत्तरों को निजी रखने के लिए बहुत सावधान रहेगा। सार्वजनिक स्वास्थ्य आपके बारे में हमारे द्वारा एकत्र की गई सभी जानकारी को बंद और पासवर्ड से सुरक्षित रखेगा। वे स्कूलों, समुदाय और अन्य पेशेवरों के लिए रिपोर्ट बनाने के लिए इस सर्वेक्षण से सभी उत्तर लेंगे। आपका नाम एकत्र नहीं किया गया है, और किसी भी रिपोर्ट में कोई अन्य पहचान जानकारी शामिल नहीं की जाएगी। सर्वेक्षण से एकत्र किए गए डेटा को कम से कम छह वर्षों के लिए एक सुरक्षित नेटवर्क पर रखा जाएगा।

इस सर्वेक्षण को एक नैतिकता समीक्षा से मंजूरी मिल गई है। यदि आपके पास इस बारे में कोई प्रश्न हैं, तो Michael Whyte से Michael.Whyte@wdgpublichealth.ca पर ईमेल द्वारा संपर्क करें

यदि आपके कोई अन्य प्रश्न हैं, तो आप संपर्क कर सकते हैं:

लिनडसे डोसेट

वेलिंगटन-डफरिन-गुएल्फ़ सार्वजनिक स्वास्थ्य

फोन नंबर: 1-800-265-7293 ex. 4542

ईमेल पता: lyndsey.dossett@wdgpublichealth.ca

क्या आप सर्वेक्षण करने के लिए सहमत हैं?

☐ हाँ

☐ नहीं

इस फॉर्म की जानकारी स्वास्थ्य संरक्षण और संवर्धन अधिनियम के अधिकार के तहत नगरपालिका सूचना की स्वतंत्रता और गोपनीयता संरक्षण अधिनियम और व्यक्तिगत स्वास्थ्य सूचना संरक्षण अधिनियम के अनुसार एकत्र की जाती है। इस जानकारी का उपयोग सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों और सेवाओं के वितरण के लिए किया जाएगा; एजेंसी का प्रशासन; और कानूनी और नियामक आवश्यकताओं के अनुपालन में स्वास्थ्य देखभाल डेटाबेस, रजिस्ट्रियों और संबंधित अनुसंधान का रखरखाव। इस जानकारी के संग्रह के बारे में किसी भी प्रश्न को मुख्य गोपनीयता अधिकारी को 1-800-265-7293 एक्सटेंशन 4339 पर संबोधित किया जाना चाहिए।

क्या सर्वेक्षण को पढ़ने और उत्तर देने में आपकी सहायता करने के लिए कोई आपके साथ बैठा है?

हाँ
नहीं

"सहायक के लिए" अनुभाग केवल उन लोगों को दिखाया जाता है जो सर्वेक्षण को पढ़ने और उत्तर देने में मदद करने के लिए हाँ का चयन करते हैं

सहायक के लिए:

इस छात्र को कल्याण और स्वास्थ्य युवा सर्वेक्षण को पूरा करने में मदद करने के लिए धन्यवाद। कृपया निम्नलिखित गोपनीयता कथन की समीक्षा करें और अपनी सहमति इंगित करने के लिए अपना नाम टाइप करें

कल्याण और स्वास्थ्य युवा सर्वेक्षण को पूरा करने वाले छात्रों की गोपनीयता, गोपनीयता और सुरक्षा का सम्मान करने के लिए, मैं इस छात्र द्वारा अपने माता-पिता, किसी अन्य कर्मचारी या किसी अन्य छात्र को प्रदान किए गए किसी भी सर्वेक्षण उत्तर का उपयोग या खुलासा नहीं करूंगा

मैं समझता हूँ कि सर्वेक्षण विभिन्न प्रकार के स्वास्थ्य और कल्याण विषयों के बारे में पूछता है। मैं इस छात्र की अनुमति के बिना मार्गदर्शन परामर्शदाता या किसी अन्य सहायक कार्यकर्ता के लिए रेफरल नहीं करूंगा। कृपया ध्यान दें कि सर्वेक्षण पर कोई प्रश्न नहीं है जिसके लिए आपको इस छात्र की प्रतिक्रियाओं को कानूनी रूप से पुलिस, अपने प्रिंसिपल या उनके माता-पिता को रिपोर्ट करने की आवश्यकता होगी।

