

برنامه فرزند شما

پشتیبانی برای تهیه
(IPP) طرح برنامه فردی
فرزندتان (از 3 تا 13 سالگی)
با استفاده از ابزار فردمحور

DDS Department of
Developmental
Services



تهیه طرح برنامه فردی (IPP) فرزندان با استفاده از ابزار فردمحور

هدف از تهیه این راهنمای چهار قسمتی، کمک به خانواده‌ها برای تهیه یک طرح برنامه فردی (IPP) فرد-محور برای فرزندشان (از 3 تا 13 سالگی) است. این راهنما حاوی یک دفترچه است تا به خانواده‌ها کمک کند ترجیحات، نقاط قوت و نیازها و همچنین اهداف فرزندشان را مشخص کنند. همچنین نکاتی درباره قبل از جلسه برنامه ریزی، در طول جلسه و بعد از جلسه در اینجا عنوان شده است.

تقدیر و تشکر

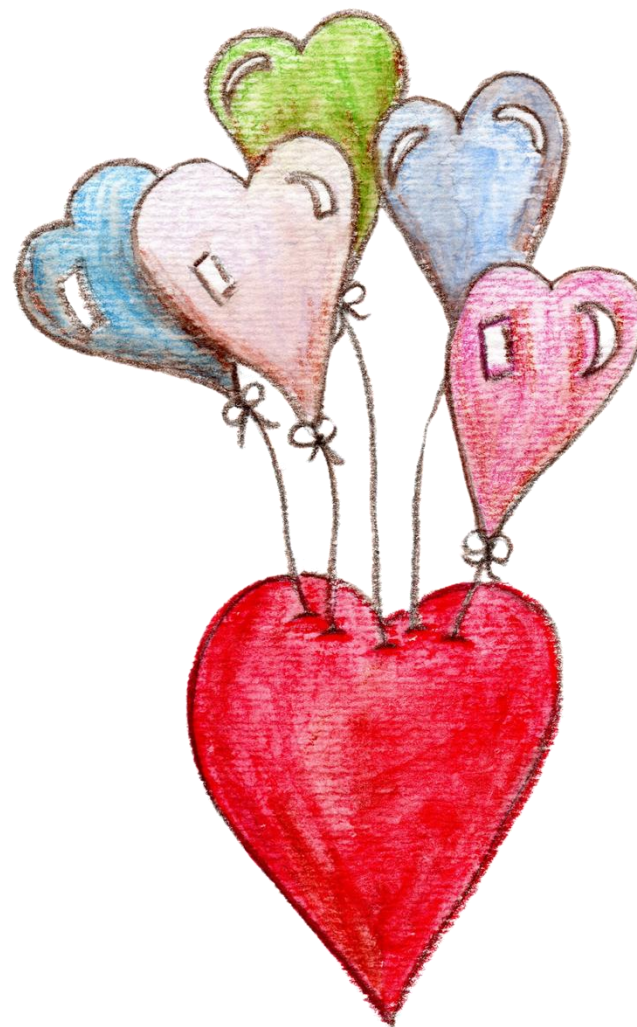
مطالب این راهنما بر اساس انتخاب من (شورای ناتوانی‌های رشدی فرمانداری مینه سوتا) و فراتر از یک جلسه (اداره خدمات رشدی کالیفرنیا - DDS) تهیه شده است.

با تشکر فراوان از Collen Wieck و شورای ناتوانی‌های رشدی فرمانداری مینه سوتا که اجازه دادند برخی از محتوا و فرمت/انتخاب من به منظور تهیه این راهنمای ایالت کالیفرنیا مورد استفاده قرار گیرد.

همچنین از William Allen از موسسه Allen, Shea & Associates و Mary Lou Bourne از مرکز مشاوره فردمحور بابت همکاری در تهیه این راهنما متشکریم.

مجوز تصویر:

هنرمند Tracey Mensch، "دسته گل یادکنکی عشق" (2023)





فهرست مطالب

درباره این راهنما صفحه 4

پیش از شروع صفحه 5

بخش 1 آماده شدن برای تهیه

طرح برنامه فردی (IPP) فرزند شما صفحه 7

■ درباره فرزندتان صفحه 10

بخش 2 قبل از جلسه برنامه ریزی فرزند شما صفحه 21

بخش 3 جلسه برنامه ریزی فرزند شما صفحه 25

بخش 4 بعد از جلسه برنامه ریزی فرزند شما صفحه 32

یادداشت‌ها صفحه 38





درباره این راهنما

این راهنما برای خانواده‌هایی است که فرزندان 3 تا 13 ساله دچار ناتوانی ذهنی یا رشدی دارند و بر اساس قانون لنترمن در یک مرکز منطقه‌ای ثبت‌نام شده‌اند. هدف از تهیه این راهنما این بوده که به والدین، مراقبان یا سایر اعضای خانواده کمک کند ترجیحات، نقاط قوت و اهداف فرزند خود را شناسایی و ثبت کنند. همه این موارد بخش‌های مهمی از ایجاد یک برنامه فردی مؤثر هستند. این راهنما همچنین به شما کمک خواهد کرد تا:

- درباره موضوعاتی فکر کنید که می‌خواهید در فرایند برنامه فردی (IPP) درباره آن صحبت کنید، روی آنچه که برای فرزند و خانواده شما مهم است تمرکز کنید و نیازهای فرزندان را شناسایی کنید.
- ترجیحات فرهنگی و زبانی فرزند و خانواده‌تان را هنگام تدوین برنامه در میان بگذارید.
- درباره حقوق خانواده‌تان و اهمیت استفاده از حقوقتان در فرایند برنامه‌ریزی اطلاعات کسب کنید.
- برنامه فرزندان را مرور کنید تا مطمئن شوید ترجیحات و نیازهای او و بهترین روش‌های حمایت از او در آن منعکس شده است.





پیش از شروع

زبان ساده

این راهنما با استفاده از زبان ساده نوشته شده است. در متنی که به زبان ساده نوشته شده، از کلمات رایج برای توضیح مفاهیم استفاده می‌شود. زبان ساده به این معنی است که فهمیدن متن آسان است. نوشتن به این روش، نشان دهنده احترام به همه افراد است. افرادی که دچار ناتوانی‌های رشدی هستند و خانواده‌ها، دوستان و حامیان آن‌ها باید به طور یکسان به اطلاعات دسترسی داشته باشند. دسترسی یعنی هر زمان که لازم باشد اطلاعات را داشته باشید و مفهوم متن نوشته شده را درک کنید به طوری که:

- افرادی که ناتوانی‌های رشدی دارند و سواد خواندن دارند، بتوانند آن را بخوانند و از آن استفاده کنند
- خانواده‌ها و دوستانی که حامی کسانی هستند که قادر به خواندن نیستند، بتوانند به راحتی آن را توضیح دهند
- به راحتی به زبان‌های دیگر ترجمه شود و همان معنا را حفظ کند
- همه ما بتوانیم اطلاعات را یکسان درک کنیم

نکته‌ای درباره فرهنگ



در سراسر این راهنما، شاهد این نماد  برای پرسش‌هایی خواهید بود که ممکن است به شما کمک کند نشان دهید فرهنگ و هویت فرزند و خانواده‌تان چقدر برای شما مهم است. این نماد به شما کمک می‌کند قسمت‌هایی را بیابید که در آن می‌توانید بخش‌هایی از فرهنگ و هویت خود را که برای رشد فرزندان بیشترین اهمیت را دارند، شرح دهید.

