

من منحيث پدر/ مادر  
جزوه برای پدر یا مادر  
Me as a Parent

کاملاً موافق Strongly agree	موافق Agree	احساسات مختلط Mixed feelings	مخالف Disagree	کاملاً مخالف Strongly disagree	در مورد طفل پروری تان فکر کنید و به سوالات ذیل پاسخ دهید: Thinking about your parenting, please answer the questions below
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. وقتی مشکلی بین من و طفلم پیش میاید، کار زیادی نمیتوانم برای رفع آن مشکل انجام دهم When something goes wrong between me and my child, there is little I can do to fix it
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. من می دانم چطور بیشتر مشکلاتی را که در طفل پروری پیش می آید حل کنم I know how to solve most problems that arise with parenting
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. من منحيث یک پدر یا مادر به خودم اعتماد دارم I have confidence in myself as a parent
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. طفل من معمولاً در نهایت حرف خودش را پیش می برد، پس چرا تلاش کنم My child usually ends up getting their own way, so why try
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5. من این مهارت ها را دارم که با موقعیت های نو در مورد طفلم به محضی که ایجاد می شوند، بپردازم I have the skills to deal with new situations with my child as they arise
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6. وقتی تغییراتی در خانواده ام ضرورت است، من در تعیین اهداف برای دستیابی به آن تغییرات خوب عمل می کنم When changes are needed in my family I am good at setting goals to achieve those changes
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7. من می توانم معلومات به دست آورم که برای حل هر مشکلی که طفلم دارد چه چیزی ضرورت است I can find out what's needed to resolve any problems my child has
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8. من انتظارات ام را برای ارائه حمایت عاطفی از طفلم برآورده می کنم I meet my expectations for providing emotional support for my child
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9. من اغلب نسبت به رفتار طفلم احساس درماندگی می کنم I often feel helpless about my child's behaviour
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10. من در پلان ریزی و ترتیب دادن فعالیت های تفریحی و آموزشی برای طفلم مهارت دارم I am good at making plans and arranging fun and educational activities for my child to engage in
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11. من تمام مهارت های لازم را برای اینکه یک پدر یا مادر خوبی برای طفلم باشم دارم I have all the skills necessary to be a good parent to my child
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12. من می دانم که منحيث یک پدر یا مادر کار خوبی انجام می دهم I know I am doing a good job as a parent
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	13. من می دانم که چطور می توانم بفهمم طفلم در چه موقعیت هایی احتمال دارد شادتر باشد I know how to work out which situations my child is likely to be happiest in
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14. من حتی زمانی که تجربه ناراحت کننده ای داشته ام، می توانم روی کارهایی که باید منحيث یک پدر یا مادر انجام دهم تمرکز کنم I can stay focused on the things I need to do as a parent even when I've had an upsetting experience
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	15. مهارت های طفل پروری من موثر است My parenting skills are effective
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	16. اینکه طفل من چگونه بار خواهد آمد، بیشتر ناشی از چانس است How my child turns out is mainly due to luck