



Ebeveynlik Öz Düzenleme Ölçekleri (PSRS) – Ebeveyn versiyonu

Lütfen aşağıdaki ifadeleri 1'den (Kesinlikle katılmıyorum) 7'ye (Kesinlikle katılıyorum) kadar puanlayınız.

PSRS Ebeveyn versiyonu	Kesinlikle katılmıyorum		Ne katılıyorum ne de katılmıyorum			Kesinlikle katılıyorum	
1. Çocuğumda hangi davranışları ve becerileri teşvik etmek istediğimi biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2. Ebeveynlikte ihtiyaç duyulan değişiklikleri gerçekleştirmek için plan yapma konusunda iyiyim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Ebeveynliğimde ihtiyaç duyulan değişiklikleri gerçekleştirmek için bir planı uygulama konusunda iyiyim.	1	2	3	4	5	6	7
4. Çocuğumun davranışlarını iyileştirmek için gerekli önlemleri alabileceğim konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5. Çocuğumun davranışlarıyla ilgili bir sorunu çözmek için ebeveynliğimde değişiklikler yapabileceğimden eminim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Etkili bir ebeveyn olmak için gereken becerilere sahibim.	1	2	3	4	5	6	7
7. Çocuğumun davranışları üzerinde büyük bir etkiye sahibim.	1	2	3	4	5	6	7
8. Ebeveynliğimdeki değişikliklerin çocuğumun davranışlarında değişikliklere neden olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Çocuğumun davranışları veya duyguları ile ilgili sorunlarımı yönetme becerisine sahibim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Çoğu ebeveynlik sorununu, başkalarının yardımına ihtiyaç duymadan nasıl çözeceğimi biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. Ebeveynlik çözümleri hakkında öğrendiklerimi farklı durumlara uygulayabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
12. Çocuğumun davranışlarıyla ilgili gelecekteki sorunlarla başa çıkabilecek becerilere sahibim.	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>