



## Escalas de Autorregulação Parental (PSRS) – Versão para Pais

Por favor, avalie as seguintes afirmações de 1 (Discordo totalmente) a 7 (Concordo totalmente).

Versão para Pais	Discordo totalmente				Concordo totalmente)		
1. Eu sei que comportamentos e aptidões quero encorajar no meu filho.	1	2	3	4	5	6	7
2. Sou bom/boa a fazer planos para concretizar as mudanças que são necessárias na minha parentalidade.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sou bom/boa a pôr em prática os planos para concretizar as mudanças que são necessárias na minha forma de educar o(s) meu(s) filhos(s).	1	2	3	4	5	6	7
4. Sinto-me confiante de que posso tomar medidas para melhorar o comportamento do meu filho.	1	2	3	4	5	6	7
5. Estou confiante de que posso fazer alterações na minha parentalidade para resolver um problema relacionado com o comportamento do meu filho.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tenho as competências necessárias para ser um pai/mãe eficaz.	1	2	3	4	5	6	7
7. Eu tenho uma grande influência sobre o comportamento do meu filho.	1	2	3	4	5	6	7
8. Eu acredito que mudanças na minha forma de educar causam mudanças no comportamento do meu filho.	1	2	3	4	5	6	7
9. Eu tenho as competências necessárias para gerir os problemas comportamentais ou emocionais que o meu filho tem.	1	2	3	4	5	6	7
10. Eu sei resolver a maioria dos problemas relacionados com a educação do(s) meu(s) filho(s) sem precisar da ajuda de outros.	1	2	3	4	5	6	7
11. Consigo aplicar o que aprendo sobre soluções de parentalidade a diferentes situações.	1	2	3	4	5	6	7
12. Eu tenho as competências para lidar com futuros problemas comportamentais e emocionais do meu filho	1	2	3	4	5	6	7

### Citation:

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>