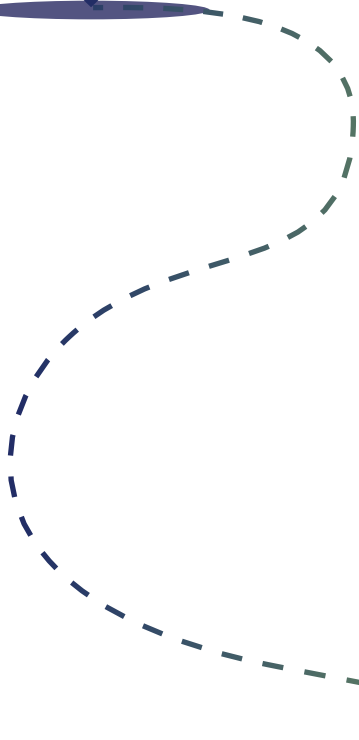


Lộ trình

Cẩm Nang Chuyển Tiếp & Việc Làm Texas
Hướng Đến Cuộc Sống Thành Công Sau
Trung Học Cho Học Sinh Khuyết Tật





Bản quyền © 2021-2025. Cơ Quan Giáo Dục Texas. Bảo lưu mọi quyền.

Không xét tới quy định trên, quyền sao chép tác phẩm có bản quyền được cấp cho các khu học chánh công lập Texas, các trường công đặc cách Texas và các trung tâm dịch vụ giáo dục Texas để sử dụng cho mục đích giáo dục phi thương mại, phi lợi nhuận trong phạm vi tiểu bang Texas và cho cư dân của tiểu bang Texas để sử dụng cho mục đích giáo dục cá nhân, phi thương mại, phi lợi nhuận của riêng họ và với điều kiện là không thu bất kỳ khoản tiền nào cho các tài liệu được sao chép đó ngoài việc trang trải chi phí tự trả để sao chép và phân phối. Không có quyền nào khác, dù rõ ràng hay ngụ ý, được cấp theo đây.

Cẩm Nang Chuyển Tiếp và Việc Làm tại Texas dành cho Học Sinh Khuyết Tật



3 Lập kế hoạch chuyển tiếp
IEP của em bao gồm những nội dung gì?
Sử dụng Cuộc họp ARD để lập kế hoạch cho tương lai của em



10 Các quyền của em
Điều gì sẽ thay đổi khi em đủ 18 tuổi?
Lập kế hoạch cho các quyền và trách nhiệm pháp lý



17 Sự nghiệp
Em muốn làm việc
Lập kế hoạch việc làm



23 Đại học
Em muốn tiếp tục đi học
Lập kế hoạch cho Đại học/Cao đẳng, Chứng nhận, Đào tạo và các khóa học khác ngoài trường trung học



29 Cộng đồng
Em muốn sống độc lập
Lập kế hoạch hỗ trợ trong nhà và hơn thế nữa



34 Đi lại
Em muốn đi nhiều nơi
Lập kế hoạch về cách đến trường học, đi làm và thăm thú xung quanh cộng đồng của em



41 Công nghệ
Em muốn dùng công cụ hữu ích
Sử dụng công nghệ để giúp cuộc sống trở nên dễ dàng hơn



48 Tài chính
Ai trả tiền cho các nhu cầu của em?
Lập kế hoạch độc lập tài chính và hỗ trợ



54 Sức khỏe
Em muốn được khỏe mạnh
Lập kế hoạch cho nhu cầu y tế



59 Hành động
Em phải làm gì bây giờ?
Các hoạt động cần lập kế hoạch cho tương lai của em



68 Xây dựng kết nối
Ai có thể giúp đỡ?
Cơ quan hỗ trợ và Người liên hệ



CHÀO MỪNG đến với tương lai của em!

Chuyển tiếp từ trường học sang cuộc sống trưởng thành đòi hỏi phải có kế hoạch thật chu đáo.

*Em sẽ làm việc ở đâu? Em muốn tiếp tục học gì sau khi tốt nghiệp trung học?
Em sẽ sống ở đâu? Em có muốn nhận hỗ trợ để đạt được mục tiêu của mình không?*

Có thể em đã suy nghĩ về điều này từ rất lâu và đã có một số ý tưởng về những điều em muốn cho cuộc sống.

Cẩm Nang Chuyển Tiếp và Việc Làm ở Texas có thể giúp học sinh khuyết tật lập kế hoạch cho cuộc sống trưởng thành.

