ANNEXURE – V

ABOUT THE TOOL

There are few tools measuring different types of stresses some available tools. Family Questionnaire (Herbert, 1952) which gives a gamily tension index, Schedule of Recent Experience (Martin, 1983) of family stress, Job Stress (Gardel, 1976) which is for employees, Educational Stress Events Inventory (Sharratt, 1983) to measure job related stress, and Stress Scale for School Psychologists (Beitman, 1983). There is availability of tools which measure one or the other components of stress, e.g., anxiety tools are developed by Taylor (1953), Mandler and Sarason (1952), Alpert and Haber (1960). Libert and Morris (1967), Sinha (1966), Sinha and Sinha (1969), McNair et.al., (1971); for measuring frustration, Pareek et.al., Devi, Muthayya, Sharma, Chauhan and Tewari, Dixit and Srfi / Astava etc., have developed instruments; conflict can be measured by conflict board by Uppadhayay. However, these tools are not sufficient for the purpose measuring some exclusive stress types having all the four components of stress, Herbert, R.G. (1952). The measurement of family relationships. Human Relations, 5(1), 3-30. Liebert, R.M. and Morris, L.W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. Psychological Reports, 20,975-78. Martin, W. (1983). Influence of family system life change stress on behavioral 6 adjustment of early adolescents. Dissertation abstracts international, 44(1), 376.

Sharratt, G. (1983). An analysis of occupational stress reported by Vietnam era veteran educators in Washington State. Dissertation Abstract International, 44(3).

Sinha, D. (1966). A psychological analysis of some factors associated with success and failure in university education – intelligence, anxiety, and (V) adjustment of achievers and non achievers. Psychological Studies, 11(2), V 69-88.

Taylor, J.A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. Journal of Abnormal Social Psychology, 482,285-90.

Measurement of thirteen types of stresses, a 'Battery of Stress Scale' was developed and standardised. This battery has the following scales in it:

a. Scale of existential Stress (SES)
b. Scale of Achievement Stress (SAchS)
c. Scale of Academic Stress (SAS)
d. Scale of Self-Concept Stress (SSCS)
e. Scale of Self-Actualization Stress (SSAS)
f. Scale of Physical Stress (SPS)
g. Scale of Social Stress (SSS)
h. Scale of Role Stress (SRS)
i. Scale of Institutional Stress (SIS)
j. Scale of Family Stress (SFS)
k. Financial Stress Scale (FSS)
l. Scale of Vocational Stress (SVS)
m. Scale of Superstition Stress (SSUS)

Scoring Pattern

The scoring is as follows for each positive item

Always	Often	Sometimes	Rarely	Never	Total	Grand total
5	4	3	2	1		

For negative item it is just vice-versa. The grand total will be the sum of frequency score. Thus it will yield.

(a) Frequency of stress for each item

(b) Total frequency of stress score

Table 1 : Distribution of Items of Sachs

Sr. No.	Components	Item Numbers	Total
1	Achievement frustration	2,4,8,10,15,16,21, 25, 28, 32, 33, 36, 37, 40, 41, 44, 46, 51	18
2	Achievement Conflict	7,18,27,29, 43	5
3	Achievement pressure	1,5,6,11,14,17,20,24,26, 31,34,38, 42, 45, 47, 48, 50	18
4	Achievement Anxiety	3,9,12,19,22,23,30,35,39,49,52	13
		Total	**52**

Table 2 : Distribution of Items of SAS

Sr. No.	Components	Item Numbers	Total
1	Academic frustration	2, 5, 7, 15, 18, 20, 22, 25, 33, 44, 45, 46, 50, 52, 55, 56, 57, 62, 63, 67, 68, 69, 72, 75, 77	26
2	Academic Conflict	8, 11, 16, 21, 24, 28, 37, 41, 42, 43, 47, 54, 59, 71, 79	15
3	Academic Pressure	1,3,4,6,10,14, 23, 26, 29, 31, 32, 34, 35, 38, 53, 58, 60, 61, 64, 70, 73, 74, 76, 78	24
4	Academic Anxiety	9, 12, 13, 17, 19, 27, 30, 36, 40, 48, 49, 51, 65, 66, 80	15
		Total	**80**

Table -3 : Distribution of Items of SFS

Sr. No.	Components	Item Numbers	Total
1	Family Frustration	2, 4, 5, 11, 12, 15,20, 22, 25, 28, 35, 39, 40, 46, 47, 49, 50, 51, 57, 59, 69, 82, 83	24
2	Family Conflict	6, 8, 10, 16, 29, 41, 44, 54, 58, 60, 65	11
3	Family Pressure	1, 14, 17, 18, 19, 24, 26, 27, 31, 36, 37, 42, 43, 45, 45, 48, 52, 55, 56, 61, 66, 67, 68, 70, 74, 76, 77, 79, 80, 81	30
4	Family Anxiety	3, 9, 13, 21, 23, 30, 33, 34, 39, 53, 62, 63, 64, 71, 72, 73, 75, 78	18
		Total	**83**

Table 4: Distribution of Items of FSS

Sr. No.	Components	Item Numbers	Total
1	Frustration	1,4,6,7,10,13,15,16,21,23,25,26, 27, 30, 34, 36, 45, 47, 49, 51, 54, 58, 60, 63, 64, 67, 70, 71, 72, 73	30
2	Financial Conflict	5, 14, 20, 33, 37, 41, 43, 48, 53, 57, 59, 62	12
3	Financial Pressure	2, 8, 9, 11, 17, 18, 19, 22, 24, 28, 35, 38, 40, 42, 44, 50, 56, 61, 69.	20
4	Financial anxiety	3, 12, 29, 31, 32, 39, 46, 52, 55, 65, 68	18
		Total	**83**