نکته‌ای درباره زبان

اگرچه در این راهنما از زبانی استفاده می‌کند که در آن فرد اولویت دارد، ما اذعان داریم که برخی افراد ترجیح می‌دهند از زبانی استفاده شود که در آن، هویت اولویت داشته باشد. هر زبانی که ترجیح می‌دهید، همه ما می‌توانیم توافق کنیم که اولویت‌های فرزند شما است که مسیر فرایند IPP را تعیین می‌کند. ما از واژه "کودک یا فرزند" برای اشاره به کودکان بین سنین 3 تا 13 سال استفاده می‌کنیم. در سراسر این راهنما، ما از واژه "خانواده" برای اشاره به مراقب، والد یا بزرگسالان مسئول در زندگی کودک استفاده می‌کنیم. حتماً به هماهنگ‌کننده خدمات خود اطلاع دهید که شما و فرزندان چه واژه‌هایی را برای معرفی خود انتخاب کرده‌اید.



برخی از واژگان و اصطلاحات مورد استفاده در برنامه ریزی IPP

واژه یا اصطلاح

معنی

حوزه زندگی

بخشی از زندگی کودک که ممکن است بخواهید برای آن اهدافی تعیین کنید، مانند آموزش، روابط، یا مشارکت در جامعه.

نیاز

این کلمه نشان‌دهنده نیاز یک فرد (مانند خدمات و حمایت‌ها) برای رسیدن به یک هدف است.

نتیجه

منظور اتفاقی است که واقعاً با رسیدن به یک هدف رخ می‌دهد، مثلاً، جری خودش لباس می‌پوشد یا مونیکی دوست دارد دوست پیدا کند.

چشم‌انداز کوتاه‌مدت و بلندمدت

کوتاه‌مدت به معنی رویدادی است که به زودی اتفاق می‌افتد. مثلاً ظرف یک سال یا کمتر. بلندمدت به معنی اتفاقی در آینده است، مانند دو تا بیست سال.

هماهنگ کننده خدمات

هماهنگ‌کننده خدمات، فردی از مرکز منطقه‌ای است که به شما کمک می‌کند خدمات و حمایت‌هایی را مشخص کنید که فرزندان برای رسیدن به چشم‌اندازهای کوتاه‌مدت و بلندمدت خانواده‌تان نیاز دارد.

موفقیت‌ها/نقاط قوت

این عبارت، نشان‌دهنده توانایی‌ها و علاقه‌های فرد، پیشرفت‌های حاصل در مسیر رسیدن به اهداف سال گذشته یا مهارت‌های جدیدی است که آموخته است.

اگر واژه‌ها یا اصطلاحات دیگری در IPP وجود دارد که می‌خواهید از هماهنگ‌کننده خدمات خود بپرسید، آن‌ها را یادداشت کنید و بپرسید.



بخش 1

آماده شدن برای تهیه IPP فرزندان با استفاده از
ابزارهای فردمحور



برنامه‌ریزی فرد محور چیست؟

برنامه‌ریزی فرد محور روشی است که خانواده شما به وسیله آن می‌تواند به دیگران اطلاع بدهد که چه چیزی برای فرزند شما بیشترین اهمیت را دارد. این برنامه ریزی با گفتگویی مشترک بین والدین و سایر حامیان، مثلاً معلم، دوستان یا سایر افراد در زندگی فرزندان شروع می‌شود. در نتیجه، شما این موارد را شرح خواهید داد:

- اهداف زندگی فرزندان و حمایت‌هایی که به او کمک می‌کند به آن اهداف برسد.
- کاری که فرزندان دوست دارد برای سرگرمی انجام دهد.
- آنچه فرزندان در آن مهارت دارد و استعدادهایی که به نظر خود دارد.

این گفتگو کمک می‌کند تا بفهمید فرزندان از چه چیزی لذت می‌برد و چه چیزی مانع این است که خانواده شما به شکل دلخواه شما در جامعه منتخبان زندگی کند. این باید به گونه‌ای انجام شود که همه به ایده‌های یکدیگر احترام بگذارند و به آن‌ها گوش دهند.

مهمترین نکاتی که در برنامه‌ریزی فرد محور باید به خاطر بسپارید:

- شما و فرزندان متخصص زندگی او هستید.
- خانواده شما کنترل امور را در دست دارد.
- شیوه‌ای که خانواده شما برای زندگی کردن انتخاب کرده باید در برنامه نهایی منعکس شود.





برنامه ریزی فرد محور و طرح برنامه فردی (IPP) شما

(برگرفته از راهنمای مصرف کنندگان قانون لنترمن)

قانون لنترمن، قانونی در ایالت کالیفرنیا است که خدمات و حمایت‌هایی را برای افراد دچار ناتوانی‌های رشدی و خانواده‌هایشان تضمین می‌کند. این خدمات و حمایت‌ها از طریق 21 مرکز منطقه‌ای و خدمات دهندگان این مناطق ارائه می‌شوند. برنامه فردی (IPP) توافقی بین فرزند شما و خانواده شما و مرکز منطقه‌ای است. IPP بسیار مهم است زیرا علاوه بر اهداف فرزندتان، خدمات و حمایت‌هایی که به کمک مرکز منطقه‌ای دریافت خواهید کرد، در آن ذکر می‌شود. این راهنما به شما کمک می‌کند تا برای آن جلسه آماده شوید.

همان‌گونه که خدمات مرکز منطقه‌ای با استفاده از برنامه ریزی فردمحور برای تهیه برنامه IPP بعدی فرزندتان با شما همکاری خواهد کرد. برنامه جدید IPP به موضوعات زیر خواهد پرداخت:

- مسائل مهم درباره فرزندتان و اطلاعات مربوط به جلسه IPP
- چگونگی برقراری ارتباط فرزندتان و چشم‌انداز شما برای آینده او
- چگونه فرزندتان تصمیم‌گیری را خواهد آموخت و حوزه‌های زندگی که برای فرزندتان مهم است
- اقدامات لازم در مواقع اورژانسی و اضطراری

فعالیت‌ها و چک‌لیست‌های موجود در این راهنما به روش‌های مختلفی استفاده شده‌اند. هر یک از این مطالب را می‌توانید به منظور رفع نیازهای خود، کپی کنید یا تغییر دهید.



موضوع این راهنما درباره چیست؟

در چند صفحه بعدی، فرصتی خواهید داشت تا درباره زندگی فرزندان فکر کنید. این فرصتی است برای نوشتن مواردی که برای فرزندان اهمیت دارند و نوع حمایت‌هایی که در زندگی روزمره نیاز دارد. در هر صفحه، تعدادی سؤال درباره فرزندان و جایی برای نوشتن یادداشت‌ها پیدا خواهید کرد.

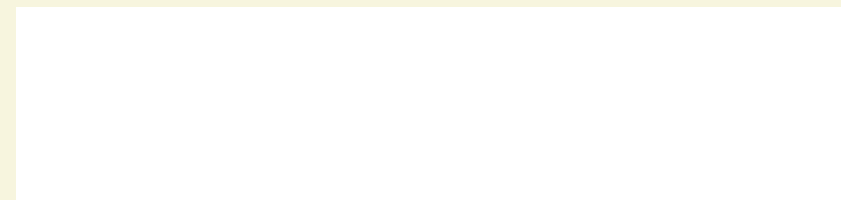
می‌توانید این اطلاعات را همراه خود به جلسه برنامه‌ریزی بعدی ببرید تا به شما و هماهنگ‌کننده خدمات کمک کند برنامه فردی (IPP) فرزندان را تهیه کنید.

همچنین می‌توانید از یادداشت‌هایتان برای تهیه یک توضیح یک‌صفحه‌ای استفاده کنید تا در خانه، مدرسه و/یا هنگام ارائه هر گونه خدماتی که از فرزندان حمایت می‌کند، قابل استفاده باشد.

