

परवरिश एवं परिवार समायोजन मापनी (PAFAS)

कृपया प्रत्येक कथन पढ़े और संख्या 0, 1, 2 या 3 का चयन करें जो इंगित करता है की पिछले चार सप्ताह के दौरान इनमें से कौनसा कथन आप पर कितना सही लागू होता है। इनमें से कोई भी सवाल सही या गलत नहीं है। किसी भी कथन पर ज्यादा समय व्यतीत न करें।

उदाहरण स्वरूप:- यदि मेरा बच्चा जो मैं कहता हूँ वह नहीं सुनता है तो मैं उसे छोड़ देता हूँ और उसे कार्य को मैं स्वयं करता हूँ।

0 ① 2 3

यह रेटिंग स्केल या मापनी इस प्रकार है:-

- 0 – मेरे बारे में बिल्कुल भी सही नहीं है।
- 1 – मेरे बारे में थोड़ा या कुछ समय के लिए सही है।
- 2 – मेरे बारे में काफी समय तक सही है।
- 3 – मेरे बारे में बहुत या अधिकांश समय के लिए सही है।

		यह आपके बारे में कितना सत्य बताता है।			
		बिल्कुल भी नहीं	थोड़ा	काफी समय के लिए	बहुत ज्यादा
1.	यदि मेरा बच्चा जो मैं कहता हूँ वह नहीं सुनता है तो मैं उसे छोड़ देता हूँ और उसे कार्य को मैं स्वयं करता हूँ।	0	1	2	3
2.	जब भी मेरा बच्चा अच्छा व्यवहार करता है तो मैं अपने बच्चे को पुरस्कार या मनपसंद खाना या मनोरंजक कार्य देता हूँ।	0	1	2	3
3.	जब भी मेरा बच्चा दुर्व्यवहार करता है तो उसको इस व्यवहार का परिणाम भुगतना पड़ता है (उदाहरण के लिए- उसका एक खिलौना छिन लेता हूँ।)	0	1	2	3
4.	जब मेरा बच्चा दुर्व्यवहार करता है तो मैं उसको धमकाता हूँ (उदाहरण:- उसका टीवी बंद कर देना) परन्तु मैं उन उसका अनुपालन नहीं करता हूँ।	0	1	2	3
5.	जब भी मेरा बच्चा दुर्व्यवहार करता है तो मैं उस पर चिल्लाता या गुस्सा करता हूँ।	0	1	2	3
6.	जब भी मेरा बच्चा अच्छा व्यवहार करता है तो मैं उसकी प्रशंसा करता हूँ।	0	1	2	3
7.	मैं अपने बच्चे को उसके दुर्व्यवहार के लिए उसे बुरा या गलती महसूस कराने का प्रयास करता हूँ (उदाहरण:- शर्म या दोषी महसूस कराना)	0	1	2	3
8.	जब भी मेरा बच्चा अच्छा व्यवहार करता है तो मैं उसको स्नेह देता हूँ (उदाहरण:- गले लगाता हूँ, मुस्कराता हूँ या प्यार करता हूँ)	0	1	2	3
9.	जब भी मेरा बच्चा दुर्व्यवहार करता है तो मैं उसकी पिटाई करता हूँ।	0	1	2	3

10.	मैं अपने बच्चे से उसके व्यवहार या दृष्टिकोण पर बहस करता हूँ।	0	1	2	3
11.	मैं अपने बच्चे से उसके दुर्व्यवहार पर हमेशा प्रतिक्रिया देता हूँ।	0	1	2	3
12.	जब भी मेरा बच्चा नाराज या गुस्सा होता है तो मैं उसे वो दे देता हूँ जो भी वह चाहता है।	0	1	2	3
13.	मैं अपने बच्चे से गुस्सा हो जाता हूँ।	0	1	2	3
14.	मैं अपने बच्चे से बात करता हूँ।	0	1	2	3
15.	मैं अपने बच्चे को गले लगाना और सीने से लगाना पसंद करता हूँ।	0	1	2	3
16.	मुझे अपने बच्चे पर गर्व है।	0	1	2	3
17.	मुझे अपने बच्चे के साथ समय बिताना पसंद है।	0	1	2	3
18.	मेरा मेरे बच्चे के साथ अच्छा संबंध है।	0	1	2	3
19.	मैं तनावग्रस्त व चिन्ति महसूस करता हूँ।	0	1	2	3
20.	मैं खुशी महसूस करता हूँ।	0	1	2	3
21.	मैं दुःख या उदासी महसूस करता हूँ।	0	1	2	3
22.	मैं अपने जीवन में संतुष्टि महसूस करता हूँ।	0	1	2	3
23.	माता-पिता होने के कारण पैदा होने वाली भावनात्मक जरूरतों को अच्छी तरह से पूरा करता हूँ।	0	1	2	3
24.	हमारे परिवार के सदस्य एक दूसरे की सहायता या सहयोग करते हैं।	0	1	2	3
25.	हमारे परिवार के सदस्य एक दूसरे के साथ अच्छे रिश्ते निभाते हैं।	0	1	2	3
26.	हमारे परिवार के सदस्य एक दूसरे के साथ लड़ाई झगड़ा या बहस करते हैं।	0	1	2	3
27.	हमारे परिवार के सदस्य एक दूसरे को नीचा दिखाते हैं या आलोचना करते हैं।	0	1	2	3

	यदि आप अपने जीवन साथी के साथ है तो कृपया नीचे दिये गये 3 प्रश्नों के जवाब दीजिए।	यह आपके बारे में कितना सत्य बताता है।			
		बिल्कुल भी नहीं	थोड़ा समय या हद तक	काफी समय या हद तक	बहुत ज्यादा
28.	मैं अपने जीवनसाथी के साथ अपने बच्चे की परवरिश के लिए एक टीम की तरह कार्य करता हूँ।	0	1	2	3
29.	मैं अपने जीवनसाथी से अपने बच्चे की परवरिश को लेकर असहमत हूँ।	0	1	2	3
30.	मेरा अपने जीवनसाथी से बहुत अच्छा संबंध है।	0	1	2	3

Citation:

Sanders, M. R., & Morawska, A. (2010). *Parenting and Family Adjustment Scales (PAFAS)*. Brisbane: Parenting and Family Support Centre, The University of Queensland.

Sanders, M. R., Morawska, A., Haslam, D. M., Filus, A., & Fletcher, R. (2014). Parenting and Family Adjustment Scales (PAFAS): Validation of a brief parent-report measure for use in assessment of parenting skills and family relationships. *Child Psychiatry and Human Development*, 45(3), 255-272. doi: 10.1007/s10578-013-0397-3

Mazzucchelli, T. G., Hodges, J., Kane, R. T., Sofronoff, K., Sanders, M. R., Einfeld, S., . . . Gray, K. M. (2018). Parenting and family adjustment scales (PAFAS): validation of a brief parent-report measure for use with families who have a child with a developmental disability. *Research in Developmental Disabilities*, 72, 140-151. doi:10.1016/j.ridd.2017.10.011