Interpretation

The stress scores in each scale can be interpreted

1) Total frequency of stress for each item

2) Total frequency under each scale

65. धनी लोगों के बीच मुझे यह चिन्ता सताने लगती है कि ये लोग कहीं मेरे विषय में अन्यथा तो नहीं सोचते।
66. रात में देर तक पैसे प्राप्त करने की विधियाँ सोचता रहता/सोचती रहती हूँ।
67. यह बात दुःखद प्रतीत होती है कि लोग मेरे पास पैसे होने से चिढ़ते हैं।
68. अमीरों के बीच उठते-बैठते मेरा दिल जोर से धक-धक करता रहता है।
69. पैसा प्राप्त करना मेरे लिए बायें हाथ का खेल होता है।
70. अपने घर की परिस्थितियों को समझते हुए मैं पैसे के लिए तरसना ठीक नहीं समझता/समझती हूँ।
71. मैं सोचता/सोचती हूँ कि मेरे मित्र इसलिए नहीं बनते क्योंकि मैं धनी नहीं हूँ।
72. यह बात कष्टप्रद लगती है कि दुनियाँ में आदर पैसे के कारण मिलता है।
73. मैं सोचता/सोचती हूँ समाज में प्रत्येक के पास बराबर पैसा होना चाहिए।

Interview Scale

Scale 2 : SAchS

1. मेरी यह इच्छा है कि जो कुछ भी मैं करूँ सबसे अच्छे ढंग से करूँ, मुझे थका देती है।
2. मुझे यह बात दुःखित कर देती है कि मैं महान विद्वानों के विचारों को नहीं जान पाता/पाती।
3. मुझे यह चिंता होती है कि कहीं मैं एक साधारण व्यक्ति ही बनकर न रह जाऊँ।
4. मुझे यह सोचकर क्रोध आता है कि मैं क्यों आगे नहीं बढ़ पाता/पाती।
5. कठिन से कठिन समस्या को सुलझा देने की मेरी आकांक्षा मुझे भारी पड़ती है।
6. चूँकि मैं बड़ों के द्वारा बताये मार्ग पर ही चलता/चलती हूँ, मुझे जीवन आसान प्रतीत होता है।
7. मैं यह निर्णय नहीं ले पाता/पाती कि परम्परागत विधि से कार्य करूँ अथवा किसी नवीन पद्धति का प्रयोग करूँ।
8. मुझे इस बात से क्षोभ होता है कि मैं अपना कार्य सुसंगठित ढंग से नहीं कर पाता/पाती।
9. यह सोचकर मुझे पसीना आ जाता है कि कहीं मेरा कार्य अधूरा ही न रह जाय।
10. लीक से हटकर न चल सकना मुझे क्षुब्ध कर देता है।
11. लोगों के सामने अपने विचारों को व्यवस्थित ढंग से रखने के लिए मुझे प्रयास करना पड़ता है।
12. 'लोग मुझसे आगे न बढ़ जायें' यह चिंता खाए जाती है।
13. मैं कोई सर्वथा नवीन कार्य करने के सम्बंध में घंटों सोचता रहता/सोचती रहती हूँ।
14. उन लोगों से जो बड़ी-बड़ी नौकरियों में है, सम्बन्ध रखने का प्रयास मुझे थका देता है।
15. कार्य न कर पाना जिनमें कौशल और योग्यता की आवश्कता पड़ती है मुझे क्रोधित कर देता है।
16. मैं नित नये परिवर्तनों से दुःखी रहता/रहती हूँ।
17. मुझे उत्तरदायित्व निभाना अच्छा लगता है।
18. मैं उन अनेक उच्च आकांक्षाओं के बीच झूलता रहता/झूलती रहती हूँ जो मेरे मन में आती जाती रहती हैं।
19. मैं यह सोचकर घबड़ा जाता/जाती हूँ कि कहीं लोग मुझे साधारण श्रेणी का न समझते हों।
20. मैं किसी भी बात के कारण का पता लगाने में अपना समय खर्च कर देता/देती हूँ।
21. इस बात का दुःख होता है कि मुझे कभी भी, कहीं भी महत्वपूर्ण पद नहीं मिल पाता।
22. मैं इस बात की परवाह नहीं करता/करती कि लोग मुझे चतुर समझते हैं अथवा नहीं।
23. लोगों का भली प्रकार नेतृत्व न कर पाने की आशंका मुझे अस्थिर कर देती है।
24. मैं ऐसे प्रश्नों के उत्तर ढूँढ़ने में अपनी शक्ति लगा देता/देती हूँ जिनका उत्तर कोई नहीं दे पाता।
25. देश के विभिन्न महत्वपूर्ण स्थलों को देखने का अवसर न मिल सकने का दुःख सताता है।