توجه: این فقط یکی از روش‌های شروع تهیه یک IPP است. به بخش یادداشت‌ها در انتهای این راهنما مراجعه کنید تا فهرستی از راه‌های دیگر برای شروع برنامه‌ریزی را ببینید. همچنین می‌توانید از هماهنگ‌کننده خدمات خود درباره منابع محلی سؤال کنید.

درباره فرزندان

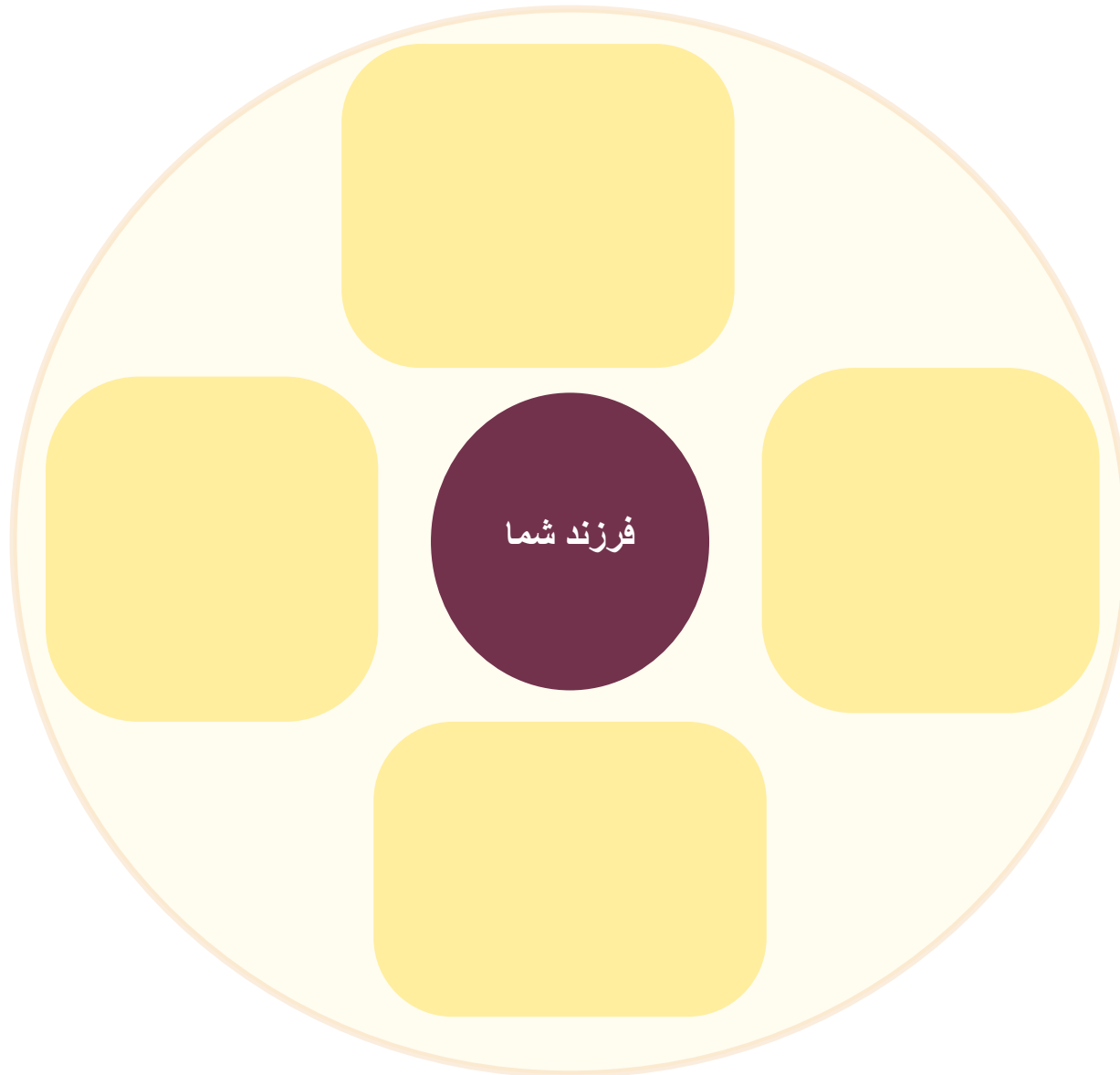
موضوع این دفترچه عبارت است از:





افرادی که در زندگی فرزند شما اهمیت دارند

در باره فرزندان!



به افرادی فکر کنید که فرزندان با آن‌ها احساس نزدیکی می‌کند. این افراد ممکن است اشخاصی باشند که فرزندان برای کمک به آن‌ها رجوع می‌کند یا با آن‌ها بیشترین لذت را می‌برد. افرادی که فرزندان را به‌خوبی می‌شناسند و به او اهمیت می‌دهند. این افراد می‌توانند به شما کمک کنند که بگویید چه چیزهایی برای فرزندان اهمیت دارد. نام آن‌ها را در دایره‌های رنگی اطراف واژه فرزند شما بنویسید. این افراد ممکن است شامل خویشاوندان، افرادی در مدرسه، دوستان و همسایگان باشند. از آن‌ها بخواهید که هنگام پاسخ به سؤالات صفحات بعد، نظرات خود را با شما در میان بگذارند.



قدردانی و ارج نهادن به فرزندتان

این بخش به شما این امکان را می‌دهد در مورد تمام ویژگی‌های فوق‌العاده فرزندتان که شما و دیگران قدردان آن هستید، صحبت کنید. یادداشت‌های شما ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- ویژگی‌های مثبت، نقاط قوت و استعدادهای او
- ویژگی‌های فرزندتان که شما و دیگران دوست دارید
- کارهایی که فرزندتان انجام می‌دهد که باعث لبخندزدن دیگران می‌شود
- مواردی که شما و دیگران در فرزندتان تحسین یا قدردانی می‌کنید



مسائل مهم برای فرزندان

چیزهایی که از دید فرزندان اهمیت دارند:

- مواردی در زندگی که باعث می‌شوند فرزندان احساس رضایت، آسایش، آرامش، خرسندی و شادی کند
- افرادی که ترجیح می‌دهد با آن‌ها باشد یا روابطی که بیشترین اعتماد را به آن‌ها دارد
- کارهایی که دوست دارد انجام دهد و مکان‌هایی که دوست دارد برود (علاقه‌مندی‌ها/سرگرمی‌ها، چه زمانی و هر چند وقت یک بار)
- روال‌های روزمره مهم
- هویت، گروه افرادی که دوست دارد با آن‌ها ارتباط داشته باشد
- بخش‌هایی از میراث فرهنگی که بیشتر با آن‌ها احساس نزدیکی می‌کند

یادداشت‌های شما





یادداشت‌های شما

مسائل مهم برای فرزندان

منظور، مواردی است که از نظر شما و دیگران برای حمایت از فرزندان لازم و ضروری است تا:

- ایمن و سالم بماند؛
- از ترس دور بماند؛ مثلاً تهدید یا قلدری دیگران؛
- عضوی ارزشمند و مؤثر در جامعه‌ای که انتخاب می‌کند باشد؛ و
- یاد بگیرد که مسئولیت‌پذیر باشد.



