



## Skale Samoregulacji Rodzicielskiej (PSRS) – Wersja dla rodzica

Oceń następujące stwierdzenia w skali od 1 (zdecydowanie się nie zgadzam) do 7 (Zdecydowanie się zgadzam).

PSRS wersja dla rodzica	Zdecydowanie się nie zgadzam		Nie mam zdania			Zdecydowanie się zgadzam	
1. Wiem, do jakich zachowań i do nabywania jakich umiejętności zachęcam moje dziecko.	1	2	3	4	5	6	7
2. Dobrze wychodzi mi układanie planu zmian, jakich potrzeba w moich metodach wychowawczych.	1	2	3	4	5	6	7
3. Dobrze wychodzi mi wprowadzenie w życie planu zmian, jakich potrzeba w moich metodach wychowawczych.	1	2	3	4	5	6	7
4. Jestem przekonany/-a, że potrafię podjąć działania, aby poprawić zachowania mojego dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
5. Jestem przekonany/-a, że potrafię wprowadzić w moich metodach wychowawczych zmiany, które są potrzebne, aby rozwiązać problem związany z zachowaniem mojego dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
6. Posiadam umiejętności potrzebne, aby być skutecznym rodzicem.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mam znaczny wpływ na zachowanie mojego dziecka	1	2	3	4	5	6	7
8. Uważam, że zmiany w moich metodach wychowawczych skutkują zmianami w zachowaniu mojego dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
9. Posiadam umiejętności potrzebne, aby poradzić sobie z problemami w zachowaniu i problemami emocjonalnymi mojego dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
10. Potrafię rozwiązać większość problemów wychowawczych bez potrzeby korzystania z pomocy innych osób.	1	2	3	4	5	6	7
11. Potrafię stosować to, czego dowiaduję się o rozwiązaniach wychowawczych w różnych sytuacjach.	1	2	3	4	5	6	7
12. Mam umiejętności, które są potrzebne, aby stawić czoło przyszłym problemom z zachowaniem mojego dziecka	1	2	3	4	5	6	7



## Literatura:

Sanders, M. R., Mazzucchelli, T., Day, J. J. & Hodges, J. (2017). Parenting self-regulation scales. Parent and Family Support Centre, The University of Queensland.

Tellegen, C. L., Ma, T., Day, J. J., Hodges, J., Panahi, B., Mazzucchelli, T. G., Sanders, M. R. (2022). Measurement properties for a scale assessing self-regulation in parents and parenting practitioners. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 1736-1748. <http://doi.org/10.1007/s10826-022-02307-z>