**ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਰਵੇਖਣ**

ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ ਦੁਖੀ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਲਈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਬਾਰੇ ਸਮਝਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਜਵਾਬ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦੁਖੀ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਤਰਜੀਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਉਹ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 3 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੁਖ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ:

* ਦੁਖ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ
* ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ
	+ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਹਾਰਕ ਮਾਮਲੇ
	+ ਦੁਖ ਤੋਂ ਉਭਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
	+ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ
	+ ਆਪਣੀ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ
	+ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਜਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
* ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਜਨਸੰਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਸਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ ਕਿ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਨੇ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਹੈ)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਵਾਲਾਂ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਰਵੇਖਣ ਪੂਰਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਜਨਸੰਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵੀ ਦਿਓ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ‘ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਨਤਕ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨਾਮ ਜਵਾਬਾਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੌਰਾਨ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਪੋਰਟ ਜਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣ ਉਜਾਗਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਸਿਰਫ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਪਛਾਣਯੋਗ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ, ਰਿਪੋਰਟਾਂ, ਕਾਨਫਰੰਸ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਖੋਜ ਪੱਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਅਨਾਮ ਡੇਟਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਡੇਟਾ ਸੈਟਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਉਜਾਗਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਹੋਰ[ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ (FAQs)](https://bereavementcommission.org.uk/taking-part/faqs/)ਦੇਖੋ

**ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ*ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ*ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁਖ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ।**

ਸਰਵੇਖਣ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸੇਵ**ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ** ਇਸ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ ਲਗਭਗ 25 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਸੀਂ**ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ 31 ਦਸੰਬਰ 2021**ਤੱਕ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ।

## ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ

ਸਬਮਿਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ \*

ਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਡੇਟਾ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ/ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ

ਤੁਹਾਡੀ ਕਹਾਣੀ ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ \*

ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਸਮਝਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਮੇਰਾ ਡੇਟਾ ਅਨਾਮ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਸਮਝਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਅਨਾਮ ਡੇਟਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ, ਖੋਜ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਮੈਂ ਸਹਿਮਤ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਅਨਾਮ ਖੋਜ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਸਮਝਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਇਹ ਡੇਟਾ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਮੇਰੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਵੇਗਾ

ਹਾਂ, ਸਹਿਮਤ ਹਾਂ

**ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਖ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸੋ।**

E1. ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ, ਉਸ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਲ ਕੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸੀ? ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਜਵਾਬਾਂ ‘ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ:

ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਤਰੇਏ ਜਾਂ ਗੋਦ ਲਏ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

* ਮੇਰਾ ਪਤੀ ਜਾਂ ਪੁਰਸ਼ ਸਾਥੀ
* ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਮਹਿਲਾ ਸਾਥੀ
* ਮੇਰੀ ਮਾਂ
* ਮੇਰਾ ਪਿਓ
* ਮੇਰਾ ਭਰਾ
* ਮੇਰੀ ਭੈਣ
* ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ
* ਮੇਰੀ ਧੀ
* ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ/ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ
* ਮੇਰੇ ਆਂਟੀ ਜਾਂ ਅੰਕਲ
* ਮੇਰੇ ਪੋਤਾ-ਪੋਤੀ/ਦੋਹਤਾ-ਦੋਹਤੀ
* ਮੇਰਾ ਮਿੱਤਰ
* ਮੇਰਾ ਸਹਿਕਰਮੀ
* ਹੋਰ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ

E1a. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ 3 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਅਗਲੇ ਸੈੱਟਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਲਿਖਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

* ਮੇਰਾ ਪਤੀ ਜਾਂ ਪੁਰਸ਼ ਸਾਥੀ
* ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਮਹਿਲਾ ਸਾਥੀ
* ਮੇਰੀ ਮਾਂ
* ਮੇਰਾ ਪਿਓ
* ਮੇਰਾ ਭਰਾ
* ਮੇਰੀ ਭੈਣ
* ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ
* ਮੇਰੀ ਧੀ
* ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ/ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ
* ਮੇਰੇ ਆਂਟੀ ਜਾਂ ਅੰਕਲ
* ਮੇਰੇ ਪੋਤਾ-ਪੋਤੀ/ਦੋਹਤਾ-ਦੋਹਤੀ
* ਮੇਰਾ ਮਿੱਤਰ
* ਮੇਰਾ ਸਹਿਕਰਮੀ
* ਹੋਰ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ

E2. ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨੀ ਸੀ?

* 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ
* 19-24
* 25-29
* 30-34
* 35-39
* 40-44
* 45-49
* 50-54
* 55-59
* 60-64
* 65-69
* 70-74
* 75-79
* 80-84
* 85-90
* 90+

E2a. ਉਹ ਕੀ ਸਨ

* ਪੁਰਸ਼
* ਮਹਿਲਾ
* ਨਾਨ-ਬਾਇਨਰੀ

E2b. ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਕਿੱਥੇ ਹੋਈ?

* ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ
* ਧਰਮਸ਼ਾਲਾ (hospice) ਵਿੱਚ
* ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ
* ਦੇਖਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ
* ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ
* ਮੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰ ਦੀ ਮੌਤ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਹੋਈ ਸੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਦੁਰਘਟਨਾ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ‘ਤੇ)

E2c. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਕਦੋਂ ਹੋਈ ਸੀ

E2d. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਪਤਾ ਹੈ?

* Covid 19 ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕ
* ਕੈਂਸਰ
* ਹੋਰ ਟਰਮੀਨਲ/ਜੀਵਨ ਘਾਤਕ ਸਥਿਤੀ
* ਹੋਰ - ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ

**ਵਿਹਾਰਕ ਦੁਖ ਸਹਾਇਤਾ**

1. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਹਾਰਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਈ ਸੀ?

* ਮੌਤ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ
* ਸੰਸਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ
* ਵਿੱਤੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ, ਭੁਗਤਾਨ, ਬੀਮਾ
* ਹੋਰ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ
* ਨਹੀਂ

2. ਇਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ (ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ) ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਪਹਿਲੂ ਕੀ ਸੀ?

3. ਇਹਨਾਂ ਵਿਹਾਰਕ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨੇ ਮਦਦ ਕੀਤੀ (ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲੀ)?

4. ਕੀ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਕੋਈ ਵਸੀਅਤ ਬਣਾਈ ਸੀ?

* ਹਾਂ
* ਨਹੀਂ
* ਪਤਾ ਨਹੀਂ
* ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਸੀ

5. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਕਰਕੇ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ?

ਜੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸੋ

6. ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੇ ਸਹਿਯੋਗ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗਿਆ?

* ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ
* ਕਾਫੀ
* ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ
* ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ
* ਇਸ ਸਵਾਲ ਦਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ

6a. ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ) ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੇ ਸਹਿਯੋਗ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗਿਆ?

* ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ
* ਕਾਫੀ
* ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ
* ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ
* ਇਸ ਸਵਾਲ ਦਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ

7. ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਕੂਲ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਚੰਗੀ ਲੱਗੀ?

8. ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਕੂਲ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਸੀ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ?

**ਦੁਖ ਤੋਂ ਉਭਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ**

9. ਆਪਣੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕਿਸ ਨੇ (ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ) ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਹੌਂਸਲਾ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੀ? [ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ 'ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ]

* ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ
* ਦੋਸਤ/ਗੁਆਂਢੀ
* ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਈਚਾਰਾ
* ਸਹਿਕਰਮੀ
* ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ/ਅਧਿਆਪਕ
* ਹਸਪਤਾਲ/ਧਰਮਸ਼ਾਲਾ ਸਿਹਤਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ
* GP ਜਾਂ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਸਿਹਤਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ
* ਅੰਤਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ
* ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਦਾਨ
* ਸਲਾਹਕਾਰ
* ਕੋਈ ਨਹੀਂ/ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ
* ਹੋਰ

10. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਖ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਸੈਕਟਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਲਪਲਾਈਨ, ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਸਲਾਹਕਾਰ) ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪਈ ਸੀ ਜਾਂ ਹੈ?

* ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ/ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ
* ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ
* ਨਹੀਂ, ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਈ ਸੀ
* ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ/ਪਈ ਸੀ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ
* ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ/ਪਈ ਸੀ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ

11. ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ/ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?

* GP ਜਾਂ GP ਸਰਜਰੀ ਵੇਲੇ ਸਟਾਫ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ
* ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਸਹਾਇਤਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (bereavement helpline))
* ਲਿਖਤੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ Facebook ਸਮੂਹ, ਔਨਲਾਈਨ ਚੈਟ ਫੋਰਮ)
* ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਖ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮੂਹ)
* ਸੋਗ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਹੂਲਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਦੁਖ ਬਾਰੇ ਸਮੂਹਕ ਚਰਚਾ; ਜਾਂ ਸਮੂਹਕ ਸਲਾਹ)
* ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਹਾਇਤਾ (One-to-one support) (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਲਾਹ)
* ਮਾਹਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ
* ਹੋਰ

12. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ‘ਤੇ ਮਿਲੀ ਸੀ?

ਹਾਂ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ?

12a. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ‘ਤੇ ਮਿਲੀ ਸੀ?

ਨਹੀਂ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ?

13. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਤਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁੱਕਵੀਂ ਸੀ?

ਨਹੀਂ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ?

13a. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਤਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁੱਕਵੀਂ ਸੀ?

ਹਾਂ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ?