Em có thể bắt đầu lên kế hoạch khi còn đang đi học. Hãy sử dụng cẩm nang hướng dẫn này để tìm hiểu xem em dự kiến cần những gì và tìm trợ giúp ở đâu. Em sẽ thấy thuật ngữ "gia đình" được sử dụng để mô tả (những) người ủng hộ em trong cuộc sống. Gia đình có thể là mẹ, bố, hoặc thành viên khác trong gia đình em. Gia đình cũng có thể là cha/mẹ nuôi hoặc người khác đưa ra quyết định pháp lý thay cho em.

Tìm kiếm các biểu tượng sau trong toàn bộ cẩm nang hướng dẫn này để tìm thông tin hữu ích cho việc lập kế hoạch của em:



Cuộc sống của em, tiếng nói của em

Cách tham gia nhiều hơn vào kế hoạch của em



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ

Những người có vai trò khác nhau có thể hỗ trợ em



Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Hướng dẫn ghi chú cho mỗi chủ đề



Hành động

Các hoạt động giúp lập kế hoạch cho tương lai của em



Xây dựng kết nối

Cơ quan & liên hệ

Tài nguyên bổ sung:

Dành cho gia đình, người ủng hộ hoặc chuyên gia:

Texas SPED Support

spedsupport.tea.texas.gov

Bộ Công Cụ Hướng Dẫn Chuyển Tiếp & Việc Làm

sped.support/transition-and-employment-guide

Quét mã QR để truy cập nhanh

SPEDTex

spedtex.org

Điện thoại: 1-855-773-3839

Email: inquire@spedtex.org



Luật pháp và yêu cầu với trường học:

Khung Pháp Lý của Texas về Quy Trình Giáo Dục Đặc Biệt Lấy Trẻ Em Làm Trung Tâm

framework.esc18.net

Cơ Quan Giáo Dục Texas (TEA)

tea.texas.gov

Trao đổi với một viên chức quản trị giáo dục đặc biệt để tìm hiểu các thủ tục tại khu vực hoặc trường công đặc cách của em.

Em sẽ thấy các thuật ngữ khu học chánh, trường công đặc cách và khu học chánh trong hướng dẫn này. Tất cả đều đề cập đến hệ thống trường học địa phương của em.

Chúng tôi cần phản hồi của em! Gửi ý tưởng của em để giúp cải thiện Cẩm Nang Chuyển Tiếp & Việc Làm Texas qua email: sped@tea.texas.gov

Lập kế hoạch chuyển tiếp



Lập kế hoạch chuyển tiếp là gì?

Trường học giúp tất cả học sinh chuẩn bị cho tương lai của các em. Nếu em bị khuyết tật và nhận được các dịch vụ giáo dục đặc biệt, có một quy trình gọi là lập kế hoạch chuyển tiếp trong IEP trước khi em đủ 14 tuổi. Quy trình này có thể giúp em quyết định điều em mong muốn cho tương lai và tìm ra các bước em có thể thực hiện để đạt được mục tiêu của mình. Lập kế hoạch chuyển tiếp có thể giúp những người quan trọng trong cuộc sống của em, chẳng hạn như gia đình và giáo viên, hiểu thêm về những điều em mong muốn cho cuộc sống sau này khi em trưởng thành. Em sẽ có cơ hội tham gia quá trình này mỗi năm cho đến khi tốt nghiệp.

Tại sao việc lập kế hoạch chuyển tiếp lại quan trọng? Em có thể làm gì để tiếp tục hướng tới mục tiêu của mình khi đang theo học ở trường công? Em có thể tìm kiếm hỗ trợ ở đâu? Các trang sau sẽ giúp trả lời những câu hỏi này.

Xem trang tiếp theo để biết một số thuật ngữ và hiểu rõ lập kế hoạch chuyển tiếp trong IEP của em.

Một số ý tưởng về cuộc sống của em sau khi tốt nghiệp là gì? Em nghĩ điều gì sẽ vui vẻ? Em nghĩ việc gì có thể sẽ khó khăn?



