

Escala de Culpa Parental

Este questionário pretende ajudar-nos a compreender o pensa e sente sobre ser pai/mãe. Por favor, leia cuidadosamente cada afirmação. Para cada questão, circule o número que melhor descreve o quanto concorda com cada afirmação. Não perca demasiado tempo em cada afirmação. Por favor, não ignore nenhuma resposta. Não existem respostas certas ou erradas.

		Discordo fortemente	Discordo	Discordo um pouco	Não concordo nem discordo	Concordo um pouco	Concordo	Concordo fortemente
1	Muitas vezes tenho receio de não ser tão bom pai/mãe quanto deveria ser.	1	2	3	4	5	6	7
2	Sinto-me mal se colocar as minhas próprias necessidades à frente do/meu/minha filho/o.	1	2	3	4	5	6	7
3	Eu devia passar mais tempo com o/a meu/minha filho/a.	1	2	3	4	5	6	7
4	Sinto-me culpado/a se o/a meu/minha filho/a fica chateado quando eu o/a deixo.	1	2	3	4	5	6	7
5	Muitas vezes sinto que a culpa é minha se o/a meu/minha filho/o fica chateado.	1	2	3	4	5	6	7
6	Sinto-me mal se for inconsistente na educação ou disciplina do/a meu/minha filho/a.	1	2	3	4	5	6	7
7	Muitas vezes tenho receio de não estar a dar ao/à meu/minha filho/a amor e atenção suficientes.	1	2	3	4	5	6	7
8	Sinto-me culpado/a quando não tenho energia para me dedicar por completo ao meu filho/a.	1	2	3	4	5	6	7
9	Sinto-me mal quando não estou em casa ou junto da minha família.	1	2	3	4	5	6	7
10	Eu devia ser capaz de conciliar melhor o trabalho e a família.	1	2	3	4	5	6	7

Instrument citation:

Haslam, D. M. & Finch, J (2016). *The Guilt About Parenting Scale (GAPS)*. Parenting and Family Support Centre, The University of Queensland, Australia

Validation citation:

Haslam, D., Filus, A. & Finch (2019). The Guilt about Parenting Scale (GAPS): Development and Initial Validation of a Self-Report Measure of Parenting Guilt, and the Relationship between Parenting Guilt and Work and Family Variables. *Journal of Child & Family Studies*.
<https://doi.org/10.1007/s10826-019-01565-8>