14. ਕਿਸ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਏ? (ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੀਆਂ ‘ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ)

* ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਸੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ
* ਜਿਸ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮੈਨੂੰ ਲੋੜ ਸੀ ਉਹ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਸੀ
* ਇਹ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ‘ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਸੀ
* ਮੈਂ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਵਿੱਚ ਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ
* ਮੈਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਹੋਵੇਗੀ
* ਹੋਰ
* ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ, ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ

15. ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕ ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਸੈਕਟਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਕੋਈ ਲਾਭ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਲੇ ਅਤੇ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਨਸਲੀ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, LGBTQ+ ਕਮਿਉਨਿਟੀ, ਬਜ਼ੁਰਗ, ਨੌਜਵਾਨ, ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਪਿਛੜੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਰਾਏ ਵਿੱਚ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਯੋਗ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ?

16. ਕੀ ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ (ਮੌਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ) ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਖੋਇਆ ਹੈ?

* ਹਾਂ
* ਨਹੀਂ

17. ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨੇ ਮੌਤ, ਮਰਨ ਅਤੇ ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਡੀਆਂ ਆਮ ਰਸਮਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਦੀ ਘੜੀ ਅਤੇ ਖੁਦ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਈ? ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ‘ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ

* ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਹੋ ਪਾਉਣਾ
* ਮੌਤ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਨਾ ਹੋਣਾ
* ਆਪਣੇ ਮੁਤਾਬਕ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋਣਾ
* ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਇਕੱਲਤਾ
* ਸੰਸਕਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਪਾਬੰਦੀਆਂ
* ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾ ਮਿਲਣਾ
* ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਤੋਂ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣਾ
* ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਹੋਈਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਮੀਡੀਆ ਕਵਰੇਜ
* ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ
* Covid-19 ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ
* ਹੋਰ - ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਬੇਝਿਜਕ ਹੋ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਦੱਸੋ
* ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ

18. ਕੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋਈ ਸੀ?

19. ਕੀ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ, ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ ਜਾਂ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ?

21. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ‘ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ’?

22. ਦੁਖ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਰਜ ਸਥਾਨਾਂ, ਹੋਰ ਸਮਾਜਕ ਸੰਗਠਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਦੁਆਰਾ।

## ਕੁਝ ਹੋਰ?

23. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ‘ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ UK ਕਮਿਸ਼ਨ’ (UK Commission on Bereavement) ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਗੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਦੁਖੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕੇ?

**ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲ**

ਇਹ ਸਵਾਲ ਸਾਡੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਨ, ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਵਾਲਨਾਮੇ ਦਾ ਜਵਾਬ ਕਿਸ ਨੇ ਦਿੱਤਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਉਮਰ ਸਮੂਹ)। ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਉੱਤਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਦੇਵਾਂਗੇ।

D1. ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

* 18-30
* 31-40
* 41-50
* 51-60
* 61-70
* 71-80
* 81-90
* 90+

D2. ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿੰਨੀ ਰਸਮੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਹੈ? (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਹੀ ਚੁਣੋ)

|  |  |
| --- | --- |
| *ਕੋਈ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨਹੀਂ* |  |
| *GCSEs/ O Levels/ CSEs* |  |
| *A Levels/ GNVQs/BTEC* |  |
|  *ਵਪਾਰਕ ਸਿਖਲਾਈ* |  |
| *ONC/OND/City & Guilds* |  |
| *HNC/HND* |  |
| *ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਫਰਸਟ ਡਿਗਰੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ BA, BSc)* |  |
| *ਪੋਸਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਡਿਗਰੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ MA, MSc, PhD)* |  |
| *ਪੋਸਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਯੋਗਤਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਜਾਂ ਡਿਪਲੋਮਾ)* |  |
| *ਹੋਰ**ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ………………………………* |  |

D4. ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਬਿਆਨ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੁਹਾਡੇ ‘ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੁੱਖ ‘ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ

* ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲਾ ਕੰਮ (ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤੇ 30 ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਵੱਧ)
* ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲਾ ਕੰਮ (ਪ੍ਰਤੀ ਹਫਤੇ 30 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ)
* ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਸਿੱਖਿਆ
* ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰ
* ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ
* ਕੰਮ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਿਟਾਇਰ
* ਘਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
* ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
* ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ

D5. ਤੁਸੀਂ UK ਵਿੱਚ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ?