यदि आप उपरोक्त कथनों से सहमत हैं, तो कृपया सर्वेक्षण जारी रखने से पहले अपना नाम लिखें।

जनसांख्यिकी

महत्वपूर्ण निर्देश:

- कृपया इस वर्ष केवल एक सर्वेक्षण समाप्त करें।

एक. शुरू करने के लिए, आप किस ग्रेड में हैं? (ड्रॉप डाउन सूची)

दो. आपके स्कूल का नाम क्या है? (ड्रॉप डाउन सूची: स्कूल के नाम)

तीन. आप किस टाउनशिप या शहर में रहते हैं? अपने शिक्षक या वयस्क से पूछें कि क्या आप अनिश्चित हैं। (ड्रॉप डाउन सूची)

चार. आपकी लिंग पहचान क्या है?

- ☐ मादा
- ☐ पुरुष
- ☐ मेरा लिंग इस सूची में नहीं है: _____
- ☐ मुझे यह प्रश्न समझ में नहीं आ रहा है
- ☐ मैं जवाब नहीं देना पसंद करता हूं

पाँच. आप कनाडा में कितने समय से रह रहे हैं?

- जीवन भर
- 2 वर्ष या उससे कम
- 3 से 5 साल
- 6 से 10 वर्ष
- 11 वर्ष या उससे अधिक

छः. आप घर पर कौन सी भाषाएँ बोलते हैं? (यदि आप और आपका परिवार एक से अधिक भाषाएँ बोलते हैं, तो कृपया उन सभी भाषाओं का चयन करें जिन्हें आप घर पर बोलते हैं।)

- ☐ अम्हारिक
- ☐ अरबी
- ☐ कैटोनीज़
- ☐ दारी
- ☐ डच
- ☐ अंग्रेज़ी
- ☐ फ्रेंच
- ☐ जर्मन
- ☐ गुजराती
- ☐ हिंदी
- ☐ हंगेरियन
- ☐ स्वदेशी भाषा
- ☐ कम जर्मन
- ☐ मैंडारिन
- ☐ फ़ारसी (फ़ारसी)
- ☐ पोलिश
- ☐ पंजाबी (पंजाबी)
- ☐ स्पैनिश
- ☐ तागालोग (पिलिपिनो, फिलिपिनो)
- ☐ तमिल

- ☐ टिग्रिन्या
- ☐ उर्दू
- ☐ वियतनामी
- ☐ ऊपर सूचीबद्ध नहीं की गई भाषा (कृपया निर्दिष्ट करें: _____)

सात. क्या आप अब कनाडा नामक भूमि के लिए स्वदेशी के रूप में पहचान करते हैं?

- ☐ हाँ
- ☐ नहीं
- ☐ निश्चित नहीं
- ☐ मैं इस प्रश्न का उत्तर नहीं देना पसंद करते हैं

प्रश्न 8 केवल उन छात्रों को दिखाया जाता है जो स्वदेशी के रूप में पहचान करते हैं (प्रश्न 7)

आठ. कृपया उन सभी का चयन करें जो आप पर लागू होते हैं:

- ☐ प्रथम राष्ट्र
- ☐ मेटिस/मिचिफ
- ☐ इनुइट
- ☐ एक विकल्प (उदाहरण के लिए, हौडेनोसौनी, संधि 3, नुनाविमियुट) (कृपया निर्दिष्ट करें: _____)

हमारे समाज में, लोगों को अक्सर उनकी जाति या नस्लीय पृष्ठभूमि से वर्णित किया जाता है। उदाहरण के लिए, कुछ लोगों को "काला", "पूर्वी एशियाई", या "सफेद" आदि माना जाता है।

नौ. कौन सी दौड़ श्रेणी आपका सबसे अच्छा वर्णन करती है? लागू होने वाले सभी का चयन करें। *उदाहरण देखने के लिए अपने माउस से उत्तर पर होवर करें (ब्रैकेट किया हुआ पाठ)*