26. अधिक से अधिक लोगों की सहायता करने का प्रयास मेरा समय ले लेता है।
27. मेरी इच्छा न तो परम्परागत ढंग से व्यवहार करने की होती है और न ही किसी नवीन ढंग से।
28. जब मेरे कार्य में कोई बाधा डालता है तो मैं झुंझला जाता/जाती हूँ।
29. मैं इस द्विविधा में रहता/रहती हूँ कि किसी निश्चित उद्देश्य की प्राप्ति के लिए प्रयास करूँ अथवा नहीं।
30. मुझे यह चिंता होती है कि जीवन में कोई महत्वपूर्ण कार्य कर भी पाऊँगा/पाऊँगी अथवा नहीं।
31. वाद-विवाद में भाग लेने के कारण मैं थक जाता/जाती हूँ।
32. मैं असफलताओं की परवाह नहीं करता/करती।
33. जब लोग किसी समस्या को मुझसे पहले हल कर लेते हैं तो मुझे क्रोध आने लगता है।
34. किसी भी कार्य को अन्य लोगों से अधिक अच्छे ढंग से करने का मेरा प्रयास मुझे थका देता है।
35. किसी सर्वथा नवीन परम्परा को अपनाते समय मैं यह सोचकर घबड़ा जाता/जाती हूँ कि अन्य लोग क्या कहेंगे।
36. मुझे इस बात का कष्ट होता है कि परिस्थितियाँ मेरी उन्नति में बाधा डालती हैं।
37. किसी भी कार्य को त्रुटिपूर्ण ढंग से करने पर मैं क्षुब्ध हो जाता/जाती हूँ।
38. बड़े लोगों से उनके सुझाव जानने का प्रयास मुझे बोझा लगता है।
39. मुझे सीखने के सुअवसरों को खो देने का भय रहता है।
40. मुझे इस बात पर क्रोध आता है कि लोग मुझसे सुझाव क्यों नहीं माँगते।
41. मैं सोचता/सोचती हूँ कि काश मुझमें लोगों के अच्छे गुणों को सीखने की क्षमता होती।
42. मेरा समय नए-नए परीक्षण करने में चल जाता है।
43. नये-नये लोगों से मित्रता करने की इच्छा मुझमें यह द्वंद उत्पन्न करती है कि पुराने मित्रों को छोड़ दूँ या नहीं।
44. निर्णय न ले सकने के कारण मैं दुःखी रहता/रहती हूँ।
45. कार्य को पूर्ण करने की धुन में रात में देर तक जगे रहने के कारण मेरा सिर भारी हो जाता है।
46. मुझे इस बात का क्षोभ होता है कि कोई ऐसी कहानी नहीं सोच पाता/पाती जो सबसे अलग हो।
47. मैं लोगों के निर्णयों को स्वीकार करना पसन्द करता/करती हूँ।
48. मैं अपने में हीन भावना लाना पसन्द नहीं करता/करती।
49. लोगों को प्रभावित न कर पाने की आशंका मुझे अस्थिर कर देती है।
50. हर बात में सबसे आगे रहने का प्रयास जटिल लगता है।
51. घण्टों लगातार कार्य कर सकने की क्षमता न होने के कारण दुःखी रहता/रहती हूँ।
52. मुझे महत्वपूर्ण पद न मिलने की आशंका रहती है।

Scale 3 : SAS

1. मैं सोचता/सोचती हूँ कि मेरे विद्यालय में पढ़ाई आवश्यकता से अधिक होती है।
2. यह सोचकर मुझे पीड़ा होती है कि अन्य छात्रों/छात्राओं के समान मैं पढ़ाई में होशियार क्यों नहीं हूँ।
3. मुझे पढ़ाई के घंटे छोटे लगते हैं।

4. कक्षा में पढ़ते समय अध्यापक/अध्यापिका को प्रभावित करने के लिए मुझे अपने को गम्भीर रहने का प्रयास करना पड़ता है।
5. मुझे अपने खराब स्वास्थ्य पर क्रोध आता है क्योंकि इस कारण पढ़ाई नहीं हो पाती।
6. पढ़ाई का बोझ होने पर भी मैं कोई बात नहीं भूलता।
7. कक्षा में अध्यापक/अध्यापिका का कुछ ही छात्रों/छात्राओं से प्रभावित रहना मुझे निराश कर देता है।
8. कठिन विषयों के घण्टों को छोड़ देने की इच्छा मुझमें प्रबल रहती है।
9. मुझे यह चिंता रहती है कि कहीं अन्य छात्र मुझसे पढ़ाई में आगे न बढ़ जायें।
10. लगातार पढ़ते रहने के बावजूद भी मेरी विद्यालय में ही रहने की इच्छा होती है।
11. 'नकल करना अनुचित है' यह जानते हुए भी नकल करना चाहता/चाहती हूँ।
12. मुझे लगता है कि कठिन विषयों में मैं पास हो जाऊँगा/जाऊँगी।
13. पढ़े गए पाठ को उचित समय पर स्मरण न कर सकने के कारण मुझे दुःख होता है।
14. पढ़ाई मुझे बोझ लगती है।
15. प्रथम न आने पर भी मैं सन्तुष्ट रहता/रहती हूँ।
16. 'किस विषय को कितना समय दिया जाए' यह मैं आसानी से निश्चित कर लेता/लेती हूँ।
17. कक्षा में मुझे यह चिन्ता लगी रहती है कि अध्यापक/अध्यापिका कहीं मुझसे कोई ऐसा प्रश्न न पूछ बैठे जिसका मैं उत्तर न दे सकूँ।
18. इच्छानुसार परीक्षाफल न आने के कारण मैं निराश रहता/रहती हूँ।
19. मुझे ऐसा महसूस होता है कि पढ़ने के लिए की गई मेहनत मेरे काम आएगी।
20. कक्षा में पूछे गए प्रश्नों का उत्तर न दे सकने के कारण मैं छात्रों/छात्राओं के सामने शर्म महसूस करता/करता हूँ।
21. खेलते समय मैं पढ़ाई में नुकसान होने की बात नहीं सोचता/सोचती हूँ।
22. मैं उन छात्रों/छात्राओं से ईर्ष्या करता/करती हूँ जो मेरे समान योग्यता रखते हुए भी मुझसे अच्छी श्रेणी प्राप्त कर लेते हैं।
23. जिस विषय में मेरी रुचि नहीं होती उसकी कक्षा में भी मैं आसानी से बैठा रहता/बैठी रहती हूँ।
24. 'प्रथम पास होने के लिए अत्यधिक पढ़ूँ या सिर्फ इतना ही पढ़ूँ कि पास हो सकूँ' ऐसी इच्छायें मेरे मन में द्वन्द उत्पन्न कर देती हैं।
25. पुस्तकों को देखते ही मुझे उकताहट होने लगती है।
26. छुट्टी के उपरान्त भी जब अध्यापक/अध्यापिका अतिरिक्त कक्षा लेते हैं तो मैं थकता/थकती नहीं हूँ।
27. मैं डरता/डरती हूँ कि यदि मैं उत्तीर्ण न हुआ/हुई तो क्या होगा।
28. मेरे खेलने का आनन्द आधा रह जाता है क्योंकि खेलते समय मैं पढ़ाई के बोझ को महसूस करता/करती हूँ।
29. होशियार छात्रों/छात्राओं से मैं खुलकर बातें करता/करती हूँ।
30. परीक्षाओं के समीप आने पर मैं सामान्य बना रहता/बनी रहती हूँ।
31. पढ़ाई में उच्च स्थान प्राप्त करने के लिए किया गया अत्यधिक कार्य मुझे थका देता है।
32. अध्यापक/अध्यापिका जब छुट्टी के लिए अत्यधिक गृह-कार्य देते हैं तो मुझे बड़ा क्रोध आता है।