Xem video tổng quan về chủ đề này!
sped.support/transition-jenny

Các từ viết tắt em sẽ thấy trong lập kế hoạch chuyển tiếp:

ARD	Nhập học, Xét duyệt và Rời trường
CTE	Giáo dục kỹ thuật và nghề nghiệp
FVE	Đánh giá chức năng nghề nghiệp
IEP	Chương trình giáo dục cá nhân
PGP	Kế hoạch tốt nghiệp cá nhân
Pre-ETS	Dịch vụ chuyển tiếp trước khi đi làm
SDMA	Thỏa thuận ra quyết định được hỗ trợ
SOP	Tóm tắt thành tích
TED	Người được chỉ định về Dịch vụ chuyển tiếp và việc làm
TVRC	Cố vấn phục hồi chức năng nghề nghiệp chuyển tiếp
TWS-VRS	Giải pháp Lực lượng lao động Texas - Dịch vụ Phục hồi chức năng nghề nghiệp
VR	Phục hồi chức năng nghề nghiệp



Những điều cần biết về lập kế hoạch chuyển tiếp:



Sự tham gia của học sinh và phụ huynh

Em và gia đình nên cùng tham gia vào quá trình lập kế hoạch chuyển tiếp. Nếu em quyết định không (hoặc không thể) tham dự cuộc họp ARD của mình, hội đồng ARD của em sẽ tìm cách đưa vào kế hoạch thông tin do em chia sẻ. Xem phần **“Cuộc sống của em, tiếng nói của em”** trên [trang 6](#) để tìm hiểu cách tham gia xây dựng kế hoạch chuyển tiếp của em.



Các đánh giá năng lực chuyển tiếp

Các đánh giá năng lực chuyển tiếp là công cụ giúp em khám phá thế mạnh, ưu tiên, sở thích và nhu cầu của mình. Trong quá trình đánh giá năng lực chuyển tiếp, em có thể được hỏi về việc làm, giáo dục và cuộc sống độc lập liên quan đến cuộc sống trưởng thành sau này.



Mục tiêu sau trung học

Mục tiêu sau trung học là các câu mô tả những điều em dự định làm trong cuộc sống tương lai khi trưởng thành về:

- » việc làm,
- » giáo dục (ví dụ: đại học, đào tạo, chương trình chứng nhận hoặc học tập khác) và
- » cuộc sống độc lập (nghĩa là nếu em muốn được hỗ trợ trong nhà hoặc cộng đồng).

Những mục tiêu này được xây dựng dựa trên kết quả đánh giá năng lực chuyển tiếp. Các phần Sự nghiệp, Đại học và Cộng đồng trong Cẩm nang này bao gồm thông tin bổ sung về từng lĩnh vực trong số này.



Mục tiêu IEP hằng năm

Mục tiêu IEP hằng năm là những câu mô tả các kỹ năng em sẽ học được trong trường học và sử dụng khi trưởng thành. Những mục tiêu này dựa trên kỹ năng hiện tại của em và những gì em có thể học được trong một năm. Ít nhất một trong các mục tiêu IEP của em phải hỗ trợ một hoặc nhiều mục tiêu sau trung học.



Dịch vụ chuyển tiếp

Dịch vụ chuyển tiếp là các hoạt động giúp em đạt được các mục tiêu sau trung học. Các dịch vụ này bao gồm **chương trình học** của em và **tập hợp các hoạt động phối hợp**.

Chương trình học liệt kê các lớp học em sẽ tham gia mỗi năm có thể giúp em đạt được các mục tiêu sau trung học của mình. Các lớp học này bao gồm những gì em phải học để nhận được bằng tốt nghiệp và các lớp học em tự chọn (môn học tự chọn).

Em hãy coi đây là kế hoạch học tập trung học 4 - 6 năm. Em có thể thấy PGP được sử dụng làm chương trình học trong IEP. Tìm hiểu thêm về lập kế hoạch tốt nghiệp trên [trang 66](#).

Tập hợp các hoạt động phối hợp mô tả những gì cần thực hiện để biến các mục tiêu sau trung học của em thành hiện thực. Danh sách việc cần làm này sẽ giúp em lập kế hoạch cho tương lai và bao gồm các hoạt động em có thể thực hiện trong trường (với giáo viên) hoặc bên ngoài trường học (một mình, với gia đình hoặc với người nào đó từ một cơ quan hỗ trợ). Tập hợp các hoạt động phối hợp (đôi khi được gọi là "dịch vụ chuyển tiếp" trong IEP) sẽ bao gồm những gì cần thực hiện, ai chịu trách nhiệm và thời hạn hoàn thành từng hoạt động.

Hội đồng ARD của em sẽ xem xét từng lĩnh vực dưới đây để xác định xem có cần thực hiện các hoạt động để đảm bảo có biện pháp hỗ trợ khi em tốt nghiệp hay không.