- ☐ काला (उदाहरण के लिए: अफ्रीकी, एफ्रो-कैरिबियन, अफ्रीकी-कनाडाई वंश)
- ☐ पूर्वी एशियाई (उदाहरण के लिए: चीनी, कोरियाई, जापानी, ताइवानी वंश)
- ☐ स्थानीय (उदाहरण के लिए: प्रथम राष्ट्र, मेटिस, इनुइट वंश)
- ☐ लैटिनो/लैटिना/लैटिनक्स (उदाहरण के लिए: लैटिन अमेरिकी, हिस्पैनिक वंश)
- ☐ मध्य पूर्वी (उदाहरण के लिए: अरब, फ़ारसी, पश्चिम एशियाई मूल, जैसे अफगान, मिस्र, ईरानी, लेबनानी, तुर्की, कुर्द)
- ☐ दक्षिण एशियाई (उदाहरण के लिए: ईस्ट इंडियन, पाकिस्तानी, बांग्लादेशी, श्रीलंकाई, इंडो कैरेबियन)
- ☐ दक्षिण पूर्व एशियाई (उदाहरण के लिए: फिलिपिनो, वियतनामी, कंबोडियाई, थाई, इंडोनेशियाई, अन्य दक्षिण पूर्व एशियाई मूल)
- ☐ सफेद (उदाहरण के लिए: अंग्रेजी, जर्मन, आयरिश, इतालवी, पुर्तगाली, यूरोपीय वंश)

एक नस्लीय समूह जो ऊपर सूचीबद्ध नहीं है (कृपया निर्दिष्ट करें)

मुझे नहीं पता कि मैं किस जाति का हूँ

☐ मुझे यह सवाल समझ में नहीं आता

आपका समुदाय

दस. कृपया वर्णन करें कि आप अपने पड़ोस के बारे में कैसा महसूस करते हैं।

	हाँ	कभी- कभी/प्रकार	नहीं	मुझे नहीं पता
• मैं अपने पड़ोस में सुरक्षित महसूस करता हूँ	☐	☐	☐	☐
• मेरे पड़ोसी मेरी परवाह करते हैं	☐	☐	☐	☐

आपका स्कूल

ग्यारह. कृपया वर्णन करें कि आप अपने स्कूल के बारे में कैसा महसूस करते हैं:

	हाँ	कभी- कभी/प्रकार	नहीं
• मैं अपने स्कूल समुदाय का एक महत्वपूर्ण हिस्सा हूँ	☐	☐	☐
• मेरी शिक्षा मेरे लिए महत्वपूर्ण है	☐	☐	☐
• मुझे स्कूल में सीखने के लिए आवश्यक समर्थन मिलता है	☐	☐	☐
• मैं स्कूल में जो सीख रहा हूँ उसमें मेरी दिलचस्पी है	☐	☐	☐
• मैं क्लब या खेल जैसी स्कूल की गतिविधियों में भाग लेता हूँ	☐	☐	☐

बारह. आप स्कूल के बारे में कैसा महसूस करते हैं?

- ☐ मुझे स्कूल से प्यार है
- ☐ मुझे स्कूल पसंद है
- ☐ मुझे वास्तव में किसी भी तरह से परवाह नहीं है
- ☐ मुझे स्कूल बहुत पसंद नहीं है
- ☐ मुझे स्कूल से नफरत है

तेरह. क्या आप निम्नलिखित कथनों से सहमत हैं?

	हाँ	कभी- कभी/प्रकार	नहीं
• मैं अपने स्कूल में सुरक्षित महसूस करता हूँ	☐	☐	☐
• मैं अपने स्कूल में शामिल महसूस करता हूँ	☐	☐	☐

चौदह. कृपया वर्णन करें कि आप अपने स्कूल में वयस्कों के बारे में कैसा महसूस करते हैं।

	हाँ	कभी- कभी/प्रकार	नहीं
• मेरे स्कूल के वयस्कों को मुझसे बहुत उम्मीदें हैं	☐	☐	☐
• मेरे स्कूल के वयस्क मुझमें रुचि रखते हैं	☐	☐	☐
• स्कूल में वयस्क नोटिस करते हैं जब मैं एक अच्छा काम कर रहा होता हूँ और मुझे इसके बारे में बताता हूँ	☐	☐	☐

पंद्रह. क्या स्कूल में कम से कम एक वयस्क है जिसे आप मदद की ज़रूरत होने पर संपर्क कर सकते हैं?