33. कक्षा में प्रश्नों के उत्तर न दे सकने पर भी मैं प्रसन्नचित रहता/रहती हूँ।
34. समझ में न आने पर एक ही बात को बार-बार पढ़ने से मेरा सिर भारी होने लगता है।
35. छुट्टियाँ अच्छी लगती है क्योंकि पढ़ाई से छुटकारा मिल जाता है।
36. साथियों की पढ़ाई की बातों को सुनकर मुझे घबड़ाहट नहीं होती है।
37. पढ़ाई के सम्बन्ध में, माता-पिता की इच्छाओं तथा मेरी इचछाओं में भिन्नता होने के कारण मैं द्विविधा में रहता हूँ।
38. मैं पढ़ाई से बचना चाहता/चाहती हूँ।
39. पढ़ाई में आने वाली रुकावटों से मुझे चिढ़ नहीं होती है।
40. मुझे पढ़ी गई बात के भूल जाने का भय रहता है।
41. मनोरंजन से अपना ध्यान हटाकर पढ़ाई में लगाने से मेरा ध्यान बँट जाता है।
42. विषयों को चुनते समय मेरे लिए यह निश्चित करना सरल होता है कि मैं कौन सा विषय लूँ।
43. मैं यह सोचता रहता/सोचती रहती हूँ कि पढ़ाई जारी रखूँ या नहीं।
44. कक्षा के होशियार छात्रों/छात्राओं से मुझे ईर्ष्या होती है।
45. फेल हो जाने के कारण मैं निराश रहता/रहती हूँ।
46. खूब परिश्रम करने पर भी कक्षा में प्रथम न आ सकने के कारण मैं दुःखी रहता/रहती हूँ।
47. मैं यह निर्णय सरलता से ले लेता/लेती हूँ कि पढ़ाई पर अधिक ध्यान केन्द्रित करूँ या खेलकूदों में।
48. मुझे यह चिन्ता रहती है कि परीक्षाओं में समय में मैं कहीं रुग्ण न बन जाऊँ।
49. मुझे उन विषयों के घण्टों का भय नहीं रहता है जिन्हें मैं कम जानता/जानती हूँ।
50. पढ़ाई के लिए पर्याप्त पुस्तकें न होने के कारण मैं असन्तुष्ट रहता/रहती हूँ।
51. मैं सोचता/सोचती हूँ कि मेरी पढ़ाई बिना रुकावट के पूर्ण हो जायेगी।
52. भली प्रकार पढ़ने पर भी अध्यापक/अध्यापिका के बुद्धू कह देने पर क्षोभ से मैं तिलमिला उठता/उठती हूँ।
53. परीक्षाओं तक सम्पूर्ण पाठ्यक्रम पूरा करना मेरे लिए आसान काम है।
54. विद्यालय जाना मुझे अच्छा लगता है परन्तु पढ़ाई के भय से मैं विद्यालय जाने से कतराता/कतराती हूँ।
55. अन्य छात्रों/छात्राओं की पढ़ाई की सुविधाओं को देखते हुए मैं अपने को असहाय अनुभव करता/करती हूँ।
56. परीक्षा में सफलता से सम्बन्धित मेरी आशायें पूरी हो जाती हैं।
57. कोई निश्चित उद्देश्य न होने के कारण मुझे पढ़ाई नीरस लगती है।
58. पढ़ाई के बारे में सोचते रहने के कारण मेरे सिर में दर्द होने लगता है।
59. कम पढ़ने वाले छात्रों/छात्राओं को अच्छे अंकों में पास होते देखकर मेरे मन में द्विविधा उत्पन्न होती है कि मैं कम पढ़ूँ या अधिक।
60. दिए गए गृह कार्य को सर्वोत्तम ढंग से करने की धुन मुझे परेशान कर देती है।
61. होशियार छात्रों/छात्राओं से उनके नोट्स प्राप्त करने की कोशिश में मैं थकान अनुभव नहीं करता/करती हूँ।
62. मुझे दुःख होता है कि क्यों मैंने व्यर्थ में समय गँवाकर पढ़ने-लिखने की ओर ध्यान नहीं दिया।
63. पढ़ाई के सम्बन्ध में उचित सलाह न पा सकने का मुझे कोई दुःख नहीं होता है।