- » Hướng dẫn
- » (Các) Dịch vụ liên quan
- » Trải nghiệm cộng đồng
- » Xây dựng mục tiêu việc làm và các mục tiêu sống sau trung học khác khi trưởng thành
- » Nếu thích hợp, học được các kỹ năng sống hằng ngày và cung cấp đánh giá nghề nghiệp chức năng



Tự quyết định

Hội đồng ARD của em sẽ xem xét liệu em có cần giúp phát triển kỹ năng ra quyết định hoặc giúp tăng khả năng độc lập của em hay không. Em sẽ nhận được thông tin về SDMA và các lựa chọn thay thế khác liên quan đến giám hộ. Để biết thêm thông tin về SDMA, vui lòng xem **“Các quyền của em”** bắt đầu trên [trang 10](#).



Giới thiệu đến các cơ quan hỗ trợ

Khi có sự cho phép của phụ huynh hoặc người giám hộ, hội đồng ARD của em có thể mời các cơ quan hỗ trợ tham gia cuộc họp ARD của em. Nếu em đã đủ 18 tuổi, hội đồng ARD sẽ cần sự cho phép của chính em.

Có đại diện cơ quan tham gia tại cuộc họp ARD có thể giúp em kết nối với bất kỳ dịch vụ hỗ trợ nào mà em cần sau khi tốt nghiệp. Một số cơ quan thậm chí có thể cung cấp dịch vụ trong thời gian học trung học. Vui lòng xem phần **“Xây dựng kết nối”** trong cẩm nang này và trên [trang 68](#) để biết ý tưởng về một số cơ quan hỗ trợ có nguồn lực hỗ trợ người khuyết tật.



Chuyển giao các quyền (thông tin phải được chia sẻ với em trước 17 tuổi)

Khi em đủ 18 tuổi, tất cả các quyền hợp pháp sẽ được chuyển từ gia đình sang cho EM. Tìm hiểu về việc chuyển giao các quyền này sẽ giúp em lập kế hoạch đưa ra quyết định khi trưởng thành, bao gồm cả các quyết định của hội đồng ARD. Xem **“Các quyền của em”** bắt đầu từ [trang 10](#).

Việc lập kế hoạch chuyển tiếp giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, em tên là Kendra. Em tốt nghiệp trung học từ 3 năm trước, hiện nay đang làm việc trong lĩnh vực an ninh mạng cho một ngân hàng. Em sống trong một căn hộ với hai người bạn cùng phòng.

Em có khuyết tật học tập, khiến em gặp khó khăn trong việc hiểu nội dung đọc. Em có thể đọc tất cả các từ, nhưng thật khó ghi nhớ và hiểu ý nghĩa của chúng. Em có sách âm thanh, công cụ kỹ thuật để ghi chú, và trình sắp xếp đồ họa để ghi nhớ những thông tin quan trọng ở trường trung học. Khuyết tật của em không cản trở em khi ở nhà. Em sử dụng các công cụ kỹ thuật để giúp viết báo cáo hoặc đọc sổ tay hướng dẫn công việc.



Kế hoạch chuyển tiếp rất hữu ích. Từ khi còn học tiểu học, em đã tham gia các cuộc họp ARD. Ở bậc sơ trung, họ bắt đầu nói về những việc em muốn làm sau khi tốt nghiệp. Nghe thì có vẻ là một chặng đường dài, nhưng em đã đi rất nhanh! Hội đồng ARD giúp em biết cách có thể tham gia các lớp học tại trung học để giúp em đạt được các mục tiêu của mình. Đó là lần đầu tiên em nghĩ đến việc sử dụng trường học để giúp em có được thứ mình muốn. Trong năm cuối cấp, em tham gia một lớp học giúp em nhận được chứng chỉ an ninh mạng đầu tiên. Trước khi rời trường trung học, em đã trên hành trình sự nghiệp rồi.

Một trong những giáo viên giỏi nhất cùng em xem lại IEP để tìm ra tất cả những việc em phải làm một mình hoặc làm cùng với gia đình như một phần trong kế hoạch chuyển tiếp. Giáo viên chia sẻ với em về sự khác biệt giữa trường trung học và khi đi làm hoặc học đại học. Thầy cũng giúp em tìm ra cách để nói về khuyết tật của em với chủ sử dụng lao động. Em luyện tập bằng cách nói với các giáo viên khác về các điều chỉnh thích nghi mà em cần trong lớp học của họ. Thầy giúp em suy nghĩ về những câu hỏi cần đề cập khi em gặp gỡ những người từ các cơ quan hỗ trợ sau khi tốt nghiệp. Ban đầu mọi việc có vẻ hơi đáng sợ, nhưng rất hữu ích để giúp em được hỗ trợ. Em biết phải đi đâu và hỏi điều gì nếu có chuyện xảy ra với công việc của em.