☐ हाँ

☐ नहीं

सोलह. कृपया स्कूल में अपनी शिक्षा का वर्णन करें:

	दृढ़ता से असहमत	कुछ हद तक असहमत	कुछ हद तक सहमत	दृढ़ता से सहमत
• मैं अपने सीखने में भाग लेता हूँ	☐	☐	☐	☐
• मुझे सीखने में मज़ा आता है	☐	☐	☐	☐
• मैं खुद को सीखने में मदद करने के लिए रणनीतियों का उपयोग करता हूँ (उदाहरण के लिए, एक शब्द वेब बनाएं, नोट्स बनाएं)	☐	☐	☐	☐
• मैं कक्षा में विचारों का योगदान करता हूँ	☐	☐	☐	☐

डराना-धमकाना

बदमाशी तब होती है जब एक या एक से अधिक लोग किसी अन्य व्यक्ति को बार-बार चिढ़ाते हैं, चोट पहुंचाते हैं या परेशान करते हैं। यह तब भी बदमाशी है जब किसी को जानबूझकर चीजों से बाहर रखा जाता है।

सत्रह. पिछले 12 महीनों में, क्या आपको स्कूल या बस में धमकाया गया है?

☐ कभी नहीं

- ☐ कुछ बार
- ☐ अक्सर
- ☐ लगभग हर दिन

अठ्ठारह. पिछले 12 महीनों में, क्या आपको तब धमकाया गया है जब आप स्कूल में नहीं हैं?

- ☐ कभी नहीं
- ☐ कुछ बार
- ☐ अक्सर
- ☐ लगभग हर दिन

प्रश्न 19 केवल उन छात्रों को दिखाया जाता है जिन्होंने उत्तर दिया कि उन्हें धमकाया गया है (प्रश्न 17 और 18)

उन्नीस. क्या आपने किसी वयस्क को बदमाशी के बारे में बताया?

कृपया लागू होने वाले सभी का चयन करें:

- ☐ मैंने किसी वयस्क को नहीं बताया
- ☐ एक शिक्षक
- ☐ एक प्रिंसिपल या वाइस प्रिंसिपल
- ☐ एक सीवाईसी (बाल और युवा परामर्शदाता)/सीवाईडब्ल्यू (बाल और युवा कार्यकर्ता)/सामाजिक कार्यकर्ता
- ☐ मार्गदर्शन परामर्शदाता
- ☐ स्कूल में एक और स्टाफ सदस्य
- ☐ परिवार का एक सदस्य
- ☐ एक पुलिस अधिकारी
- ☐ अन्य (कृपया निर्दिष्ट करें):

प्रश्न 20 केवल उन छात्रों को दिखाया जाता है जिन्होंने उत्तर दिया कि उन्होंने एक वयस्क को बदमाशी के बारे में बताया था (प्रश्न 19)

बीस. क्या वयस्कों ने आपकी मदद की? (उदाहरण के लिए, उन्होंने आपसे बदमाशी के बारे में बात की, उन्होंने आपको उपयोगी सुझाव दिए, उन्होंने आपको थोड़ा कम अकेला महसूस करने में मदद की, उन्होंने बदमाशी को रोकने में मदद की)

- ☐ हाँ
- ☐ नहीं

प्रश्न 21 केवल उन छात्रों को दिखाया जाता है जिन्होंने उत्तर दिया कि उन्हें धमकाया गया है (प्रश्न 17 और 18)

इक्कीस. पिछले 12 महीनों में, क्या आपको इन तरीकों से धमकाया गया था:

लागू होने वाले सभी की जाँच करें

- ☐ शारीरिक आक्रामकता (उदाहरण के लिए, धक्का दिया गया, ट्रिप किया गया, या मारा)

☐ मौखिक आक्रामकता (उदाहरण के लिए, बार-बार चिढ़ाया गया, अपमानित किया गया, या आहत करने वाले नाम कहे गए)