64. अध्यापक/अध्यापिका के न आने पर मुझे आराम सा लगता है।
65. 'परीक्षा' शब्द से मुझे भय लगता है।
66. पढ़ाई न करने पर भी मुझे माता-पिता/अभिभावक की फटकार का भय नहीं रहता है।
67. मन लगाकर पढ़ने पर भी जब अध्यापक/अध्यापिका दण्ड देते/देती हैं, तो मैं परवाह नहीं करता/करती हूँ।
68. मनचाहा विषय न मिल पाने के कारण कक्षा में मुझे उकताहट होने लगती है।
69. पैसे की कठिनाई होने पर भी मैं पढ़ाई में अपना ध्यान केन्द्रित कर लेता/लेती हूँ।
70. कक्षा में सबसे आगे रहने के लिए मुझे अपनी सामर्थ्य से अधिक मेहनत करनी पड़ती है।
71. "मैं अपनी आकांक्षा पूर्ति के लिए पढ़ूँ या अपने मित्रों की इच्छा के लिए उनके साथ सैर सपाटा करूँ" यह निर्णय मैं आसानी से कर लेता/लेती हूँ।
72. मुझे उन छात्र/छात्राओं से ईर्ष्या होती है जो होशियार छात्र/छात्राओं को अपनी ओर मिला लेते हैं।
73. माता-पिता की आज्ञाओं के अनुरूप पढ़ाई करने के कारण मैं दबाव अनुभव करता/करती हूँ।
74. जैसे ही पढ़ाई का घण्टा खत्म होता है मैं आराम की सांस लेता/लेती हूँ।
75. पाठ समझ में न आने पर भी मैं प्रसन्न रहता/रहती हूँ।
76. कक्षा में मैं प्रश्नों के उत्तर देते-देते थक जाता/जाती हूँ।
77. माता-पिता (अभिभावकों) की अशिक्षा से मेरी पढ़ाई में पड़ने वाली रुकावट दुःखदायी लगती है।
78. मुझे लगता है कि जिस तेजी से अध्यापक/अध्यापिका पढ़ाते जा रहे हैं उसी तेजी से मैं भी पढ़ ले रहा/रही हूँ।
79. अंक प्रदान करने में अध्यापक/अध्यापिकाओं द्वारा पक्षपात किए जाने पर मुझे उन्हें चांटा मार देने की इच्छा होती है पर अपने को रोकने का प्रयत्न करता/करती हूँ।
80. कक्षा में मुझे भय बना रहता है कि कहीं अध्यापक/अध्यापिका गृह कार्य के बारे में न पूछें।

Scale 10 : SFS family

1. मित्रों के घर आने पर अपने घर की दशा असहनीय लगती है।
2. मैं सोचता/सोचती हूँ कि मेरे मित्र का घर कितना अच्छा है।
3. विद्यालय से घर जाते समय यह चिंता रहती है कि घर पर माता-पिता/अभिभावक या बड़े भाई-बहन डाँट न दें।
4. अपने घर के लोगों के सहपाठियों के सामने आ जाने पर शर्म से डूब जाता/जाती हूँ।
5. जब माता-पिता/अभिभावक फटकार देते हैं तो उन्हें उल्टा फटकार देने की इच्छा होती है पर मैं अपने पर किसी प्रकार नियंत्रण कर लेता/लेती हूँ।
6. मैं यह निर्णय आसानी से ले लेता/लेती हूँ कि कब परिवार के किस सदस्य पर अधिक ध्यान देना चाहिए।
7. अपने परिवार में लोगों के बीमार रहने से मेरा मन कहीं नहीं लगता।

8. लोगों के सामने माता-पिता/अभिभावक द्वारा मेरा मजाक उड़ाने पर यह द्विविधात्मक विचार आता है कि घर को छोड़कर दूर कहीं चला/चली जाऊँ या लोगों के सामने इन्हें अपमानित कर दूँ।
9. घर में अपने से बड़ों से इतना डरता/डरती हूँ कि मेरे हाथ में पसीना आ जाता है।
10. परिवार के किसी भी सदस्य से बोलने की इच्छा न होने के कारण काम पड़ने पर यह निश्चय नहीं कर पाता/पाती कि बोलूँ अथवा नहीं।
11. लोगों को अपने माता-पिता, भाई-बहनों के विषय में बताने में गर्व अनुभव करता/करती हूँ।
12. जब माता-पिता/अभिभावक मेरे अन्य भाई-बहनों की पक्षपात करते हैं तो मुझे अपना जीवन बेकार लगने लगता है।
13. घर में होने वाले उत्सवों में मुझे यह आशंका बनी रहती है कि कहीं लोगों के सामने मुझे डाँट न पड़ जाए।
14. घर के सदस्यों को खुश रखने का प्रयत्न मुझे थका देता है।
15. मित्रों के सुखी घर को देखकर मैं ईर्ष्या नहीं करता/करती।
16. मेरे घर के नियम मुझे द्विविधा में डाल देते हैं।
17. अपने घर की कोई जिम्मेदारी उठाने में मैं सरलता अनुभव करता/करती हूँ।
18. रात में सभी के देर तक जगे रहने के कारण मुझे देर तक उठा रहना पड़ता है जिससे मेरा सिर भारी हो जाता है।
19. 'माता-पिता और परिवार के बड़े लोग पूज्य है' यह सोचकर मजबूरन उनकी इच्छानुसार चलता/चलती हूँ।
20. मेरे घर में मेरी भावनाओं का सम्मान होता है।
21. रात में घर की समस्याओं के बारे में सोचते रहने से ठीक तरह से नींद नहीं आ पाती।
22. मुझे इस बात का दुःख है कि मेरे घर के लोग मेरी मित्रता पर पाबन्दी लगाते हैं।
23. घर के बड़े बूढ़ों की आवाज ही मुझे कँपा देती है।
24. मैं माता-पिता/अभिभावक भाई-बहन की आज्ञा का पालन करने में प्रसन्नता अनुभव करता/करती हूँ।
25. मुझे यह बात बुरी लगती है कि हमारे घर में किसी कार्य का कोई निश्चित समय नहीं है।
26. घर में कुछ लोग काम करते हैं परन्तु मेरे आराम से बैठे रहने पर कोई कुछ नहीं कहता।
27. मुझे घर में छायी चुप्पी असहनीय लगती है।
28. अन्य माता-पिताओं/अभिभावकों को अपने बच्चों को घुमाने के लिए जाते देखकर अपने माता-पिता/अभिभावक पर क्रोध आने लगता है।
29. मैं यह निश्चय नहीं कर पाता/पाती कि अपने मन की करूँ या घर के बड़े बूढ़ों की आज्ञा मानूँ।
30. घर में मेहमानों का आना मुझे अच्छा लगता है।
31. छुट्टियों में दिनभर घर पर रहना बड़ा मुश्किल हो जाता है।
32. मैं इस बात पर ध्यान नहीं देता/देती कि क्यों अन्य माता-पिता/अभिभावकों के समान हमारे माता-पिता/अभिभावक हमारे साथ हँसी-मजाक नहीं करते।
33. मुझे इस बात की चिंता रहती है कि कहीं मेरे घर पर कोई मुसीबत न आ जाए।
34. मैं इस बात से भयभीत होता/होती हूँ कि घर में लोग मेरी बात काट न दें।
35. अपने परिवार के कटु अनुभव मुझे दुःखी कर देते हैं।

