



自我调节育儿量表 Parenting Self-Regulation Scale

请为以下各项陈述打分，从1（非常不同意）到7（非常同意）。

	非常不同意	既不同意也不反对	非常同意				
1. 我知道我想培养孩子的哪些行为和技能。	1	2	3	4	5	6	7
2. 我善于制定计划，以实现我在养育过程中需要的改变。	1	2	3	4	5	6	7
3. 我善于执行计划，以实现我在养育过程中需要的改变。	1	2	3	4	5	6	7
4. 我有信心我能通过行动来改善我孩子的行为表现。	1	2	3	4	5	6	7
5. 我有信心我能通过调整养育方式来解决我孩子的行为问题。	1	2	3	4	5	6	7
6. 我有能力成为一名称职的家长	1	2	3	4	5	6	7
7. 我对我孩子的行为表现有很大影响。	1	2	3	4	5	6	7
8. 我相信我养育方式的改变会引发我孩子行为表现的变化。	1	2	3	4	5	6	7
9. 我有能力处理我孩子在行为或情绪方面的问题。	1	2	3	4	5	6	7
10. 我知道如何在不需要别人帮助的情况下解决大多数养育问题。	1	2	3	4	5	6	7
11. 我可以将我所学到的养育策略应用于不同的情境。	1	2	3	4	5	6	7
12. 我有应对我孩子以后行为问题的技能。	1	2	3	4	5	6	7

Citation:

Sanders, M. R., Mazzucchelli, T., Day, J. J. & Hodges, J. (2017). Parenting self-regulation scales. Parent and Family Support Centre, The University of Queensland.

Tellegen, C. L., Ma, T., Day, J. J., Hodges, J., Panahi, B., Mazzucchelli, T. G., Sanders, M. R. (2022). Measurement properties for a scale assessing self-regulation in parents and parenting practitioners. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 1736-1748.

<http://doi.org/10.1007/s10826-022-02307-z>