

Skale Wychowania Dzieci i Przystosowania Rodzinnego (PAFAS)

Przeczytaj każde stwierdzenie i wybierz liczbę (0, 1, 2 lub 3), która określa, w jakim stopniu odnosi się ono do Ciebie **w ciągu ostatnich czterech (4) tygodni**. Nie ma dobrych ani złych odpowiedzi. Nie poświęcaj któremukolwiek ze stwierdzeń zbyt wiele czasu.

Przykład:

Jeśli moje dziecko nie robi tego, co mu się każe, poddaję się i robię to sam(a) 0 1 2 3

Skala ocen jest następująca:

0. W ogóle nie odnosi się do mnie
1. Odnosi się do mnie w niewielkim stopniu lub czasami
2. Odnosi się do mnie w znacznym stopniu lub przez sporą część czasu
3. Odnosi się do mnie w bardzo dużym stopniu lub przez większość czasu

	W jakim stopniu odnosi się do Ciebie?			
	Wcale	W niewielkim stopniu	W znacznym stopniu	W bardzo dużym stopniu
1. Jeśli moje dziecko nie robi tego, co mu się każe, poddaję się i robię to sam(a)	0	1	2	3
2. Za dobre zachowanie sprawiam mojemu dziecku przyjemność, daję mu nagrody albo zapewniam rozrywkę	0	1	2	3
3. Kiedy moje dziecko źle się zachowa, wyciągam konsekwencje (np. zabieram zabawkę)	0	1	2	3
4. Kiedy moje dziecko źle się zachowa, grożę zrobieniem czegoś (np. wyłączeniem telewizora), ale tego nie robię	0	1	2	3
5. Krzyczę albo gniewam się na moje dziecko, kiedy źle się zachowa	0	1	2	3
6. Chwalę moje dziecko, kiedy dobrze się zachowa	0	1	2	3
7. Aby dać mojemu dziecku lekcję, staram się sprawić, że poczuje się podle (np. winne albo zawstydzone) z powodu złego zachowania	0	1	2	3
8. Okazuję mojemu dziecku zainteresowanie (np. poprzez uścisk, mrugnięcie, uśmiech albo pocałunek), kiedy zachowuje się dobrze	0	1	2	3
9. Daję mojemu dziecku klapsa, kiedy zachowuje się źle	0	1	2	3



10. Spieram się z moim dzieckiem o jego zachowanie/postawę	0	1	2	3
11. Ze złym zachowaniem mojego dziecka cały czas radzę sobie w ten sam sposób	0	1	2	3
12. Daję mojemu dziecku to, czego chce, kiedy się złości albo denerwuje	0	1	2	3
13. Denerwuję się na moje dziecko	0	1	2	3
14. Gawędzę/rozmawiam z moim dzieckiem	0	1	2	3
15. Lubię ściskać, całować i przytulać moje dziecko	0	1	2	3
16. Jestem dumny/-a z mojego dziecka	0	1	2	3
17. Lubię spędzać czas z moim dzieckiem	0	1	2	3
18. Mam dobre relacje z moim dzieckiem	0	1	2	3
19. Czuję się zestresowany/-a lub zaniepokojony/-a	0	1	2	3
20. Czuję się szczęśliwy/-a	0	1	2	3
21. Czuję się smutny/-a lub przygnębiony/-a	0	1	2	3
22. Czuję się zadowolony/-a z życia	0	1	2	3
23. Radzę sobie z emocjonalnymi wyzwaniami związanymi z byciem rodzicem	0	1	2	3
24. Członkowie naszej rodziny pomagają sobie lub wspierają się nawzajem	0	1	2	3
25. Członkowie naszej rodziny są ze sobą w dobrych stosunkach	0	1	2	3
26. Członkowie naszej rodziny kłócą się i sprzeczą	0	1	2	3
27. Członkowie naszej rodziny krytykują i czepiają się siebie nawzajem	0	1	2	3

	W jakim stopniu odnosi się do Ciebie?			
	Wcale	W niewielkim stopniu	W znacznym stopniu	W bardzo dużym stopniu
Jeśli jesteś w związku, odpowiedz na następujące 3 pytania				
28. Współpracuję z moim partnerem/moją partnerką w wychowywaniu dzieci	0	1	2	3
29. Nie zgadzam się z moim partnerem/moją partnerką w sprawach wychowania dzieci	0	1	2	3
30. Mam dobre relacje z moim partnerem/moją partnerką	0	1	2	3

Literatura:

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

Sanders, M. R., Morawska, A., Haslam, D. M., Filus, A., & Fletcher, R. (2014). Parenting and Family Adjustment Scales (PAFAS): Validation of a brief parent-report measure for use in assessment of parenting skills and family relationships. *Child Psychiatry and Human Development*, 45(3), 255-272. doi: 10.1007/s10578-013-0397-3

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