36. घर में हर कार्य तनाव की हालत में करना पड़ता है।
37. मुझे लगता है कि मेरे माता-पिता/अभिभावक अपने विचारों को मुझ पर नहीं थोपते।
38. घर में मेरी चीजें उठाकर इधर-उधर फेंक दी जाती हैं जो मुझे अच्छा नहीं लगता।
39. घर में मुझे यह आशंका सताती है कि अब दरवाजा जोर से बन्द करने, बर्तन जोर से पटक देने जैसी आवाज होगी।
40. मैं अपने माता-पिता/अभिभावक के व्यवहार से सन्तुष्ट रहता/रहती हूँ।
41. मैं यह निश्चय नहीं कर पाता/पाती कि अपने भाई-बहनों में से किसे अधिक प्यार करूँ।
42. घर के बड़े-बूढ़ों का कुछ न कुछ बड़बड़ाते रहना मुझे परेशान कर देता है।
43. घर में मैं खिंचाखिंचा-सा रहता/खिंचीखिंची-सी रहती हूँ।
44. मुझे ऐसा नहीं लगता कि अपने परिवार के किसी भी व्यक्ति से न बोलूँ।
45. मुझे घर में लोग ठीक से सोने नहीं देते।
46. मैं सोचता/सोचती हूँ कि हमारे घर में भी औरों के समान कम लोग होते।
47. जब माता/पिता अभिभावक भाई-बहनों को खेलने देते हैं और मुझसे कार्य करने को कहते हैं तो मुझे अपने घर के प्रति विरक्ति हो जाती है।
48. घर के लिए सौदा आदि खरीदना मुझे समय की बर्बादी लगती है।
49. मुझे अपना घर छोड़कर कहीं जाने की इच्छा नहीं होती।
50. माता-पिता/अभिभावक द्वारा मेरी प्रशंसा न करना मुझे खटक जाता है।
51. मुझे लगता है कि काश मेरे माता-पिता/अभिभावक अन्य माता-पिताओं/अभिभावकों के समान होते।
52. घर में प्रतिदिन होने वाले परिवर्तनों से मैं परेशान रहता/रहती हूँ।
53. मुझे माता-पिता/अभिभावक, भाई-बहन की लताड़ की परवाह नहीं रहती।
54. घर में आए दिन होने वाली पार्टियाँ मुझे थका देती हैं।
55. मेरे लिए अपने परिवार के किसी भी व्यक्ति से कोई काम करवा लेना जटिल कार्य है।
56. माता-पिता/अभिभावक द्वारा भाई-बहनों का अधिक ध्यान रखना मुझे इस द्विविधा में डाल देता है कि माता-पिता को छोड़ दूँ या इन भाई-बहनों की धुनाई कर दूँ।
57. मुझे अपने घर के नियम पसन्द हैं।
58. अपने परिवार के कुछ लोगों का विरोध करने की इच्छा होती है परन्तु यह निर्णय नहीं ले पाता/पाती कि विरोध करूँ या नहीं।
59. मैं माता-पिता/अभिभावक, भाई-बहनों से होने वाले झगड़ों से दुःखी रहता/रहती हूँ।
60. विद्यालय से घर जाते समय लगता है कि घर जाऊँ या न जाऊँ।
61. मैं अपने परिवार के हर सदस्य से भलीभाँति घुलमिल जाता/जाती हूँ।
62. सुबह इस चिन्ता में मेरी नींद जल्दी ही खुल जाती है कि अब मुझे जगा दिया जायेगा।
63. मुझे यह चिंता रहती है कि कहीं मुझे अपने भाई-बहनों से अधिक कार्य करने को न कहा जाय।
64. अपने माता-पिता/अभिभावक, भाई-बहनों से मैं बिलकुल नहीं घबड़ाता/घबड़ाती।