इलेक्ट्रॉनिक/साइबरबुलिंग (उदाहरण के लिए, टिकटॉक, स्नैपचैट और इंस्टाग्राम जैसे सोशल मीडिया के माध्यम से या टेक्स्ट संदेशों द्वारा छेड़ा गया)

☐ कोई जानबूझकर आपकी किसी चीज़ को नुकसान पहुंचा रहा है

☐ कोई आपको जानबूझकर बाहर छोड़ रहा है या आपको बाहर कर रहा है

आपके मित्र

बाईस. कृपया अपने मित्रों के बारे में निम्नलिखित कथनों का उत्तर दें।

	हाँ	कभी कभी/ कुछ हद तक	नहीं
• मेरे कई दोस्त हैं	☐	☐	☐
• मैं अपनी उम्र के अन्य बच्चों के साथ अच्छी तरह से मिलता हूँ	☐	☐	☐
• मेरी उम्र के अन्य बच्चे चाहते हैं कि मैं उनका दोस्त बनूँ	☐	☐	☐
• मेरी उम्र के अधिकांश अन्य बच्चे मुझे पसंद करते हैं	☐	☐	☐
• मेरे पास कम से कम एक अच्छा दोस्त है जो मेरी परवाह करता है	☐	☐	☐
• मुझे ऐसा लगता है कि मैं संबंधित हूँ	☐	☐	☐

आपका परिवार

तेईस. कृपया अपने परिवार के बारे में इन बयानों का उत्तर दें।

	हाँ	कभी- कभी/प्रकार	नहीं
• मेरे माता-पिता/अभिभावक मेरे विचारों को सुनते हैं	☐	☐	☐
• अगर हम किसी बात से असहमत हैं तो मैं और मेरे माता-पिता मिलकर एक समस्या का समाधान करते हैं	☐	☐	☐
• मेरे माता-पिता/अभिभावक मुझे दिखाते हैं कि मेरी देखभाल की जाती है	☐	☐	☐
• मैं अपने परिवार के साथ घर पर कालिटी टाइम बिताता हूँ	☐	☐	☐
• मेरे माता-पिता/अभिभावक उन अच्छी चीज़ों के बारे में बात करते हैं जो मैं करता हूँ	☐	☐	☐

चौबीस. सामान्य तौर पर, आप हर दिन कितनी बार फल और सब्जियां खाते हैं?

- ☐ दिन में एक बार से भी कम
- ☐ दिन में एक बार
- ☐ दिन में दो बार
- ☐ दिन में 3 बार
- ☐ दिन में 4 बार
- ☐ दिन में 5 बार
- ☐ दिन में 6 बार
- ☐ दिन में 7 या अधिक बार

पच्चीस. **एक सामान्य स्कूल सप्ताह** (सोमवार से शुक्रवार) में आपने कितनी बार नाश्ता (एक गिलास दूध या फलों के रस से अधिक) या तो घर पर, स्कूल के रास्ते में, या कक्षाओं से पहले स्कूल में खाया?

- ☐ कोई नहीं
- ☐ 1 से 2 दिन
- ☐ 3 से 4 दिन
- ☐ सभी 5 दिन

छब्बीस. **एक सामान्य स्कूल की रात में**, आप आमतौर पर किस समय सोते हैं? (ड्रॉप डाउन सूची)

सत्ताईस. **एक सामान्य स्कूल के दिन**, आप आमतौर पर सुबह किस समय उठते हैं? (ड्रॉप डाउन सूची)

शारीरिक गतिविधि कोई भी ऐसी चीज है जो आपके दिल को तेज करती है, आपको पसीना आ सकती है और कभी-कभी आपकी सांस खो सकती है। शारीरिक गतिविधि के कुछ उदाहरण दौड़ना, तेज चलना, रोलरब्लाइडिंग, बाइकिंग, नृत्य, स्केटबोर्डिंग, तैराकी और खेल खेलना हैं।

अठ्ठाईस. **एक सामान्य सप्ताह में**, आप प्रति दिन कम से कम 1 घंटे के लिए कितने दिनों में शारीरिक रूप से सक्रिय रहते हैं?

