

Parenting and Family Adjustment Scales (PAFAS), Tagalog

Basahin ang bawat pahayag at pumili ng numero, 0, 1, 2 o 3 kung aling pahayag ang tunay na naglalarawan sa iyo sa nakaraang isang buwan. Walang tama o maling sagot. Huwag mong pag-isipan nang matagal ang bawat pahayag

Halimbawa:

Kung hindi sumusunod ang anak ko sa utos ko, ako na lang mismo ang gumagawa 0 1 2 3

Ang ibig sabihin ng bawa't numero ay:

0. HINDI ITO TOTOO SA AKIN
1. MINSAN TOTOO ITO SA AKIN (konting oras)
2. MADALAS TOTOO ITO SA AKIN (maraming oras)
3. PALAGING TOTOO ITO SA AKIN (halos lahat ng oras)

	Gaano Ito Katotoo sa Iyo?			
	Hindi Totoo	Minsan	Madalas	Palagi
1. Kung hindi sumusunod ang anak ko sa utos ko, ako na lang mismo ang gumagawa.	0	1	2	3
2. Binibigyan ko ng gantimpala o hinahayaan kong maglaro ang aking anak kung siya ay naging mabait o masunurin.	0	1	2	3
3. Sinusundan ko ng naaangkop na parusa (hal., kunin ang kanyang laruan) kapag ang anak ko ay may maling nagawa	0	1	2	3
4. Binabantaan ko ang anak ko ng parusa (hal., hindi puwedeng maglaro) kung siya ay may maling ginawa pero hindi ko tinutupad ang banta ko.	0	1	2	3
5. Sinisigawan ko o pinapagalitan ang aking anak kapag siya ay may maling ginawa.	0	1	2	3
6. Pinupuri ko ang aking anak kapag siya ay kumikilos nang mabuti.	0	1	2	3
7. Sinisikap kong makaramdam ng hiya o pagsisisi ang aking anak kung siya ay may masamang ginawa para turuan ng leksyon.	0	1	2	3
8. Binibigyan ko ng atensyon (hal., yakap, halik, ngiti) ang aking anak kung siya ay may mabuting nagagawa.	0	1	2	3
9. Pinapalo ko ang aking anak kapag siya ay may maling ginawa.	0	1	2	3

10. Nakikipagtalo ako sa aking anak tungkol sa kaniyang pag-uugali o di magandang saloobin.	0	1	2	3
11. Palaging pareho ang trato ko sa maling ugali ng aking anak.	0	1	2	3
12. Ibinibigay ko sa aking anak ang kanyang gusto kapag siya ay nagalit o nagwala.	0	1	2	3
13. Ako ay naiinis sa aking anak.	0	1	2	3
14. Ako ay nakikipag-usap sa aking anak.	0	1	2	3
15. Masaya (o enjoy) akong bigyan ang aking anak ng yakap, halik, tapik ng pagmamahal	0	1	2	3
16. Ipinagmamalaki ko ang aking anak.	0	1	2	3
17. Nasisiyahan ako sa paggugol ng panahon na kasama ang aking anak.	0	1	2	3
18. Maganda ang relasyon ko sa aking anak.	0	1	2	3
19. Nakadarama ako ng "stress" o pag-aalala.	0	1	2	3
20. Masaya ako.	0	1	2	3
21. Malungkot ako at nalulumbay (depressed).	0	1	2	3
22. Nakadarama ako ng kasiyahan sa buhay ko.	0	1	2	3
23. Nakakaya ko ang mga emosyonal na pangangailangan ng pagiging isang magulang.	0	1	2	3
24. Nagtutulungan kami o sinusuportahan namin ang isa't isa sa pamilya.	0	1	2	3
25. Nagkakasundo ang bawa't isa sa pamilya.	0	1	2	3
26. Nag-aaway o nagsasagutan kami sa pamilya.	0	1	2	3
27. Pinupuna namin ang mali o hinihila namin pababa ang isa't isa.	0	1	2	3

Kung may asawa o partner, pakisagot ang mga sumusunod:	Gaano Ito Katotoo sa Iyo?			
	Hindi Totoo	Hindi Totoo	Hindi Totoo	Hindi Totoo
28. Magkatuwang kaming mag-asawa/partner sa pagiging magulang	0	1	2	3
29. Hindi ako sumasang-ayon sa asawa/partner ko sa pagiging magulang.	0	1	2	3
30. Maganda ang relasyon naming mag-asawa/partner.	0	1	2	3

Maraming salamat sa Pagsagot!

Citation:

Sanders, M. R., & Morawska, A. (2010). *Parenting and Family Adjustment Scales (PAFAS)*. Brisbane: Parenting and Family Support Centre, The University of Queensland.

Mazzucchelli, T. G., Hodges, J., Kane, R. T., Sofronoff, K., Sanders, M. R., Einfeld, S., . . . Gray, K. M. (2018). Parenting and family adjustment scales (PAFAS): validation of a brief parent-report measure for use with families who have a child with a developmental disability. *Research in Developmental Disabilities*, 72, 140-151. doi:10.1016/j.ridd.2017.10.011