65. मेरी इच्छा न तो माता/पिता/अभिभावक के पास बैठने की होती है न ही परिवार के किसी अन्य सदस्य के साथ।
66. 'ठीक समय पर खाना, ठीक समय पर सोना' यह पाबन्दी बड़ी कष्टदायक लगती है।
67. बड़ों की इच्छानुसार चलना आसान होता है।
68. घर की चिल्ल-पों कष्टदायक लगती है।
69. मुझे यह बात खलती है कि परिवार में मेरे किसी भी सुझाव पर ध्यान नहीं दिया जाता।
70. घर में हर वस्तु ठीक जगह पर रखने में मुझे कोई कष्ट नहीं होता।
71. यह सोचकर कि कहीं मेरे माता-पिता/अभिभावक बीमार न पड़ जायें, मैं काँप जाता/जाती हूँ।
72. घर की वस्तुयें मैं बेफिक्री से तोड़-फोड़ देता/देती हूँ।
73. मुझे भय लगता है कि घर में यदि सब कुछ इसी प्रकार चलता रहा तो एक दिन मैं पागल हो जाऊँगा/जाऊँगी।
74. भाई-बहनों की देखभाल, सेवा-टहल मुझ में उकताहट भर देती है।
75. विद्यालय में भी मैं घर को लेकर चिंतित रहता/रहती हूँ।
76. घर पहुँचकर मैं आराम अनुभव करता/करती हूँ।
77. घर में एकान्तता असहनीय लगती है।
78. मैं घर में कुछ भी करता/करती हूँ तो यह आशंका बनी रहती है कि कहीं उसमें त्रुटियाँ न निकाल दी जायें।
79. घर के लोगों के बदलते मूड (mood) के साथ चल पाना जटिल प्रतीत होता है।
80. घर में मेरा मानसिक सन्तुलन खो जाता है।
81. घर के बुजुर्गों की बड़बड़ से मेरा सर भारी होने लगता है।
82. जब घर के कुछ लोग घूमने चल देते हैं और मुझे घर पर ही छोड़ जाते हैं तो मैं गुस्से से पागल हो जाता/जाती हूँ।
83. मुझे यह अच्छा लगता है कि मुझे अपने परिवार वालों का काम करना पड़ता है।

Scale 11 : FSS

1. मुझे अपने माता-पिता/अभिभावक पर इसलिए क्रोध आता है क्योंकि वे मुझे जेब खर्च का पैसा नहीं देते।
2. माता-पिता/अभिभावक से पैसे प्राप्त कर लेना एक सरदर्द है।
3. मुझे इस बात की चिंता होती है कि कहीं मेरे पैसे कोई चुरा न ले।
4. मुझे माता-पिता/अभिभावकों द्वारा अन्य भाई-बहनों को अधिक और मुझे कम पैसा देना बुरा लगता है।
5. सीमित पैसे होने पर यह निश्चित कर पाना कठिन हो जाता है कि कौनसी चीजें खरीदनी चाहिए और कौनसी नहीं।
6. अन्य सहपाठियों को खाने की चीजें खरीदते देखकर अपने पास पैसे न होने का दुःख सताने लगता है।
7. मेरा जेब खर्च मेरी आवश्यकताओं के अनुसार पर्याप्त है।
8. 'पैसे कैसे प्राप्त हो सकते हैं' यह सोचते रहने के कारण मुझे रात में ठीक से नींद नहीं आ पाती।
9. फिजूलखर्ची के लिए पड़ने वाली डाँटों से परेशान रहता/रहती हूँ।
10. छात्रवृत्ति न मिलने का क्षोभ होता है।

11 अपने थोड़े से पैसों का बजट बनाना सरदर्द लगता है।

12. कोई चीज खरीद लेता/लेती हूँ तो यह सोचकर डर जाता/जाती हूँ कि अब माता-पिता/अभिभावक डाटेंगे।

13. मैं सोचता/सोचती हूँ कि विद्यार्थी जीवन में पैसे की कमी से दुःखी नहीं होना चाहिए।

14. वस्तुयें खरीदने के उपरान्त कभी सोचता/सोचती हूँ कि वस्तु की मुझे आवश्यकता थी इसलिए खरीदा और कभी यह विचार आता है कि फिजूलखर्ची की है।

15. विद्यालय से घर आते समय बाजार से तरह-तरह की खाने की चीजें खरीदने की इच्छा होती है परन्तु पैसे न होने के कारण दिल मसोसकर रह जाना पड़ता है।

16. मुझे अपने पास पैसे होने का इतना दुःख नहीं है जितना कि सहपाठियों का इस बात को लेकर मेरी खिल्ली उड़ाने का।

17. पैसे की कमी को छिपाने के लिए कही गई गर्वोक्तियाँ मुझे भारी लगने लगती हैं।

18. मैं सोचता/सोचती हूँ कि पैसे की तंगी क्या होती है।

19. यह कहकर अपने को समझाना कि 'दुनिया में पै ना सब कुछ नहीं है' बड़ा मुश्किल हो जाता है।

20. 'सहपाठियों/पड़ौसियों/अभिभावकों' के पैसे ुरा लूँ या नैतिकता से बँधा/बँधी रहूँ इन दो बातों में एक को चुनना मेरे लिए कठिन हो जाता है।

21. यह दुःख सताता है कि मैं अच्छे कपड़े पैसे की कमी के कारण नहीं खरीद सकता/सकती।

22. यह पता लगाना कि माता-पिता/अभिभावक पैसे कहाँ रखते हैं एक दुष्कर कार्य लगता है।

23. पास में पैसे न होने से हीन भावना आ जाती है।

24. सोच-समझकर अपने पैसे खर्च करना बन्धन लगता है।

25. मुझे यह बात दुःखी कर देती है कि लोग अपनी चीजें मुझे देखने तक को नहीं देते क्योंकि वे मुझ पर हमेशा छायी पैसे की तंगी के कारण शक करते हैं।

26. माता-पिता/अभिभावकों द्वारा एक-एक पैसे का हिसाब माँगने से मुझे क्षोभ होता है।

27. पैसे की कमी खटकती है।

28. पैसे के सम्बन्ध में अनेक बातें जो मेरे मस्तिष्क में चक्कर लगाती रहती हैं मुझे परेशान कर देती है।