- ☐ 0 दिन
- ☐ 1 दिन
- ☐ 2 दिन
- ☐ 3 दिन
- ☐ 4 दिन
- ☐ 5 दिन

- ☐ 6 दिन
☐ 7 दिन

उन्तीस. **स्कूल के घंटों के बाहर**, आप दिन में औसतन कितने **घंटे** स्क्रीन पर बिताते हैं (उदाहरण के लिए, वीडियो गेम खेलना, सेल फोन, टैबलेट या कंप्यूटर का उपयोग करना, या टीवी देखना)?

- ☐ दिन में 1 घंटे से भी कम
☐ दिन में 1 या 2 घंटे
☐ दिन में 3 या 4 घंटे
☐ दिन में 5 या 6 घंटे
☐ दिन में 7 या अधिक घंटे

तीस. एक सामान्य स्कूल सप्ताह (सोमवार से शुक्रवार) में, आप कितनी बार चलते हैं या पहिया (जैसे, बाइक, स्केटबोर्ड, स्कूटर) स्कूल से या स्कूल से आते हैं?

- ☐ प्रति सप्ताह 1-2 दिन
☐ प्रति सप्ताह 3-4 दिन
☐ सभी 5 दिन
☐ मैं चल सकता था या पहिया चला सकता था, लेकिन मैं शायद ही कभी/कभी नहीं करता
☐ मैं इसलिए नहीं करता क्योंकि मैं एक स्कूल बस का छात्र हूँ

प्रश्न 31 उन लोगों को छोड़कर सभी को दिखाया गया है जिन्होंने उत्तर दिया कि वे ऐसा नहीं करते क्योंकि वे एक स्कूल बस के छात्र हैं (प्रश्न 30)

इक्तीस. कृपया वह उत्तर चुनें जो स्कूल जाने या स्कूल से आपकी सामान्य यात्रा पर सबसे अच्छा लागू हो।

	नहीं	कभी कभी	हाँ
फुटपाथ, क्रॉसवॉक या बाइक लेन हैं जो मुझे स्कूल से चलने या स्कूल से चलने या पहिया चलाने में मदद कर सकते हैं।			
जब मैं स्कूल जाने या स्कूल जाने या जाने के लिए पहिया चलाता हूँ तो मैं यातायात से सुरक्षित महसूस करता हूँ।			
स्कूल से आने-जाने में चलने या पहिया चलाने में लंबा समय लगता है।			
मुझे स्कूल से आने-जाने में मज़ा आता है।			

सोशल मीडिया

शब्द "सोशल मीडिया" सोशल नेटवर्क साइटों (जैसे इंस्टाग्राम, टिकटॉक, एक्स/ट्विटर, फेसबुक, आदि), और इंस्टेंट मैसेंजर (जैसे स्नैपचैट, व्हाट्सएप, फेसबुक मैसेंजर) को संदर्भित करता है।

बत्तीस. आप आमतौर पर सोशल मीडिया साइटों या ऐप्स पर दिन में लगभग कितने घंटे बिताते हैं, या तो पोस्ट या ब्राउज़िंग करते हैं?

- ☐ दिन में 1 घंटे से भी कम
- ☐ दिन में लगभग 1 घंटा
- ☐ दिन में 2 घंटे
- ☐ दिन में 2 घंटे से अधिक
- ☐ सोशल मीडिया का उपयोग करें, लेकिन हर दिन नहीं
- ☐ सोशल मीडिया का इस्तेमाल बिल्कुल न करें

वीडियो गेम

शब्द "वीडियो गेम" ऑनलाइन और/या ऑफलाइन दोनों तरह से कंसोल, कंप्यूटर/लैपटॉप, मोबाइल डिवाइस या टीवी पर खेले जाने वाले गेम को संदर्भित करता है।

तैंतीस. आप आमतौर पर वीडियो गेम खेलने में दिन में लगभग कितने घंटे बिताते हैं?

- ☐ दिन में 1 घंटे से भी कम
- ☐ दिन में लगभग 1 घंटा
- ☐ दिन में 2 घंटे
- ☐ दिन में 2 घंटे से अधिक
- ☐ वीडियो गेम खेलें, लेकिन हर दिन नहीं
- ☐ वीडियो गेम बिल्कुल न खेलें

प्रश्न 34 केवल उन छात्रों को दिखाया जाता है जिन्होंने उत्तर दिया कि वे वीडियो गेम खेलते हैं (प्रश्न 33)

चौतीस. क्या आप वीडियो गेम में इनमें से किसी भी चीज पर पैसा खर्च करते हैं?

