من مشکلات/استرس دارم به خاطر:				
	آری	نه	مطمئن نیستم	ارتباط ندارد
1. تنگناهای مالی				
2. کمبود مقرری ماهیانه				
3. نداشتن زمان کافی برای بودن با همسر یا شریکم				
4. نداشتن زمان کافی برای رسیدگی به کودکان دیگرم				
5. اینکه نمی دانم به دیگران در مورد حالات وشرایط کودکم چه بگویم				
6. ندانستن واکنش دیگران در مورد شرایط رشد و تکامل کودکم				
7. ندانستن واکنش دیگران در مورد رفتار کودکم				
8. اینکه نمیدانم چه گونه از کودکم در خانه مراقبت کنم				
9. اینکه نمیدانم چه گونه کودکم را در خانه سرگرم کنم				
10. اینکه نمیدانم چه کسانی دوست کودکم هستند				
11. اینکه نمیدانم کودکم دوست صمیمی دارد یا نه؟				
12. اینکه نمیدانم معلمان کودکم با او رفتارمناسب منصفانه ای دارند یا نه؟				
13. اینکه مردم گاهی من یا خانواده ام را مقصر وضعیت کودکم میدانند				
14. اینکه مردم درک نمیکنند که چه به من و خانواده ام در طول شبانه و روز می گذرد				
15. نداشتن کسی که با او صحبت کنم				
16. اینکه احساس میکنم در این دنیا تنها هستم				
17. اینکه حساس میکنم من را مقصر وضعیت کودکم میدانند				
18. اینکه احساس خودخواهی در بین دیگران دارم، وقتی با کودکم هستم				
19. اینکه احساس میکنم پدر/مادر خوبی نیستم				
20. اینکه که گاهی احساسی جدایی میکنم				
21. اینکه نمیتوانم آن گونه که دوست دارم به کودکم که نیازمند است نزدیک باشم				
22. اینکه نمیتوانم به دیگر کودکانم آن گونه که دوست دارم نزدیک باشم				

23. نداشتن انرژی برای فعالیت های روزانه				
24. نداشتن خواب کافی				
25. چندین باربیدارشدن درطول شب				
26. زود بیدار شدن در صبح ها و نخوابیدن مجدد				
27. غذا نخوردن کافی				
28. زیاد غذا خوردن				
29. اینکه در زمینه تحصیلی کودکان، من و زوجم به توافق نمیرسیم				
30. اینکه کودکانم از خواهر/برادر ناتوانشان خجالت میکشند				
31. اینکه کودکانم خواهر/برادر ناتوانشان را در بازی دخالت نمیدهند				
32. از اینکه نمیدانم تا چه مقدار به کودکانم درمورد خواهر/برادر ناتوانشان بگویم				
33. اینکه کودکانم مرا متهم میکنند که زمان بیشتری را با خواهر/برادر ناتوانشان صرف میکنم تا آنها				
34. احتمال اینکه کودکان دیگرم هم روزی مبتلا به ناتوانیهای خاصی شوند				
35. اینکه تمرکز کردن به فعالیت های روزانه برایم دشوار است				
36. اینکه نمیتوانم با والدین دیگری که فرزند ناتوان دارند صحبت کنم				
37. اینکه همچنان امیدوارم که کودکم وضعیتش خوب شود				
38. اینکه مصرف مشروبات الکلی ام از قبل بیشتر شده است				
39. اینکه برای نخستین بار در زندگی ام به خوردن دارو و قرص رو آورده ام				
40. اینکه بیشتر از از قبل به خوردن دارو از قبیل داروهای آرام بخش رو آورده ام				
41. اینکه من و زوجم در آستانه جدایی و طلاق هستیم				

من بویژه مشکل دارم که کنار بیایم یا ارتباط برقرار کنم با:				
	آری	نه	مطمئن نیستم	ارتباط ندارد
42. همسرم یا شریکم				
43. کودک ناتوانم				

44. کودکان دیگرم				
45. اقوام و بستگانم				
46. دوستان				
47. آشنایان				
48. متخصصی که با کودکم کار می کند				
49. همکارانم				
50. راهنمای روحانی/مذهبی ام				