29. मुझे यह चिंता रहती है कि जो कुछ पैसे मेरे पास हैं वे कहीं खो न जायें।

30. यह सोचकर मैं अपने को सन्तुष्ट रखता हूँ कि विद्यार्थी जीवन में अधिक पैसा पास में होना उचित नही है।

31. चूँकि मेरे पास पैसों की कमी हमेशा रहती है, मुझे लगता है कि कहीं मेरे साथी मुझे चोर न समझ बैठें।

32. अभिभावक मुझसे कहीं खर्चे का हिसाब न माँग लें, यह सोचकर मैं घबड़ा जाता/जाती हूँ।

33. न तो मेरी इच्छा जेब खर्च के पैसे खर्च कर देने की होती है और न ही उसे भविष्य के लिए बचाकर रखने की।

34. मुझे पैसे की तंगी नहीं होती।

35. अभिभावकों से जेब खर्च के अतिरिक्त और पैसे माँगने की हिम्मत नहीं पड़ती।

36. मुझे इस बात का क्षोभ है कि पैसों की कमी के कारण मैं खूब सारे पैसे होने के दिवास्वप्न ही देखता रह जाता/देखती रह जाती हूँ।

37. मैं यह नहीं समझ पाता/पाती कि पैसों के लिए माता-पिता/भाई-बहन की खुशामद करूँ या नहीं।

38. मुझे विद्यालय के धनी छात्रों/छात्राओं से दोस्ती करना बोझ लगता है।

39. मेरे अभिभावक मुझे पैसे के सम्बन्ध में चिन्तित नहीं होने देते।

40. 'दुनिया में पैसे का इतना मूल्य क्यों है ?' यही सोचता रह जाता/सोचती रह जाती हूँ।

41. पैसे की तंगी के कारण यही सोचता/सोचती रह जाता/जाती हूँ कि पढ़ाई छोड़कर नौकरी करूँ अथवा पढ़ूँ।

42. पैसों की कमी असहनीय लगती है।

43. न चाहते हुए भी फिजूल खर्च कर बैठता/बैठती हूँ।

44. मैं अपने पैसों को खुशी से अपने भाई-बहिनों/मित्रों पर खर्च कर देता/देती हूँ।

45. यह दुःख सताता है कि घर में सब कुछ होने पर भी मेरे हाथ में पैसे यह कहकर नहीं दिए जाते हैं कि बिगड़ जाओगे/जाओगी।

46. मैं इस बात से चिन्तित रहता/रहती हूँ कि कहीं मेरे हावभाव से लोगों को मेरी पैसे की तंगी का पता न चल जाए।

47. लोगों को व्यर्थ की चीजें खरीदते देखकर सोचता/सोचती हूँ कि कुछ लोग तो फिजूल की वस्तुओं पर इतना खर्च कर देते हैं और अपने पास आवश्यक चीजें खरीदने के लिए भी पैसा नहीं है।

48. उन लोगों को जो पैसे के बल पर अकड़ते हैं चाँटा मार देने की इच्छा होती है परन्तु परिस्थितियों को देखते हुए अपने पर नियन्त्रण करने का प्रयत्न करता/करती हूँ।

49. मैं इस द्विविधा में रहता/रहती हूँ कि जेब खर्च के पैसे बचाकर रखूँ या खर्च कर दूँ।

50. मुझे यह बात खलती है कि मेरे बचत के पैसों को माता-पिता/अभिभावक ले लेते हैं।

51. आवश्यक वस्तुयें खरीदने के लिए भी कई बार कहने पर ही माता-पिता/अभिभावकों से पैसा मिल पाना मुझे थका देता है।

52. मैं सोचता/सोचती हूँ कि पैसे न होने पर भी शर्म अनुभव नहीं करनी चाहिए।

53. मुझे यह चिन्ता होती है कि कोई मुझसे पैसे न माँग ले।

54. यह बात मुझे दुःखी कर देती है कि मेरे जेब खर्च के पैसों पर मेरे भाई-बहन आसानी से अधिकार कर लेते हैं।

55. शहर में अच्छे सिनेमा के आने पर यह चिन्ता होती है कि सिनेमा देखने के लिए पैसे मिल भी पायेंगे या नहीं।

56. मेरा समय यह सोचने में चला जाता है कि यदि मेरे पास पैसा होता तो मैं क्या-क्या खरीदता/खरीदती।

57. मैं यह निर्णय नहीं ले पाता/पाती कि अपने जेब खर्च के पैसे केवल अपने पर खर्च करूँ या मित्रों/भाई-बहनों पर भी।

58. माता-पिता/अभिभावकों का सब भाई-बहनों को बराबर पैसा न देना मुझे क्रोधित कर देता है।

59. मेरी इच्छा न तो उन लोगों से बोलने की होती है जो मेरे पास पैसा न होने के कारण मुझे छोटा समझते हैं और न उनसे जो इस कारण मुझसे सहानुभूति दिखाते हैं।

60. माता-पिता/अभिभावक की आर्थिक स्थिति देखकर मुझे रोना आने लगता है।

61. घर बाहर सभी जगह पैसा-पैसा सुनते-सुनते मेरा मन बोझिल होने लगता है।

62. मनवांछित वस्तु को खरीदने से जब माता-पिता/अभिभावक मना कर देते हैं तो उसे खरीद लूँ या न खरीदूँ यही सोचता/सोचती रह जाता/जाती हूँ।

63. जब अपने सहपाठियों के घरों को देखता/देखती हूँ तो अपनी आर्थिक स्थिति को सोचना पड़ जाता है।

64. मुझे अपने माता-पिता/अभिभावक पर इसलिए क्रोध आता है कि वे मुझे पिक्चर, नाटक, नुमाइश कहीं भी जाने के लिए पैसा नहीं देते।