

## 收養自我檢核表

請以0-5來呈現您的心理預備程度，包含思考頻率、了解程度、感受強度、認同程度…等，0是最低，5是最高（如，0完全沒想過→5想過很多次、0完全不同意→5非常同意、0完全不了解→5充分了解、0非常不滿意→5非常滿意…等）。

此檢核表是為幫助您作收養準備而非考核，故請以最貼近您目前狀態勾選項目程度。

- |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 01. 我對目前的生活感到滿意嗎？                         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 02. 我想過：我渴望成為父/母親？                        | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 03. 當我得知我可能無法擁有親生的孩子時，我感到失落的程度？           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 04. 不孕或難孕有影響到我對自己的看法和價值？                  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 05. 不孕或難孕有影響到我與親戚、朋友之間的人際關係？              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 06. 我和配偶對不孕或難孕這件事有深入地討論、分享過？              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 07. 我很清楚了解自己為什麼要收養？                       | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 08. 我和我的配偶都同意收養嗎？                         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 09. 收養是為了解除配偶、長輩或他人給我的壓力嗎？                | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. 我收養的動機是為了「拯救不幸的孩子」嗎？                  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. 收養孩子的加入會提昇我的生活或婚姻品質嗎？                 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. 有孩子之後就能夠解決我目前所面臨的問題嗎？                 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. 整體來說，收養對我的家庭會比保持現狀更好嗎？                | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. 我準備好要承擔養育孩子的責任嗎？                      | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. 當我對孩子的身世背景一無所知或所知有限時，<br>我能全心愛/她嗎？    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. 我接受收養與親生的不同，也相信自己能<br>真心地愛沒有血緣關係的孩子嗎？ | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. 我對孩子每個成長階段的照顧需求、生心理發展了解程度有多少？         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. 我知道成為收養父/母是需要經過準備與調適的嗎？               | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

19. 收養可能需要接觸機構、出養家庭、寄養家庭以及法院等，我願意配合相關工作進行？ 0 1 2 3 4 5
20. 我了解孩子來臨的時間無法確定，且需經過觀察評估期與法院裁定，可能流程冗長亦存在風險，這都是我和配偶能一起經歷的過程嗎？ 0 1 2 3 4 5
21. 當在等待成為父/母的這段時間，我努力使生活充實且愉快，以避免收養這件事成為生活唯一的重心？ 0 1 2 3 4 5