یادداشت‌های شما

برای ارائه بهترین حمایت‌ها به فرزندان، افراد به چه اطلاعاتی نیاز دارند؟

- کدام نوع حمایت مفید است؟
- افراد لازم است چه اطلاعاتی داشته باشند تا از فرزندان حمایت کنند؟
- آیا جاهایی وجود دارد که انواع متفاوتی حمایت لازم باشد؟
- به کدام مهارت‌ها نیاز است؟
- چه نوع فردی از همه بهتر با فرزندان کار می‌کند؟

می‌توانید از اطلاعاتی که در اینجا ثبت کردید برای تهیه یک توضیح یک صفحه‌ای استفاده کنید. از این توضیح می‌توان به عنوان یک راهنمای مرجع برای کارکنان خدمات در منزل، برنامه‌ها و پشتیبانی‌ها استفاده کرد. برای اطلاعات بیشتر به صفحه 17 مراجعه کنید.



یادداشت‌های شما

چشم‌اندازی برای آینده

- برنامه‌ها و اهداف بلندمدت شما برای فرزندتان چیست؟
- می‌خواهید فرزندتان وقتی از مدرسه فارغ‌التحصیل می‌شود چه توانایی‌هایی داشته باشد؟
- بهترین زندگی ممکن برای فرزندتان چگونه به نظر می‌رسد؟ کجا زندگی خواهد کرد؟ به مدرسه خواهد رفت؟ کار خواهد کرد؟ مشغول فعالیت‌های اجتماعی خواهد شد؟ چه روابطی برقرار خواهد کرد؟ چه خدمات و حمایت‌هایی دریافت خواهد کرد؟
- شما و دیگران باید چه اقداماتی انجام دهید تا به فرزندتان در رسیدن به این اهداف کمک کنید؟

این چشم‌انداز برای آینده به شما کمک خواهد کرد تا اهداف بلندمدت را برای IEP مدرسه و IPP مرکز منطقه‌ای تعیین کنید. جهت مشاهده روش‌های دیگر ایجاد یک چشم‌انداز برای آینده، به یادداشت‌ها در انتهای این راهنما مراجعه کنید. هر سال چشم‌انداز خود را مرور کنید تا روند پیشرفت را بررسی و در صورت نیاز آن را اصلاح کنید.



توضیح یک صفحه ای

در فرصت مناسب، بهتر است برای تکمیل توضیح یک صفحه ای، از اطلاعات موجود در قسمت درباره فرزندان استفاده کنید. این صفحه حاوی یک توضیح یک صفحه‌ای برای تامی است. والدین او از این توضیح به عنوان یک معرفی برای معلم‌های جدید پیش دبستانی او استفاده می‌کنند. می‌توانید از آن استفاده‌های مختلفی داشته باشید. مثلاً وقتی فرزندان سال تحصیلی جدیدی را در مدرسه آغاز می‌کند، به یک باشگاه یا یک تیم ورزشی جدید می‌پیوندد، یا وارد یک مهد کودک جدید می‌شود.

هدف این است که فارغ از محیطی که فرزندان در آن قرار می‌گیرند، حمایت فردمحور بیشتری دریافت کند. در صفحه بعدی یک فضای خالی برای توضیح یک صفحه‌ای خواهید دید.

نماینه‌ها یا توضیح‌های یک صفحه‌ای اولین بار توسط Helen Sanderson و جامعه یادگیری ویژه تفکر فرد محور (The Learning Community for Person Centered Thinking) ایجاد شد.

توضیح یک صفحه‌ای برای تامی

ویژگی‌های تامی که دیگران دوست دارند و تحسین می‌کنند:

- زیرک و باحال
- بامزه
- همیشه مهربان
- عاشق ورزش
- دارای مهارت خوب در نواختن پیانو
- خوشحال و باملاحظه
- هم نشینی با او لذت بخش است

چگونه به بهترین شکل تامی را حمایت کنیم:

- تامی ساکت است و انرژی زیادی دارد. نیاز دارد این انرژی را با انجام فعالیت‌هایی مثل دویدن، پریدن از روی پستی و بلندی‌ها و بازی بیرون از خانه، تخلیه کند.
- تامی اغلب اوقات خواسته‌های دیگران را نسبت به خواسته خود در اولویت قرار می‌دهد. گاهی اوقات برای بیان کردن خواسته‌هایش نیاز به تشویق دارد.
- تامی ممکن است در برخی موقعیت‌ها که دشوار به نظر می‌رسند، مضطرب شود. اگر از قبل درباره مساله با او صحبت کنید، معمولاً آرام می‌شود.



مواردی که برای تامی مهم هستند:

- نقاشی کشیدن با پاستل آبرنگی و درست کردن تصویر
- هر روز صحبت کردن با دوستان
- خوردن پیتزا به عنوان شام حداقل یک بار در هفته
- بازی با Heather، Forrest، Sophia و Doggie
- بازی با کامیون‌های Tonka
- درست کردن چیزهای مختلف با خمیر نمکی
- ماندن در منزل دوستان و چادر ساختن
- پریدن روی ترامپولین
- تماشای تلویزیون و دی وی دی با پاپ کورن
- خوابیدن با اسباب بازی نرم مورد علاقه
- دریافت تشویق‌های بسیار قبل از امتحان کردن کارهای جدید

توضیح یک صفحه‌ای برای:

افزودن عکس

ویژگی‌های (نام کودک) که دیگران دوست دارند و تحسین می‌کنند:

مواردی که برای (نام کودک) مهم هستند:

چگونه به بهترین شکل (نام کودک) را حمایت کنیم:



حوزه‌های زندگی برای تعیین هدف در جلسه IPP فرزندان

در طول جلسه IPP، شما و فرزندان مسئول تعیین یک یا چند هدف IPP هستید. بر اساس اطلاعاتی که درباره نقاط قوت و موارد نیازمند به حمایت در فرزندان دارید، این اهداف در یک یا چند حوزه زندگی ذکر شده در ذیل گنجانده خواهد شد. به یادداشت‌های خود نگاهی دوباره بیندازید و آن دست از حوزه‌های زندگی ذکر شده در ذیل را که به بهترین شکل، یادداشت‌های شما را پوشش می‌دهد، علامت بزنید.

حوزه زندگی

اهدافی که بهتر است درباره آن صحبت کنید

انتخاب/دفاع	☐	انتخاب‌ها و تصمیم‌هایی که امید دارید فرزندان در آینده اتخاذ کند. در مورد کودکان، این موارد ممکن است شامل یادگیری یک وظیفه خاص، یا انتخاب لباس، یادگیری ابراز و بیان خواسته‌های خود و مرزگذاری باشد. آیا فرزندان در حال حاضر به یک حامی و مدافع نیاز دارد؟ آیا در آینده به چنین شخصی نیاز خواهد داشت؟
مشارکت در جامعه	☐	علاقه مندی‌ها، سرگرمی‌های مورد علاقه، فعالیت‌ها و مکان‌هایی که فرزندان از آن لذت می‌برد. روش‌های جدیدی که شما و فرزندان دوست دارید در جامعه حضور داشته باشید.
آموزش/یادگیری	☐	اهداف در مدرسه برای فرزندان. یا چیزهای جدید که فرزندان دوست دارد یاد بگیرد.
اشتغال	☐	فرزندان دوست دارد وقتی بزرگ شد چه کاره شود؟
خدمات درمانی/سلامتی	☐	تغییرات در نیازهای پزشکی یا داروهای فرزندان. پزشکان جدید یا مسائل سلامتی جدید در زندگی فرزندان.
زندگی در خانه/مسکن	☐	تغییرات در خدمات و حمایت‌هایی که فرزندان در خانه به آن احتیاج دارد، تغییر منزل یا ایجاد تغییرات برای افزایش دسترسی پذیری و بی خطر کردن خانه.



