# Ek 1

**Ebeveyn Öz-Damgalama Ölçeği** (Eaton et al. 2018)

**Yönerge:** Son zamanlarda çocuğunuza ebeveynlik yaparken bu düşüncelere ne sıklıkla sahipsiniz? İlgili ifadeye ne kadar katıldığınızı lütfen işaretleyiniz.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Son zamanlarda çocuğumla ilişkilerimde…* | Hiçbir zaman |  | Her zaman |
| 1. İyi bir ebeveyn olmadığımı düşünüyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Çocuğumu yetiştirme tarzım onun problem yaşamasına neden olmaktadır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Başkaları ne derse desin iyi bir ebeveyn olduğumu düşünüyorum.\* | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Çocuğumun bir problem olduğu için kendimi suçlu hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Çocuğumun problemi ile ilgili utanıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Benim yüzümden çocuğum problem yaşıyor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Çocuğumun probleminin olması benim hatam değil.\* | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Problemli bir çocuğun ebeveyni olmaktan utanç duyuyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Mükemmel bir ebeveyn olduğumu düşünüyorum.\* | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Problemli bir çocuğun ebeveyni olmaktan endişe duyuyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Çocuğumun probleminden dolayı suçlu olduğumu düşünüyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Değerlendirme:** Ölçekten 11-55 arasında puan alınabilmektedir. 3, 7 ve 9. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçek üç boyutlu bir yapıdan (kendini suçlama: 2, 4, 6, 7 ve 11; kendinden utanma: 5, 8 ve 10; olumsuz ebeveynlik inancı: 1, 3 ve 9) oluşmaktadır. Puanlar yükseldikçe ebeveynlikle ilgili daha çok damgalama yaşandığı şeklinde yorumlanabilir.