(लागू होने वाले सभी का चयन करें)

- ☐ खाल या आइटम (जैसे, पोशाक, सहायक उपकरण, भाव)
- ☐ लूट बक्से या रहस्य आइटम (आप नहीं जानते कि आपको क्या मिलेगा)
- ☐ पात्रों या वस्तुओं को अनलॉक करने के लिए खींचता या घूमता है
- ☐ गेम पास या बैटल पास
- ☐ खेल के पैसे (जैसे, वी-बक्स, रोबक्स, प्राइमोजेम्स)
- ☐ अपग्रेड या पावर-अप
- ☐ अन्य (कृपया निर्दिष्ट करें):
- ☐ मैं वीडियो गेम में पैसा खर्च नहीं करता

मानसिक स्वास्थ्य

पैंतीस. आप अपने बारे में कैसे बताएंगे:

	गरीब	बड़ी प्रदर्शनी	अच्छा	बहुत अच्छा	अति उत्कृष्ट
• मानसिक स्वास्थ्य	☐	☐	☐	☐	☐
• खुश	☐	☐	☐	☐	☐

छत्तीस. कृपया उस बॉक्स को चेक करें जो आपका सबसे अच्छा वर्णन करता है।

	हाँ	कभी-कभी/प्रकार	नहीं
• मैं सकारात्मक तरीकों से समस्याओं से निपटता हूँ	☐	☐	☐
• मैं अपने बारे में अच्छा महसूस करता हूँ	☐	☐	☐
• मुझे दिखने का तरीका पसंद है	☐	☐	☐
• मुझे खुद पर गर्व है	☐	☐	☐
• मैं अपने भविष्य को लेकर आशान्वित हूँ	☐	☐	☐
• मैं स्कूल में समस्याओं को अच्छी तरह से संभालता हूँ	☐	☐	☐

सैंतीस. सामान्य तौर पर, आप कितनी बार महसूस करते हैं:

	अक्सर/हमें शा	कभी कभी	शायद ही कभी/कभी नहीं
• उदास	☐	☐	☐
• निर्जन	☐	☐	☐
• फ़िक्रमंद	☐	☐	☐
• नाराज़	☐	☐	☐

अड़तीस. पिछले एक साल में, क्या आपको परेशानी हुई है...

	हाँ	नहीं
• विचलित होना (ऐसा महसूस करना कि आप ध्यान नहीं दे सकते)	☐	☐
• अन्य बच्चों का दबाव	☐	☐
• स्कूल के काम को लेकर तनाव	☐	☐
• खुद को चोट पहुँचाने का मन करना	☐	☐

उन्तालीस. क्या आप जानते हैं कि समस्याओं (जैसे, तनाव, भावनाओं आदि का प्रबंधन) के साथ सहायता कहां से प्राप्त करें यदि आपको या किसी और को इसकी आवश्यकता है?

☐ हाँ

☐ नहीं

सिगरेट, शराब और अन्य ड्रग्स

चालीस. क्या आपने कभी निम्नलिखित में से कोई भी प्रयास किया है?

	हाँ	नहीं
• सिगरेट	☐	☐
• शराब (कुछ घूंट से अधिक)	☐	☐
• कैनबिस (मारिजुआना, खरपतवार, घास, बर्तन, चरस के रूप में भी जाना जाता है)	☐	☐
• अन्य दवाएं जो आपको डॉक्टर या आपके माता-पिता द्वारा नहीं दी जाती हैं	☐	☐

आप वेल-बीइंग एंड हेल्थ यूथ सर्वे के अंत तक पहुंच गए हैं!

हमारे साथ अपने अनुभव साझा करने के लिए समय निकालने के लिए धन्यवाद। आपके द्वारा दिए गए उत्तरों का उपयोग आपके स्कूल और आपके समुदाय को बेहतर बनाने में मदद करने के लिए किया जाएगा।

अपने उत्तरों को सहेजने और सर्वेक्षण बंद करने के लिए नीचे दिए गए "सबमिट" बटन पर क्लिक करें।