حوزه زندگی

اهدافی که بهتر است درباره آن صحبت کنید

درآمد/مسائل مالی	☐	شاید بخواهید درباره مزایای دریافتی فرزندان یا نحوه کسب درآمد او در آینده یا یادگیری او در زمینه خرج کردن و پس انداز کردن پول صحبت کنید.
رشد فردی / عاطفی	☐	خدمات و حمایت‌هایی که فرزند شما ممکن است برای سلامت عاطفی و/یا سلامت روان خود نیاز داشته باشد.
روابط	☐	حمایتی که فرزند شما ممکن است برای ایجاد روابط سالم با دوستان، خانواده و دیگران نیاز داشته باشد.
ملاحظات ایمنی	☐	هر گونه نگرانی شما یا تیم شما درباره ایمنی فرزندان در خانه یا در جامعه. کمک به فرزندان برای این که کم کم مرزها را بشناسد.
حمایت‌ها در منزل	☐	تغییرات در ترجیحات، نیازها و حمایت‌های فرزندان در منزل.
حمل و نقل	☐	روش‌های فعلی رفت و آمد فرزندان در جامعه و تغییرات در نحوه حمل و نقل که به او کمک کند در جامعه بیشتر نقش داشته باشد.

حوزه‌های دیگر اهداف و حمایت‌ها که می‌خواهید در IPP فرزندان گنجانده شود:

تقریباً برای جلسه آماده اید! چند مورد دیگر هست که باید به آن فکر کنید که در این بخش ارائه شده است. **بخش 2: قبل از جلسه برنامه ریزی.**



بخش 2

قبل از جلسه
برنامه ریزی



برخی موارد که حین برنامه ریزی برای خدمات و حمایت‌های مورد نیاز فرزندان باید به آن فکر کنید

مهم است که فکر کنید — به چه روش‌هایی می‌توان فرصت یادگیری مهارت‌های جدید را برای فرزندان افزایش دهید و دقت کنید که حتماً این فرصت‌ها در IPP فرزندان گنجانده شده شود.

برنامه فرزندان باید حاوی موارد زیر باشد — حمایت‌ها و خدماتی که به او کمک می‌کند چه کارهایی او را به سمت اهداف در آینده سوق خواهد داد — مثلاً سوار اتوبوس شدن، لباس پوشیدن یا کنار آمدن با دیگران.

کودکان و نوجوانان معمولاً مهارت‌های جدید را از اطرافیان خود و در جاهایی یاد می‌گیرند که از این مهارت‌ها به صورت طبیعی استفاده می‌شود. چند مثال دیگر درباره مواردی که کودکان به بهترین شکل مهارت یاد می‌گیرند در ذیل ارائه شده است:

- وقتی از وسایل واقعی استفاده می‌کنند — مثل استفاده از پول واقعی هنگام خرید اقلام در فروشگاه.
- وقتی مهارت‌های جدید را زمانی که معمولاً رخ می‌دهند یاد می‌گیرند — مثلاً چگونه برای رفتن به مدرسه سوار اتوبوس شوند یا با کمک به دیگران در درست کردن غذا، آشپزی یاد بگیرند.
- با تماشای دیگران — مثل یادگیری انجام وظایف روزانه با تماشای دیگران یا کمک به دیگران در خانه.
- وقتی آموخته‌های آنها مفید باشد — مثل استفاده از ساعت هوشمند یا کامپیوتر، بازی با سایر کودکان یا دوچرخه سواری.



طرح برنامه ریزی فردی فرزند شما و حقوق مربوطه

بهتر است قبل از جلسه برنامه ریزی، حقوق خود را مرور کنید.

حقوق فرزند و خانواده شما در فرایند IPP عبارتند از:

افراد حاضر در جلسه -

- افرادی را دعوت کنید که شما و فرزندتان می‌خواهید در جلسه IPP فرزندتان شرکت کنند.
- از افرادی که به آنها اعتماد دارید بخواهید که برای حمایت از فرزند شما حضور پیدا کنند.
- یک مترجم شفاهی یا تسهیلگر (یاری رسان) در صورت نیاز.

نحوه برگزاری جلسه -

- انتخاب کنید که با نام و ضمیر منتخب‌تان به شما اشاره شود.
- اطلاعات به زبان مادری شما ارائه شود.

کیفیت جلسه -

- زمان و مکان برگزاری جلسه را اعلام کنید.
- در اسرع وقت پاسخ همه سوالها و نگرانی‌های خود را دریافت کنید.
- خدمات و حمایت‌های مورد نیاز فرزندتان برای داشتن زندگی و شغل مستقل انتخاب کنید.
- خدمات و حمایت‌های لازم برای فرزندتان را در یکپارچه‌ترین محیط ممکن و جامعه منتخب خودش انتخاب کنید.

وقتی با بخشی از جلسه یا برنامه موافق نیستید -

- اطلاع داشته باشید که وقتی موضوعی در برنامه فرزندتان هست که مورد پسند فرزندتان یا خودتان نیست، چه اقدامی باید انجام دهید.
- با هر گونه تغییر در خدمات مندرج در IPP فرزندتان مخالف هستید.



حمایت از فرزندان در زمینه تصمیم گیری

یک بخش مهم رشد این است که فرد یاد بگیرد خودش را ابراز کند و به تدریج در طول زمان، تصمیم‌های مهمتری را اتخاذ کند. این‌ها مهارت‌هایی هستند که فرزندان را به این سمت سوق می‌دهند که با اطمینان به نفس، از خود دفاع کند. نمودار زیر را همراه با فرزندان تکمیل کنید تا اهداف احتمالی IPP را شناسایی کنید. شاید بخواهید مسئولیت‌ها و مهارت‌های دیگری را نیز برای فرزندان اضافه کنید.

مهارت‌های مسئولیت پذیری تصمیم گیری	در چه سنی این مهارت برای فرزندم اهمیت خواهد داشت؟	فرزندم به چه حمایتی نیاز دارد؟ این مهارت را چگونه می‌توان آموزش داد؟
انتخاب یک میان وعده سالم		
کمک به کارهای خانه		
انتخاب لباس		
به عهده گرفتن مسئولیت کمک شخصی		
آگاهی از مرزهای اجتماعی مرزهای روابط		
تکمیل تکلیف خانگی		
داشتن انتخاب‌های بی خطر		



بخش 3

جلسه برنامه ریزی فرزند شما



در اینجا به کارهایی اشاره شده است که قبل از جلسه IPP می‌توانید انجام دهید:

اگر فرزندان از سال قبل برنامه‌ای داشته است، نگاهی به آن بیندازید. راجع به کارهایی که به خوبی پیش رفت و کارهایی که به خوبی پیش نرفت فکر کنید و درباره آنها حرف بزنید. به لیست حوزه‌های زندگی برای تعیین هدف نگاهی بیندازید تا مطمئن شوید که همه مواردی را که می‌خواهید در جلسه عنوان شود، دربرمی‌گیرد. دقت کنید که حتماً همه افراد مورد نظرتان را به جلسه دعوت کنید و جلسه در زمان و مکانی که برای خانواده شما راحت است، برگزار شود. اگر به مترجم شفاهی نیاز دارید، حتماً درخواست دهید. اگر درباره اهداف خود یا حمایتی که هم اکنون دریافت می‌کنید، سوالی دارید، سوالات را بنویسید و یادداشت‌های خود را همراه خود به جلسه بیاورید.