Nếu em đang bắt đầu quá trình lập kế hoạch chuyển tiếp, có vẻ như có rất nhiều việc phải làm và phải suy nghĩ. Hãy hít thật sâu và nhớ rằng họ đang nói đến cuộc sống của CHÍNH EM. Luôn tích cực tham gia, trò chuyện với gia đình và giáo viên đáng tin cậy, đồng thời nhớ thực hiện từng bước một.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong kế hoạch chuyển tiếp

Chuẩn bị cho cuộc họp ARD của em

Tham gia các đánh giá năng lực chuyển tiếp để chia sẻ những điều em thích và không thích.

Nói về kỹ năng và điểm mạnh của em.

Hỏi xem ai sẽ tham dự cuộc họp ARD của em và những vấn đề sẽ được thảo luận.

Mời ai đó đi cùng em đến cuộc họp để hỗ trợ em.

Nếu em không thể tham dự cuộc họp ARD của mình, hãy yêu cầu một đại diện chia sẻ suy nghĩ của em với hội đồng ARD.

Em cảm thấy điều gì đang diễn ra tốt đẹp trong hôm nay? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?

Trong cuộc họp ARD của em

Giới thiệu mọi người tại cuộc họp ARD của em.

Xem lại một số thông tin trong IEP của em.

Chia sẻ những gì đang có hiệu quả trong lớp học của em và những điều sẽ hỗ trợ em tốt nhất.

Đặt câu hỏi nếu em không hiểu người khác vừa nói gì.

Sau cuộc họp ARD

Yêu cầu nhận bản sao IEP của em từ trường học.

Xem lại các dịch vụ chuyển tiếp (hoặc tập hợp các hoạt động phối hợp) để xem hiện tại em có thể làm gì để nhận được dịch vụ khi rời khỏi trường công lập.

Trao đổi với giáo viên về các biện pháp hỗ trợ phù hợp giúp em thành công trong lớp học.

Trao đổi với gia đình, bạn bè hoặc người ủng hộ về cuộc họp ARD của em diễn ra như thế nào. Hãy cho họ biết nếu em có thắc mắc về những gì đã xảy ra trong cuộc họp ARD hoặc việc cần làm tiếp theo.



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Hãy gặp TED!

Em có biết ai trong khu học chánh của em chịu trách nhiệm kết nối học sinh và gia đình với các nguồn lực giúp lập kế hoạch chuyển tiếp không? Đó là Người được ủy quyền Dịch vụ chuyển tiếp và việc làm (Transition and Employment Services Designee, TED). Hầu hết các TED đều đảm nhiệm vai trò khác, vì vậy TED của em có thể là giám đốc dịch vụ giáo dục đặc biệt, cố vấn hoặc giáo viên.

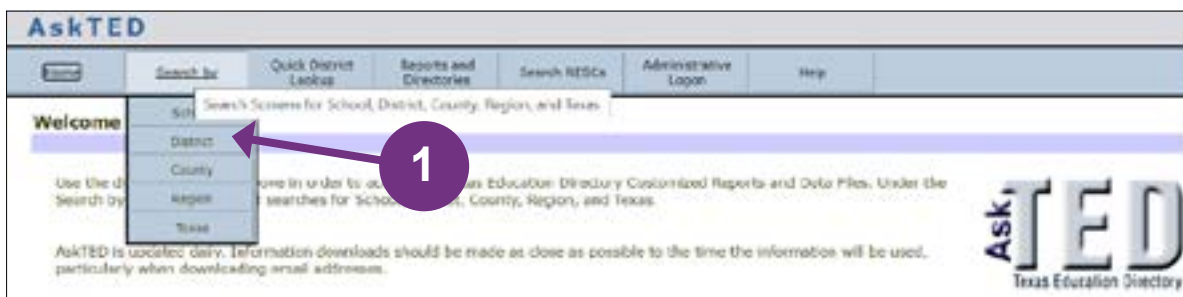
Nếu em có thắc mắc về kế hoạch chuyển tiếp hoặc muốn trợ giúp tìm nguồn lực, hãy liên hệ với TED ở khu học chánh của em.

Xem trang sau để biết các bước tìm TED cho khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em bằng việc sử dụng [AskTED](#), Danh Mục Giáo Dục Texas.

