

குழந்தை வளர்ப்பு' பற்றிய குற்ற உணர்வு பற்றிய கேள்வித்தாள்

**(Guilt about Parenting Scale)**

**வழிமுறைகள்:**

இந்த கேள்வித்தாள் பெற்றோராக இருப்பதைப் பற்றி நீங்கள் எப்படி நினைக்கிறீர்கள் மற்றும் உணர்கிறீர்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு அறிக்கையையும் கவனமாகப் படியுங்கள். ஒவ்வொரு கேள்விக்கும், ஒவ்வொரு அறிக்கையிலும் நீங்கள் எவ்வளவு உடன்படுகிறீர்கள் என்பதை சிறப்பாக விவரிக்கும் எண்ணைத் தேர்வு செய்யவும். ஒவ்வொரு அறிக்கையிலும் அதிக நேரம் செலவிட வேண்டாம். தயவு செய்து எந்த பதில்களையும் தவிர்க்க வேண்டாம். சரியான அல்லது தவறான பதில்கள் இல்லை.

| கடுமையாக<br>முரண்படுகி<br>றோம் | முரண்ப<br>டுகிறோ<br>ம் | ஓரளவுக்கு<br>உடன்பட<br>வில்லை | ஓப்புக்கொ<br>ள்ளவும்<br>இல்லை<br>உடன்படவி<br>ல்லை | ஓரளவு<br>ஓப்புக்<br>கொள்கி<br>றேன் | ஓப்புக்<br>கொள்கி<br>றேன் | கடுமையாக<br>ஓப்புக்கொள்கி<br>றேன் |
|--------------------------------|------------------------|-------------------------------|---|------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| 1                              | 2                      | 3                             | 4   | 5                                  | 6                         | 7                                 |

|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| நான் இருக்க வேண்டிய அளவுக்கு ஒரு நல்ல பெற்றோர் இல்லை என்று நான் அடிக்கடி கவலைப்படுகிறேன்.                    |   |   |   |   |   |   |   |
| எனது சொந்த தேவைகளை என் குழந்தைக்கு முன் வைத்தால் நான் கஷ்டமாக உணர்கிறேன்.                                    |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் என் குழந்தையுடன் அதிக நேரம் செலவிட வேண்டும்.  |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் குழந்தையை விட்டு போகும்பொழுது என் குழந்தை வருத்தப்பட்டால் நான் குற்ற உணர்ச்சியாக உணர்கிறேன்.            |   |   |   |   |   |   |   |
| என் குழந்தை வருத்தப்பட்டால் அது என் தவறு என்று நான் அடிக்கடி உணர்கிறேன்.                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் என் பிள்ளையை வளர்ப்பதிலும், நெறிப்படுத்துவதிலும் முரண்பட்டால் நான் வருத்தமாக உணர்கிறேன்                 |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் என் குழந்தைக்கு போதுமான அன்பையும் கவனத்தையும் கொடுக்கவில்லை என்று அடிக்கடி கவலைப்படுகிறேன்.             |   |   |   |   |   |   |   |
| என் குழந்தையுடன் பழக முழுமையாகச் செயல்படும் ஆற்றல் என்னிடம் இல்லாதபோது நான் குற்ற உணர்ச்சியுடன் இருக்கிறேன். |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் வீட்டில் அல்லது என் குடும்பத்துடன் இல்லை என்றால் நான் மோசமாக உணர்கிறேன்.                                |   |   |   |   |   |   |   |
| நான் வேலை மற்றும் குடும்பத்தை சிறப்பாக நிர்வகிக்க வேண்டும்.  |   |   |   |   |   |   |   |

**Instrument citation:**

Haslam, D. M. & Finch, J (2016). *The Guilt About Parenting Scale (GAPS)*. Parenting and Family Support Centre, The University of Queensland, Australia

**Validation citation:**

Haslam, D., Filus, A. & Finch (2019). The Guilt about Parenting Scale (GAPS): Development and Initial Validation of a Self-Report Measure of Parenting Guilt, and the Relationship between Parenting Guilt and Work and Family Variables. *Journal of Child & Family Studies*.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-019-01565-8>