در اینجا به کارهایی اشاره شده است که در طول جلسه IPP می‌توانید انجام دهید:

- به این دفترچه نگاهی بیندازید و همه یادداشت‌های مربوطه را همراه داشته باشید تا حتماً درباره همه مواردی که در لیست خود نوشته اید، صحبت کنید.
- مثبت اندیش باشید، این جلسه ویژه خانواده شما است و همه افراد حاضر می‌خواهند کمک کنند.
- فرزندان را تشویق کنید که خودش را ابراز کند و در تهیه برنامه، مشارکت داشته باشد.
- سوال بپرسید و کمی وقفه بیندازید تا مطمئن شوید که فرزندان متوجه موارد مورد بحث می‌شود.
- یادداشت بردارید یا شخصی را همراه بیاورید که برای شما یادداشت برداری کند.
- به افراد یادآوری کنید که علت حضور شما در اینجا این است که برنامه‌ای بنویسید که به فرزندان کمک می‌کند یاد بگیرد که در خانه، در طول بازی، در مدرسه و در جامعه، کارهای بیشتری را به طور مستقل انجام دهد.
- اگر با نوشته‌های مندرج در IPP موافق نیستید، از هماهنگ کننده خدمات خود درباره گزینه‌های درخواست تجدیدنظر سوال کنید.



طرح برنامه فردی (IPP) فرزند شما

صفحات بعدی، قسمتهای IPP را به شما نشان می‌دهد. همه 21 مرکز منطقه‌ای در کالیفرنیا از IPP‌هایی استفاده می‌کنند که شامل این قسمت‌ها است. IPP فرزندان با استفاده از یک فرایند فردمحور تهیه خواهد شد. در اینجا اطلاعاتی که در IPP فرزندان قرار خواهد داشت ارائه شده است:

- اتفاقاتی که در زندگی خانواده شما رخ می‌دهد
- ترکیب بی نظیر نقاط قوت، استعدادها و مهارت‌های فرزندان
- آنچه برای فرزند و خانواده شما مهم است
- اهداف و چشم انداز برای آینده فرزند و خانواده شما
- فهرستی از خدمات و حمایت‌هایی که شما و تیم برنامه ریزی درباره آن توافق نظر دارید

جلسات IPP به هر اندازه که نیازها و اهداف فرزندان تغییر می‌کند، قابل برگزاری است.

می‌توانید با تماس با هماهنگ کننده خدمات خود، تیم برنامه ریزی را گرد هم آورید.





قسمت‌هایی که در IPP فرزندان خواهید دید



مقدمه

در این قسمت شما مسائل مهمی که می‌خواهید دیگران درباره فرزندان بدانند، ویژگی‌های فرزندان که دیگران دوست دارند و تحسین می‌کنند و آن چه در زندگی خود به آن بسیار افتخار می‌کنند، در میان می‌گذارید.

نحوه تهیه این برنامه

این قسمت کاملاً مربوط به جلسه برنامه ریزی است. جلسه کجا برگزار شد؟ چه کسانی در جلسه حضور داشتند؟ حوه مشارکت هر یک از حاضرین در جلسه چگونه بود؟

چشم‌انداز برای آینده

در اینجا اطلاعات مربوط به اهداف بلندمدت و کوتاه مدت فرزندان را در میان می‌گذارید. منظور از کوتاه مدت یعنی اتفاقی که می‌خواهید زود رخ دهد، مثلاً ظرف یک سال یا کمتر. بلندمدت به معنی اتفاقی در آینده است، مانند دو تا بیست سال.

ارتباط

نحوه ارتباط ما مهم است. شما می‌خواهید دیگران، فرزند شما را درک کنند. در اینجا در میان می‌گذارید که فرزندان دوست دارد چگونه ارتباط برقرار کند. بهترین روش برای برقرار ارتباط با فرزند شما چیست؟ برای برقرار ارتباط با فرزند شما، دیگران باید چه چیزهایی بدانند؟ آیا فرزندان دارای پشتیبانی‌ها یا دستگاه‌هایی است که برای برقراری ارتباط به آنها نیاز دارد؟ فرزند شما چگونه نشان می‌دهد که متوجه موضوع شده است؟ فکر کنید که چه اطلاعات مهم دیگری را می‌خواهید در میان بگذارید.

آیا برای آمادگی برای جلسه، از قسمت درباره فرزندان در این دفترچه استفاده کردید؟ در این صورت، اطلاعات این قسمت‌های IPP را می‌توانید در بخش‌های زیر پیدا کنید:

- قدردانی و ارج نهادن به فرزندان
- مسائل مهم برای فرزندان
- برای ارائه بهترین حمایت‌ها به فرزندان، افراد به چه اطلاعاتی نیاز دارند؟
- چشم‌اندازی برای آینده
- توضیح یک صفحه ای

قسمت‌هایی که در IPP فرزندتان خواهید دید



تصمیم‌گیری

شما برای فرزندتان چه تصمیم‌هایی می‌گیرید؟ فرزندتان چه تصمیم‌هایی می‌گیرد؟ آیا فرزندتان در آینده به یک حامی و مدافع نیاز خواهد داشت؟ آیا شخص دیگری در تصمیم‌گیری برای فرزندتان دخیل است؟

حوزه زندگی

در این قسمت می‌توانید درباره اهداف فرزندتان و هر گونه حمایتی که برای رسیدن به این اهداف لازم است، صحبت کنید. هر حوزه زندگی به یک نتیجه مطلوب و همچنین به یک هدف برای آن بخش از زندگی فرزندتان خواهد پرداخت که از اهمیت بسیاری برخوردار است. همچنین اطلاعاتی در این باره ارائه خواهد شد که به منظور کمک به فرزندتان برای دستیابی به آن هدف، چه اقداماتی باید صورت گیرد. می‌توانید هر تعداد حوزه زندگی که مد نظر دارید، درج کنید. باید حداقل یک حوزه زندگی در IPP داشته باشید.

برنامه ریزی برای موارد اضطراری

همه ممکن است یک وضعیت اضطراری را در زندگی تجربه کنند. اما داشتن یک برنامه از قبل به شما و به اطرافیان کمک می‌کند که بدانید چه اقدامی باید انجام دهید. آیا برای فرزندتان یک برنامه برای موارد اضطراری دارید؟ در صورت بروز یک موقعیت اضطراری، چه اقداماتی برای حفظ سلامتی و ایمنی فرزندتان لازم است؟ در صورت یک اتفاق اورژانسی، با چه کسی باید تماس گرفت؟ برای حمایت از فرزندتان در طول یک وضعیت اضطراری، افراد باید چه مطالب مهمی را بدانند و چه کارهای مهمی را انجام دهند؟

آیا برای آمادگی برای جلسه، از قسمت درباره فرزندتان در این دفترچه استفاده کردید؟ در این صورت، این اطلاعات را می‌توانید در بخش‌های زیر پیدا کنید:

- چشم‌اندازی برای آینده
- حوزه‌های زندگی برای تعیین هدف در جلسه IPP
- مسائل مهم برای فرزندتان
- برای ارائه بهترین حمایت‌ها به فرزندتان، افراد به چه اطلاعاتی نیاز دارند؟



قرارداد IPP و فرم امضاء باید در جلسه IPP فرزندان تکمیل شوند. این یک فرم مهم است.

قرارداد طرح برنامه فردی فرزندان و فرم امضاء

خدمات و حمایت‌ها

در طول جلسه IPP درباره اهداف مورد نظر فرزندان در حوزه‌های زندگی او صحبت خواهید کرد. اطلاعات مربوط به خدمات و حمایت‌های که برای دستیابی به این اهداف لازم دارند، اینجا ذکر خواهد شد. شما درباره موارد زیر اطلاعات به دست خواهید آورد:

- چه کسی خدمات را ارائه خواهد داد
- چه زمانی آغاز خواهد شد و چه زمانی پایان خواهد یافت
- چه مقدار از خدمات ارائه خواهد شد
- فرزندان هر چند وقت یک بار خدمات را دریافت خواهد کرد
- چه کسی هزینه خدمات را پرداخت خواهد کرد

قرارداد خدمات

در این بخش تصمیم می‌گیرید که آیا با همه خدمات یا فقط با بخشی از خدمات موافق هستید. همچنین اگر شما و مرکز منطقه‌ای توافق نظر ندارید، می‌توانید تصمیم بگیرید که ظرف 15 روز یا بعدها یک جلسه IPP دیگر برگزار شود تا بیشتر درباره خدمات فرزند خود صحبت کنید. اگر شما و مرکز منطقه‌ای هنوز توافق نظر ندارید، می‌توانید درخواست کنید که یک اطلاعیه درباره اقدام به شما ارسال شود. این یک سند مکتوب است که تصمیم را توضیح می‌دهد.