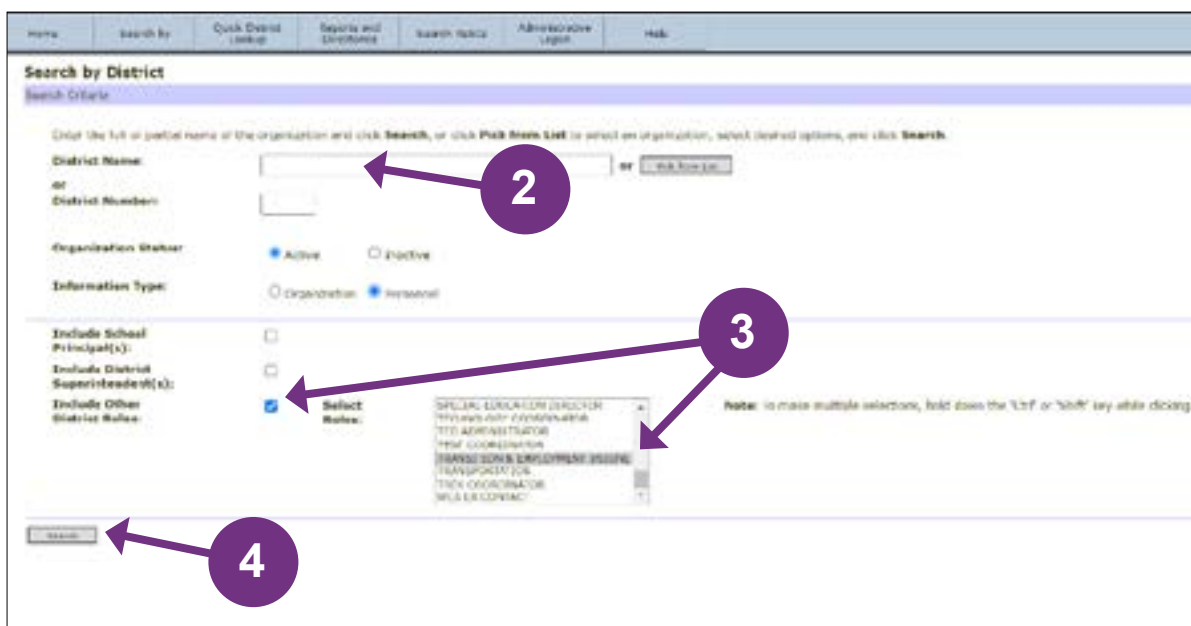
Cách tìm TED trong AskTED

Để tìm TED cho khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em, vui lòng truy cập [trang web AskTED](https://tealprod.tea.state.tx.us/tea.askted.web/Forms/Home.aspx) và làm theo các bước sau:

1. Nhấp vào **Tìm kiếm theo** rồi chọn **Khu học chánh**



2. Nhập tên khu học chánh hoặc trường công đặc cách
3. Chọn **“Nhân sự”** + **“Bao gồm các vai trò khác trong Khu học chánh”** và cuộn để chọn **“NGƯỜI ĐƯỢC ỦY QUYỀN DỊCH VỤ CHUYÊN TIẾP VÀ VIỆC LÀM”**
4. Nhấp vào **Tìm kiếm**



AskTED: Danh Mục Giáo Dục Texas
<https://tealprod.tea.state.tx.us/tea.askted.web/Forms/Home.aspx>
Quét mã QR để truy cập nhanh





Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch chuyển tiếp của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có thể tìm kế hoạch chuyển tiếp trong IEP của mình ở đâu?

Em hiện tại có thể nhận được những hỗ trợ nào cần thiết cho em khi trưởng thành?

Em hiện tại có thể làm gì để đảm bảo có hỗ trợ sau khi tốt nghiệp? Ai có thể giúp em hoàn thành các hoạt động này?

Em có thể học được những kỹ năng nào trong năm nay để giúp đạt được mục tiêu sau trung học?

Em có thể tham gia lớp học nào để giúp em đạt được mục tiêu sau trung học?

Em có thể tiếp tục nhận các dịch vụ giáo dục đặc biệt sau khi hoàn thành các lớp học và các bài đánh giá trung học không?

Sử dụng phần để trống này để viết các câu hỏi khác mà em có về kế hoạch chuyển tiếp trong IEP của em.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch chuyển tiếp.

