

PARENT'S CONCERNS/प्यारेन्ट्स कन्सर्न्स				
	Not at all	Somewhat	Much	
1 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको सिकाई या बिकासका बारेमा कुनै चिन्ता छ ?	छैन	केहिमात्रामा छ	धेरै छ	
<i>Do you have any concerns about your child's learning or development?</i>	Y	Y	Y	
2 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको व्यवहारका बारेमा केहि चिन्ता छ?	छैन	केहिमात्रामा छ	धेरै छ	
<i>Do you have any concerns about your child's behavior?</i>	Y	Y	Y	
FAMILY QUESTIONS/फेमिली कोइस्तन्स				
	Yes	No		
1. तपाईंको बच्चासबसने कोहीले सुतीजन्य पर्द तर्केसेवन गनुतहुन्छ?	गर्छ	गर्दैन		
<i>Does anyone who lives with your child smoke tobacco?</i>	Y	N		
2 गत वर्ष , के तपाईंले कहिल्यै चाहेको भन्दा बढी रक्सि पिउनु भयो या लागु पदार्थको प्रयोग गर्नु भयो ?	गर्ने	गरिना		
<i>In the last year, have you ever drunk alcohol or used drugs more than you meant to?</i>	Y	N		
3 के तपाईंले गतवर्ष तपाईंको रक्सि या लागुपदार्थको प्रयोग घटाउन चाहनु भयो या घटाउन आवश्यक ठान्नु भयो ?	ठाँने	ठाँनिन		
<i>Have you felt you wanted or needed to cut down on your drinking or drug use in the last year?</i>	Y	N		
4 परिवारका सदस्यको पियाई या लागुपदार्थको प्रयोगले तपाईंको बच्चामा नराम्रो असर परेको छ ?	छ	छैन		
<i>Has a family member's drinking or drug use ever had a bad effect on your child?</i>	Y	N		
5 विगतको 12 महिनामा हामी प्खानेकु रा किन्नको लागि पैसा पाउनुभर्नी अगाडि नै हामी प्खानेकु रा सकिन्छ कि भनेर चिन्तित थियौं।	कहिल्यै पनि आएन	कहिलेकांही	अ, प्रायः जसो	
<i>Within the 12 past months, we worried whether our food would run out before we got money to buy more.</i>	Never True	Sometimes True	Often True	
6 समग्रमा तपाईंको जीवन साथ (रीमान / रीमती) सगको सम्बन्धलाई कसरी वर्णन गर्नु हुन्छ ?	तनावरहित	केहि तनाव	तनावपूर्ण	ममा लागु हुँदैन
<i>In general, how would you describe your relationship with your spouse/partner?</i>	No tension	Some tension	A lot of tension	Not Applicable
	Y	Y	Y	Y

7 केतपाई र तपाईको जीवन सारी वविदको समाधान गर्नु हुन्छ ?	बिना कठिनाई	केहि कठिनाईसहि त	धेरै कठिनाईसहित	ममा लागु हुँदैन
<i>Do you and your partner work out arguments with:</i>	<i>No difficulty</i>	<i>Some Difficulty</i>	<i>Great Difficulty</i>	<i>Not Applicable</i>
८ विगतको हप्ताको अवधिमा, तपाई वा परिवारका अन्य सदस्यहरूले कति गिन तपाईको बच्चालाई बुझनुभयो?				
During the past week, how many days did you or other family members read to your child?				0 1 2 3 4 5 6 7

Translations for Developmental Milestones prepared by the
TEAM UP for Children initiative, with funding from the Smith
Family Foundation.

© 2010, Tufts Medical Center, Inc. All rights reserved.

नवजात शिशुमा हुने भावानात्मक परिवर्तनहरू

(Emotional Changes with a New Baby**)

तपाईंको परिवारमा नवजात शिशु भएको हुनाले, हामीले तपाईंले अहिले कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ जान्न चाहन्छौं। कृपया तपाईंले अहिले कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने मातृत्वभरि पछिल्लो 7 दिनमा कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने कुराको निकट उत्तरमा चिह्न लगाउनुहोस्।

Since you have a new baby in your family, we would like to know how you are feeling now. Please check the answer that comes closest to how you have felt IN THE PAST 7 DAYS, not just how you feel today.