- وقتی همه جلسه IPP را ترک می‌کنند، شما باید از موارد زیر مطلع باشید:
- نتایج مطلوب برای هر هدف در زندگی فرزندان
- خدمات و حمایت‌ها برای کمک به فرزندان در دستیابی به این اهداف
- خدماتی که با آن موافقت یا خدماتی که با آن موافق نیستید
- چند وقت یک بار یک جلسه IPP خواهید داشت
- فرزندان ممکن است چه نیازهایی در آینده داشته باشد
- به چه شکل می‌خواهید یک نسخه از IPP فرزندان را دریافت کنید
- برنامه‌ها و خدمات موجود برای فرزند شما
- نحوه ثبت شکایت یا گزارش درباره شخصی که قانون را نقض می‌کند



قرارداد طرح برنامه فردی فرزندان و فرم امضاء

نظرسنجی IPP

بعد از تکمیل IPP فرزندان، فرصتی خواهید داشت تا با ما درباره جلسه صحبت کنید.

شرکت در این نظرسنجی اختیاری است.

ما نام شما را نمی‌پرسیم تا بتوانید در پاسخ‌های خود راحت و روراست باشید.

می‌توانید نظرسنجی را در تلفن همراه یا کامپیوتر خود تکمیل کنید. همچنین می‌توانید یک نسخه کاغذی به شما پست کنیم.

تایید دریافت

این قسمت نشان می‌دهد که هماهنگ کننده خدمات فرزندان در طول جلسه IPP اطلاعات را در اختیار شما قرار داده است. باید درباره موارد زیر با شما صحبت کند:

- سال گذشته فرزندان چه خدمات و حمایت‌هایی داشته است
- به چه چیزهایی ممکن است در آینده نیاز پیدا کنید
- جلسه IPP فرزندان هر چند وقت یک بار برگزار خواهد شد
- به چه شکل می‌خواهید یک نسخه از IPP فرزندان را دریافت کنید
- برنامه‌هایی که حق انتخاب بیشتری در این باره می‌دهند که چه کسی خدمات را ارائه دهد و خدمات به چه شکل ارائه شوند
- نحوه ثبت شکایت یا گزارش درباره شخصی که قانون را نقض می‌کند

امضاها

به عنوان ولی کودک، IPP را امضا خواهید کرد. اگر نماینده قانونی وجود دارد، باید IPP را امضا کند. هماهنگ کننده خدمات نیز امضاء خود را درج خواهد نمود.

بخش 4

بعد از جلسه
برنامه ریزی





از کجا بدانید که جلسه برنامه ریزی فرزندان به خوبی پیش رفته است

بهترین قسمت‌های جلسه چه بود؟

بله	خیر

چه چیزی می‌توانست بهتر باشد؟

- آیا همه افرادی که مدنظر داشتید در جلسه حضور داشتند؟
- آیا همه حاضر بودند درباره فرزند شما و حوزه‌های زندگی برای تعیین هدف را مرور و بررسی کنند؟
- آیا خانواده شما و فرزندان در تصمیم‌گیری درباره نوشته‌های مندرج در برنامه مشارکت داشتند؟
- آیا درباره انواع خدماتی که به منظور حمایت از فرزندان نیاز دارید، اطلاعات کسب کردید؟
- آیا فرصتی داشتید تا همه سوالات خود را بپرسید؟
- آیا به همه سوالات شما پاسخ داده شد؟
- آیا اهداف و نتایج موجود در برنامه فرزندان، همان چیزی است که می‌خواستید؟

اگر به بیشتر این سوالات پاسخ "خیر" داده اید، در مورد نکاتی درباره اقدامات لازم در صورت خوب پیش رفتن مسائل در صفحه 36 اطلاعات بیشتری کسب کنید.



یک بررسی شش ماهه

چه مواردی می‌توانست بهتر باشد؟

تقریباً هر شش ماه یک بار، به برنامه فرزندان نگاهی بیندازید تا ببینید آیا همه چیز طبق آن چه در IPP فرزندان ذکر شده، پیش می‌رود یا خیر. این سوالات را از خود بپرسید، آیا فرزند شما:

- در راستای دستیابی به اهداف موجود در IPP خود تلاش می‌کند؟
- حمایت لازم برای زندگی کردن و فعال بودن در جامعه مورد انتخابتان را دریافت می‌کند؟
- در هر گونه فعالیت اجتماعی یا تفریحی مورد درخواست خود مشارکت می‌کند؟
- دوستان و خویشاوندان خود را هر چقدر که بخواهد ملاقات می‌کند؟

بله	خیر

اگر به بیشتر این سوالات پاسخ "خیر" داده اید، در مورد نکاتی درباره اقدامات لازم در صورت خوب پیش رفتن مسائل اطلاعات بیشتری کسب کنید.



اگر در برنامه فرزندان، مسائل به خوبی پیش نروند، چه کار باید کرد؟

در صورت بروز هر یک از موارد زیر در طول جلسه یا بعد از جلسه فرزندان، به صفحه بعدی بابت نکاتی درباره اقدامات لازم در صورت خوب پیش رفتن مسائل رجوع کنید:

افراد حاضر در جلسه -

- افرادی که فرزند و خانواده شما می‌خواستید حضور داشته باشند در جلسه نبودند.
- فرزند و خانواده شما به یک مترجم شفاهی نیاز داشت و مترجمی در اختیار قرار داده نشد.

کیفیت جلسه -

- تیم جلسه درباره ایده‌ها و نظرات مندرج شما در این دفترچه برنامه ریزی، بحث و تبادل نظر نکرد.
- خانواده شما نتوانست درباره موارد مندرج در برنامه فرزندان تصمیم نهایی بگیرد.
- اطلاعات درباره خدمات و حمایت‌ها در اختیار فرزند و خانواده شما قرار نگرفت.
- سوالات فرزند و خانواده شما پاسخ داده نشد.
- تیم برنامه ریزی به ترجیحات فرزند شما احترام نگذاشت.

کیفیت جلسه -

- هیچ تاریخی برای دستیابی به اهداف فرزندان تعیین نشده است.
- فرزند و خانواده شما حمایت لازم برای به روز رسانی برنامه فرزندان را همراه با تغییرات ایجاد شده در زندگی دریافت نمی‌کنند.

وقتی با بخشی از جلسه یا برنامه موافق نیستید -

- اهداف و نتایج برنامه فرزندان مطابق با خواسته‌های فرزند و خانواده شما نیست.