Các nguồn lực giúp lập kế hoạch chuyển tiếp

National Deaf Center on Postsecondary Outcomes (Trung Tâm Quốc Gia về Người Điếc liên quan đến Kết Quả Sau Trung Học)

Tìm thông tin, người liên hệ và chiến lược để cải thiện giáo dục thường xuyên cho người khiếm thính.

 nationaldeafcenter.org/resources/transition/

Navigate Life Texas

Tìm hiểu các nguồn lực hỗ trợ cho cha mẹ của trẻ khuyết tật hoặc các nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt.

 navigatelifetexas.org/en/transition-to-adulthood

Partners Resource Network

Khám phá khóa đào tạo và thông tin dành cho cha mẹ.

 409-898-4684 |  1-800-866-4726 (Miễn cước) |  prntexas.org

 partnersresource@sbcglobal.net

Bộ công cụ cần thiết đặc biệt của cha mẹ dành cho gia đình quân nhân

Sử dụng thông tin và công cụ toàn diện để hỗ trợ các gia đình quân nhân có trẻ em khuyết tật trong việc điều hướng các hệ thống cho các dịch vụ giáo dục đặc biệt và y tế, hỗ trợ cộng đồng, lợi ích và quyền lợi.

 militaryonesource.mil/products/special-needs-parent-toolkit-downloadable-146

Texas Parent to Parent

Khám phá các nguồn lực giúp trao quyền cho các gia đình trở thành người ủng hộ mạnh mẽ thông qua hỗ trợ giữa mạng lưới cha mẹ, giới thiệu tài nguyên và giáo dục.

 txp2p.org

Texas Project First

Tìm thông tin cho cha mẹ của học sinh khuyết tật.

 texasprojectfirst.org

Các chương trình Dịch vụ cuộc sống chuyển tiếp (có sẵn thông qua DFPS)

Nhận dịch vụ hỗ trợ cho thanh thiếu niên thuộc diện chăm sóc nuôi dưỡng hoặc đã quá tuổi, bao gồm phương pháp tích hợp để lập kế hoạch chuyển tiếp và tiếp cận dịch vụ chuyển tiếp.

 dfps.texas.gov/Child_Protection/Youth_and_Young_Adults/Transitional_Living

- » Tìm **TED** cho khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem [trang 7](#) để cách tìm TED.
- » Liên hệ với **chuyên gia chuyển tiếp tại trung tâm dịch vụ giáo dục (ESC) của em**. Có 20 ESC trên khắp Texas. Em có thể tìm người liên lạc của mình trên trang web Texas SPED Support ([Sped.support/transition-special-at-esc](https://sped.support/transition-special-at-esc)).
- » Liên hệ với **người đại diện McKinney-Vento** trong LEA để được hỗ trợ nếu em là sinh viên vô gia cư (tehcy.tea.texas.gov/liaison-directory).

Các quyền của em



Khi em còn nhỏ, người giám hộ đưa ra tất cả các quyết định pháp lý thay cho em. Người giám hộ thường là cha/mẹ em, nhưng cũng có thể là một thành viên khác trong gia đình, cha mẹ nuôi hoặc người khác. Khi tròn 18 tuổi ở Texas, em chính thức trở thành một "người trưởng thành". Điều đó có nghĩa là em có các quyền và trách nhiệm pháp lý bắt đầu vào ngày sinh nhật thứ 18. Em có thể nghe thấy các thuật ngữ "tuổi thành niên" hoặc "chuyển giao quyền" khi mô tả những thay đổi pháp lý xảy ra khi em đủ 18 tuổi.

Một số ví dụ về các quyền của người trưởng thành là gì?



Bỏ phiếu trong các cuộc bầu cử



Kết hôn



Chọn những người có thể xem thông tin cá nhân của em

Một số ví dụ về các trách nhiệm của người trưởng thành là gì?



Tuân thủ pháp luật



Tôn trọng quyền của người khác



Nhờ giúp đỡ



Ký tài liệu pháp lý và giấy tờ

Điều quan trọng là em phải biết rõ các quyền và trách nhiệm của mình. Nếu em bị khuyết tật, điều quan trọng là em cần được hỗ trợ để hiểu được quyền của mình hoặc đưa ra quyết định về cuộc sống của mình.

Em có muốn được hỗ trợ hiểu rõ các lựa chọn, đưa ra quyết định hoặc truyền đạt quyết định của em về bất kỳ điều nào sau đây không?