१. मैले जीवनका रमाइला अण्डहरूलाई बुझ्न र त्यसमाथि हाँस्न सकेँ				1 I have been able to laugh and see the funny side of things In the past seven days...			
0 आफूले बुझ्न र हाँस्न सकेँ	1 अहिले त्यति गर्न सकिँन	2 पक्कै त्यति गर्न सकिँन	3 कहिल्यै पनि बुझ्न र हाँस्न सकिँन				
As much as I always could	Not quite so much now	Definitely not so much now	Not at all				
२. मैले आशावादी भएर भविष्यलाई हेरेँ ।				2 I have looked forward with enjoyment to things			
0 पहिले कहिल्यै पनि नहेरेँ भैं	1 पहिले भन्दा अलि कम	2 पहिले भन्दा पक्कै कम	3 कहिल्यै पनि हेरेँन				
As much as I ever did	Rather less than I used to	Definitely less than I used to	Hardly at all				
३. काम विग्रमा मैले आफूलाई अनावश्यक रूपले दोषी ठहर्‍याएँ ।				3* I have blamed myself unnecessarily when things went wrong			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि दोषी ठहर्‍याइन				
Yes, most of the time	Yes, some of the time	Not very often	No, never				
४. बिना कारण म चिन्तित भइरहेको छु				4 I have been anxious or worried for no good reason			
0 कहिल्यै पनि भएका छैन	1 धेरै नै कम	2 अ, कहिलेकाँही	3 अ, प्रायः जसो				
No, not at all	Hardly ever	Yes, sometimes	Yes, very often				
५. बिना कारण म डराएँ वा अस्तिर्ण				5* I have felt scared or panicky for no good reason			
3 अ, प्रायः धेरै जसो बेला	2 अ, कहिलेकाँही	1 अह, त्यति डराइन	0 अह, कहिल्यै पनि डराइन				
Yes, quite a lot	Yes, sometimes	No, not much	No, not at all				
६. म धेरै जसो भन्फटमा फसेको छु				6* Things have been getting on top of me			
3 अ, धेरै जसो भन्फटबाट मुक्त हुन सकिँन	2 अ, कहिलेकाँही म भन्फटबाट मुक्त हुन सकिँन	1 प्राय जसो म भन्फटबाट मुक्त हुन सकेँ	0 हो, सधैं भैं म भन्फटबाट मुक्त हुन सकेँ				
Yes, most of the time I haven't been able to cope at all	Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual	No, most of the time I have coped quite well	No, I have been coping as well as ever				
७. म यति दुःखी छु कि मलाई निद्रा लाग्दैन				7* I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि लाग्दैन				
Yes, most of the time	Yes, sometimes	Not very often	No, not at all				
८. मलाई विरक्त लागेको छ				8* I have felt sad or miserable			
3 अ, धेरै जसो बेला	2 अ, प्रायः जसो	1 कहिलेकाँही मात्र	0 कहिल्यै पनि लागेको छैन				
Yes, most of the time	Yes, quite often	Not very often	No, not at all				
९. म यति दुःखी छु कि जस कारण सधैं रोइरहेको छु				9* I have been so unhappy that I have been crying			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, प्रायः जसो	1 कहिलेकाँही मात्र	0 होइन, कहिल्यै पनि रोएको छैन				
Yes, most of the time	Yes, quite often	Only occasionally	No, never				
१०. आफूलाई नोक्सान पार्ने विचार मनमा आएको छ ।				10* The thought of harming myself has occurred to me			
3 अ, प्रायः जसो	2 कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि आएन				
Yes, quite often	Sometimes	Hardly ever	Never				

**© 1987 The Royal College of Psychiatrists. Cox, J.L., Holden, J.M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. British Journal of Psychiatry, 150, 782-786. Written permission must be obtained from the Royal College of Psychiatrists for copying and distribution to others or for republication (in print, online or by any other medium)