* ਚੈਨਲ ਆਈਲੈਂਡ
* ਪੂਰਬੀ ਮਿਡਲੈਂਡਸ
* ਪੂਰਬ ਇੰਗਲੈਂਡ
* ਗ੍ਰੇਟਰ ਲੰਡਨ
* ਆਇਲ ਆਫ਼ ਮੈਨ
* ਉੱਤਰ ਪੂਰਬੀ ਇੰਗਲੈਂਡ
* ਉੱਤਰ ਪੱਛਮੀ ਇੰਗਲੈਂਡ
* ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ
* ਸਕਾਟਲੈਂਡ
* ਦੱਖਣ ਪੂਰਬੀ ਇੰਗਲੈਂਡ
* ਦੱਖਣੀ ਪੱਛਮੀ ਇੰਗਲੈਂਡ
* ਵੇਲਸ
* ਵੈਸਟ ਮਿਡਲੈਂਡਸ
* ਯੌਰਕਸ਼ਾਇਰ ਅਤੇ ਹੰਬਰ
* ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ

D6. ਕੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁੱਖ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ?

* ਹਾਂ
* ਨਹੀਂ

*ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮੁੱਖ ਭਾਸ਼ਾ*

D7. ਨਸਲ: ਤੁਹਾਡੇ ਨਸਲੀ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਬਾਕਸ ‘ਤੇ ਕਰਾਸ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ।

* ਗੋਰਾ
* ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ - ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ
* ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ - ਸਕਾਟਿਸ਼
* ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ -ਵੈਲਸ਼
* ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਿਸ਼
* ਆਇਰਿਸ਼
* ਜਿਪਸੀ ਜਾਂ ਆਇਰਿਸ਼ ਟ੍ਰੈਵਲਰ
* ਕੋਈ ਹੋਰ ਗੋਰੀ ਪਿਛੋਕੜ
* ਮਿਸ਼ਰਤ
* ਗੋਰਾ ਅਤੇ ਕਾਲਾ ਕੈਰੇਬੀਅਨ
* ਗੋਰਾ ਅਤੇ ਕਾਲਾ ਅਫਰੀਕੀ
* ਗੋਰਾ ਅਤੇ ਏਸ਼ੀਅਨ
* ਕੋਈ ਹੋਰ ਮਿਸ਼ਰਤ/ਬਹੁ ਨਸਲੀ ਪਿਛੋਕੜ
* ਏਸ਼ੀਅਨ ਜਾਂ ਏਸ਼ੀਅਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼
* ਭਾਰਤੀ
* ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ
* ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ੀ
* ਚੀਨੀ
* ਕੋਈ ਹੋਰ ਏਸ਼ੀਅਨ ਪਿਛੋਕੜ
* ਕਾਲਾ/ਅਫਰੀਕੀ/ਕੈਰੇਬੀਅਨ/ਕਾਲਾ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼
* ਅਫਰੀਕੀ
* ਕੈਰੇਬੀਅਨ
* ਕੋਈ ਹੋਰ ਕਾਲਾ/ ਅਫਰੀਕੀ/ ਕੈਰੇਬੀਅਨ ਪਿਛੋਕੜ
* ਅਰਬ
* ਹੋਰ ਨਸਲੀ ਸਮੂਹ

D8. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ

* ਨਾਸਤਿਕ
* ਬੁੱਧ ਧਰਮ
* ਈਸਾਈ ਧਰਮ (ਸਾਰੇ ਫਿਰਕੇ)
* ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ
* ਇਸਲਾਮ
* ਯਹੂਦੀ ਧਰਮ
* ਸਿੱਖ ਧਰਮ
* ਅਧਿਆਤਮਕ ਪਰ ਧਾਰਮਿਕ ਨਹੀਂ
* ਹੋਰ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ
* ਕੋਈ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ
* ਕਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ

D9. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ: ਮੇਰੀ ਪਛਾਣ ਹੈ:

ਪਿਛਲੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਕੁਝ LGBTQ+ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਖ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜੇ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ।

* ਮਹਿਲਾ
* ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਮਹਿਲਾ
* ਪੁਰਸ਼
* ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਪੁਰਸ਼
* ਨਾਨ-ਬਾਇਨਰੀ/ਜੈਂਡਰ ਫਲੂਡ
* ਮੈਂ ਦੱਸਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ
* ਕੁਝ ਹੋਰ

D9a. ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਤੁਹਾਡੇ ਜਨਮ ਵਾਲੀ ਹੀ ਹੈ?

* ਹਾਂ
* ਨਹੀਂ
* ਮੈਂ ਦੱਸਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ

D10. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ:

* ਬਾਇਸੈਕਸੁਅਲ
* ਗੇ/ ਲੇਸਬੀਅਨ
* ਹਿਟ੍ਰੋਸੈਕਸੁਅਲ/ਸਟ੍ਰੇਟ
* ਹੋਰ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ
* ਮੈਂ ਦੱਸਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ

### ਧੰਨਵਾਦ ਅਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਸਬਮਿਟ ਕਰੋ

ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਦੁਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਸੰਗਠਨਾਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।