احساس می کنم احتیاجاتی که مربوط به ناتوانی های کودکم هست:				
	آری	نه	مطمئن نیستم	ارتباط ندارد
51. باعث افزایش فشار و استرس در زندگیم شده است (از قبیل وقت گرفتن برای روان درمانی و پرداخت هزینه آن)				
52. مرا از دعوت کردن مردم به خانه باز میدارد				
53. مرا از رفتن به برخی مکانها باز میدارد				
54. از برنامه ریزی برای تعطیلات باز میدارد				
55. روی سلامتی کلی و روانی ام تاثیر می گذارد				
56. مرا از انجام کارم به نحو درست باز می دارد				
57. مرا از انجام کارهای روزمره خانه ام باز می دارد				
58. بین من و زوجم مشکلات بسیاری به وجود آورده است				
59. مانع از پول پس انداز کردنم می شود، زیرا مخارج روان درمانی اش بسیار زیاد است				
60. ظاهراً با بالا رفتن سنش، وخیم تر میشود				
61. از دوست یابی او جلوگیری می کند				

62. بین او و خواهر/برادرانش مانع و دوری ایجاد میکند				
63. بین او و کودکان دیگر در اقوام مانع و دوری ایجاد میکند				

احساس می کنم:				
	آری	نه	مطمئن نیستم	ارتباط ندارد
64. کودکانم نگرانند آنها هم درآینده وقتی بزرگ میشوند فرزندانی ناتوان خواهند داشت				
65. نگرانی زیادی درباره آینده کودکان دیگرم دارم				
66. کودکانم نگران هستند که وقتی بزرگ میشوند فرزندی ناتوان خواهند داشت				
67. دیگران متوجه نمی شوند چه فشاری را تحمل می کنم				
68. به پول بیشتری نیاز دارم تا احتیاجات کودکم را برطرف کنم				
69. احتیاج دارم با والدین دیگری که مثل من کودک ناتوان دارند هم صحبت شوم، اما نمیدانم کجا پیدایشان کنم				
70. کودکم احتیاج دارد در کنار کودکان ناتوان دیگر باشد تا بداند که او تنها نیست				
71. نیاز به اطلاعات بیشتری در مورد تاثیر وضعیت کودکم روی کودکان بزرگتر دارم				
72. از حمایت بسیار همسرم/شریکم برخوردارم.				
73. کودکم از حمایت روانشناسش به قدر نیازش, بطور کامل برخوردار است				
74. قادر نیستم همواره به کودکم در درسهای مدرسه اش کمک کنم، زیرا انگلیسی زبان اول من نیست				
75. من هیچگاه متوجه پیام کار گروهی با کودکم نمیشوم، زیرا انگلیسی زبان اول من نیست				
76. چیزهایی را که مدرسه کودکم برایم می فرستند نمیتوانم بخوانم، زیرا نمیتوانم به خوبی انگلیسی را بنویسم و بخوانم.				

برنامه های تفریحی/ورزشی بسیاری در محله ما وجود دارد که کودک ناتوانم قادر به استفاده از آنها نیست زیرا:				
	آری	نه	مطمئن نیستم	ارتباط ندارد
77. زمان استفاده از این برنامه ها با زمان آزاد کودکم همزمان نیست				
78. مکان این برنامه ها از خانه ما بسیار دور است				
79. هزینه این برنامه ها بسیار زیاد است				
80. مکان این برنامه ها فاقد راه عبور صندلي چرخ دار است				
81. این برنامه ها کودکانی را که مشکلات رفتاری دارند، در بر نمی گیرند				
82. این برنامه ها کودکانی را که اختلالات حسی دارند، در بر نمی گیرند				
83. این برنامه ها کودکانی که از به هم خوردگی اختلالات حسی رنج میبرند، در بر نمی گیرند				
84. این برنامه ها کودکانی را که دچار اختلالات فکری هستند، در بر نمی گیرند				
85. طراحی این برنامه ها برای کودکم مناسب نسیت (برای مثال، اطلاعات حسی زیادی در آن وجود دارد)				