نکاتی درباره اقدامات لازم در صورت خوب پیش رفتن مسائل

گاهی ممکن است مواردی در زندگی فرزندان تغییر کند و IPP او دیگر مفید نباشد. گاهی نیز خدمات IPP آن طور که در برنامه درج شده، پیش نمی‌رود. همیشه باید درباره مواردی که در برنامه فرزندان به خوبی پیش نمی‌روند، با هماهنگ کننده خدمات خود صحبت کنید. اگر نیاز دارید که برنامه خدمات فردمحور فرزندان را تغییر دهید، از هماهنگ کننده خدمات درخواست کنید که یک جلسه برنامه ریزی برگزار کند. وقتی از مرکز منطقه‌ای برای برگزاری جلسه درخواست می‌کنید، به راحتی درباره تغییراتی که نیاز دارید با آنها صحبت کنید. بدین ترتیب هماهنگ کننده خدمات می‌تواند در جلسه، آمادگی لازم را داشته باشد تا به شما کمک کند روش بهتری برای ارائه خدمات و حمایت‌های مورد نیاز فرزندان را پیدا کنید.

همچنین به یاد داشته باشید:

- اگر می‌خواهید همیشه می‌توانید یک دوست، حامی یا شخصی را که فرزند شما را می‌شناسد و از او حمایت می‌کند، همراه خود بیاورید.
- مطمئن شوید که متوجه حرف‌های دیگران می‌شوید، حتی اگر به زبان انگلیسی صحبت نمی‌کنند. مرکز منطقه‌ای در صورت نیاز، یک مترجم شفاهی در اختیارتان قرار خواهد داد.
- در پایان جلسه، مرکز منطقه‌ای فهرستی از خدماتی را که به فرزندان ارائه خواهد داد، در اختیار شما قرار خواهد داد. اگر با این فهرست موافق نیستید، می‌توانید درخواست تجدیدنظر بدهید.
- همچنین اگر مسائل حل و فصل نشد، می‌توانید نزد اداره خدمات رشدی، شکایتی ثبت کنید.

<https://www.dds.ca.gov/general/appeals-complaints-comments/>



نکات بیشتر درباره اقدامات لازم در صورت خوب پیش رفتن مسائل در برنامه فرزندان

علاوه بر نکات پیشین، همچنین می‌توانید:

- به هماهنگ کننده خدمات خود کمک کنید فرزند و خانواده شما را بشناسد. با هماهنگ کننده خدمات خود صحبت کنید تا به او کمک کنید فرزند و خانواده شما را بشناسد. به هماهنگ کننده خدماتتان بگویید چگونه دوست دارید با شما تماس بگیرد، از طریق ایمیل، تلفن یا اس ام اس. شماره تلفن و ایمیل هماهنگ کننده خدمات خود را در مکانی امن نگه دارید. همچنین، می‌توانید نام، شماره تلفن و ایمیل سوپروایزر او را درخواست کنید.
- بعد از جلسه IPP، با استفاده از این دفترچه یا یک ابزار برنامه ریزی دیگر، هر گونه تغییر در مواردی که فرزندان دوست دارد و دوست ندارد، ترجیحات او و برنامه‌های آینده را یادداشت کنید. این موضوع به هماهنگ کننده خدمات شما کمک می‌کند تا تشخیص دهد فرزندان ممکن است به چه تغییراتی در خدمات و حمایت‌ها نیاز داشته باشد.
- همه مدارک مربوط به مرکز منطقه‌ای خود را در یک مکان نگه دارید. مدارک مرکز منطقه‌ای خود را داخل یک پوشه یا کلاسور یا در یک پوشه در کامپیوتر خود قرار دهید.



یادداشت ها: منابع برای برنامه فرزندتان

این راهنما بر اساس عناصر برگرفته از انتخاب من ، به من گوش کن ، گذرنامه شخصی شما ، فراتر از یک جلسه: یک راهنمای جیبی درباره طرح برنامه فردی فردمحور ، برنامه‌های ضروری سبک زندگی ، برنامه ریزی دسته جمعی خانواده، مرکز Pacer، و Helen Sanderson و همکاران نوشته شده است.

نمونه‌های سایر ابزار برنامه ریزی

در اینجا نمونه‌های دیگر ابزار برنامه ریزی ارائه شده که می‌توانید از آنها برای آمادگی جهت جلسه فرزندتان استفاده کنید. با این که ممکن است این ابزارها با هم متفاوت باشند، هدف همه آنها حمایت از افراد در تهیه یک طرح حاوی اهداف بر اساس انتخاب‌ها، ترجیحات و مشارکت در جامعه است. از هماهنگ کننده خدمات خود درباره منابع محلی برنامه ریزی فردمحور سوال بپرسید.

- **محفل‌های حمایت و محفل دوستان** - گروهی از افراد که از آنها دعوت می‌کنید شما را حمایت کنند و به شما در زمینه برنامه ریزی برای آینده کمک کنند. <https://inclusion.com/path-maps-and-person-centered-planning/circles-friends-2/>

- **LifeCourse** - ایجاد شده تا به افراد و خانواده‌ها کمک کند یک چشم انداز برای داشتن یک زندگی خوب داشته باشند و حمایت‌های لازم برای داشتن آن زندگی را شناسایی و ایجاد کنند.

<https://www.lifecoursetools.com/lifecourse-library/exploring-the-life-stages/>

- **MAPS (نقشه‌ها) و PATH (مسیر)** - ابزارهای برنامه ریزی طراحی شده به منظور شناسایی اقدامات ممکن در مسیر آینده‌های مطلوب. <https://inclusion.com/path-maps-and-person-centered-planning/>

- **Person-Centered Thinking and Planning (تفکر و برنامه ریزی فردمحور)** - به افراد کمک می‌کند نقاط قوت، اهداف و نیازهای سلامتی را برای خدمات مستقر در جامعه و نتایج مطلوب شناسایی کنند.

https://ncapps.acl.gov/docs/NCAPPS_Definitions_RepresentativeExamples_200930.pdf



سایر منابع اداره خدمات رشدی (DDS)

خدمات مرکز منطقه‌ای و توضیحات اطلاعات بیشتر به بسیاری از زبان‌های مختلف درباره این که مرکز منطقه‌ای چه کار می‌کنند و چه خدماتی ارائه می‌دهند. <https://www.dds.ca.gov/rc/rc-services/>

مرکز منطقه‌ای خود اگر مطمئن نیستید که باید با کدام مرکز منطقه‌ای تماس بگیرید، می‌توانید اطلاعات را اینجا پیدا کنید. <https://www.dds.ca.gov/rc/lookup-rs-by-county/>

دفتر مامور رسیدگی به شما و خانواده شما کمک می‌کند به خدمات مرکز منطقه‌ای که طبق قانون لنترمین برای شما موجود است، دسترسی پیدا کنید. <https://www.dds.ca.gov/initiatives/office-of-the-ombudsperson/>

اطلاعات افراد و خانواده‌ها برای خانواده‌ها، دوستان و حامیان که به آنها کمک می‌کنند بهترین زندگی ممکن را داشته باشند. <https://www.dds.ca.gov/consumers/>

برنامه خود-تعیین‌گری به افراد و خانواده‌های آن‌ها آزادی، کنترل و مسئولیت بیشتری در انتخاب خدمات و حمایت‌ها ارائه می‌دهد. <https://www.dds.ca.gov/initiatives/sdp/>

آمادگی برای مواقع اورژانسی برنامه ریزی به افراد و خانواده‌ها کمک می‌کند برای همه انواع اتفاقات فاجعه آمیز آمادگی داشته باشند. <https://www.dds.ca.gov/consumers/emergency-preparedness-consumer/>

شکایات و درخواست تجدیدنظر روش‌های حل مسائل و نگرانی‌ها وقتی هیچ راهکار دیگری کارساز نیست. <https://www.dds.ca.gov/general/appeals-complaints-comments/>

برنامه فرزند شما

پشتیبانی برای تهیه
طرح برنامه
فردی (IPP) فرزندان با استفاده از ابزار
فردمحور



1215 O Street, Sacramento, CA 95814

<https://www.dds.ca.gov>