Chăm sóc y tế

Tham gia lớp học

Tìm việc làm

Tìm nơi sinh sống và bảo trì ngôi nhà của em

Chi tiêu và tiết kiệm tiền

Bỏ phiếu trong một cuộc bầu cử

Mối quan hệ và tình bạn

Các lĩnh vực khác: _____

Em có thể tự đưa ra tất cả các quyết định



Xem video tổng quan về chủ đề này!
sped.support/transition-jenny

Một số cách mà mọi người có thể nhận được hỗ trợ khi ra quyết định ở tuổi trưởng thành là:

Hỏi ý kiến bạn bè hoặc gia đình đáng tin cậy

Đây là một cuộc trò chuyện không chính thức và không yêu cầu bất kỳ tài liệu nào.

Ký Thỏa thuận ra quyết định có hỗ trợ (SDMA)

Em chỉ định một "người hỗ trợ" giúp xem xét các lựa chọn cùng với em.

Ký Giấy ủy quyền

Đây là tài liệu pháp lý cho phép ai đó đưa ra quyết định thay cho em.

Tìm người đại diện trả tiền giúp quản lý các phúc lợi An sinh xã hội

Đây là người quản lý tiền của em nếu em nhận được Thu Nhập An Sinh Bổ Sung (SSI) hoặc Bảo Hiểm Người Khuyết Tật An Sinh Xã Hội (SSDI).

Gặp cố vấn pháp lý

Em có thể trao đổi với luật sư hoặc người ủng hộ chuyên nghiệp về các quyền hợp pháp của mình.

Có người giám hộ được chỉ định

Một thẩm phán quyết định rằng em không thể tự ra quyết định và chỉ định một cá nhân nào đó đưa ra quyết định cho em.

Trường sẽ làm gì để giúp em hiểu được các quyền và trách nhiệm của mình?

Ít nhất một năm trước khi em đủ 18 tuổi:

Trường học sẽ cung cấp thông tin và tài nguyên có tên là Thông báo chuyển giao các quyền về

- » quyền giám hộ,
- » các lựa chọn thay thế cho quyền giám hộ, bao gồm SDMA và
- » các hỗ trợ khác cho phép em sống độc lập như người lớn.

Chương trình giáo dục cá nhân hóa (IEP) sẽ bao gồm tuyên bố cho biết trường học đã chia sẻ thông tin này với em.

Khi em đủ 18 tuổi:

Tất cả các quyền và trách nhiệm pháp lý hiện giờ thuộc về em. Em có thể quyết định xem em có muốn được hỗ trợ ra quyết định hay không. Gia đình em sẽ nhận được thông báo về các cuộc họp nhập học, xét duyệt và rời trường (ARD) của em. Thông báo này không phải là thư mời.

Trường học sẽ tuân theo chính sách của khu học chánh để chia sẻ thông tin về em với gia đình.

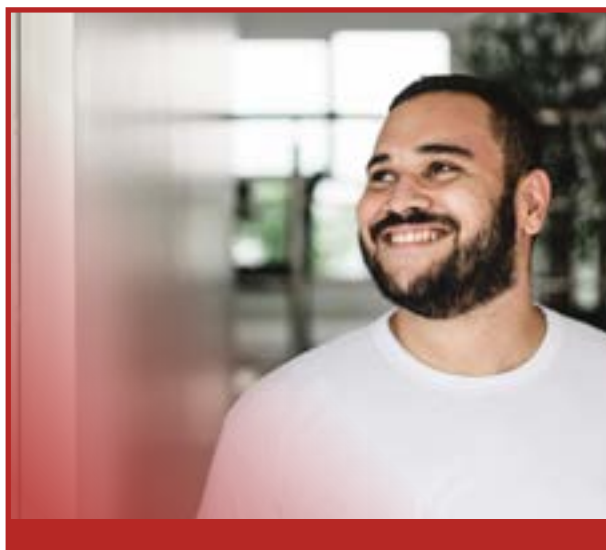
Thông báo rằng các quyền đã được chuyển giao sẽ được chuyển đến em và gia đình em. Thông báo sẽ bao gồm thông tin về quyền giám hộ và các lựa chọn thay thế.



Kế hoạch chuyển giao các quyền giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, tên em là Daniel, 20 tuổi. Khi còn học trung học, em khá lo lắng về việc trưởng thành sau này. Em lo rằng mình có thể đưa ra một quyết định sai lầm hoặc làm gì đó sai trái và gặp rắc rối với cảnh sát.

Giáo viên đã giúp em hiểu được ý nghĩa của việc trở thành người trưởng thành. Giáo viên nói với em về những quyết định mà người trưởng thành cần phải đưa ra và em có thể chọn ai đó giúp đỡ mình. Em được tìm hiểu về quyền giám hộ, nhưng em không muốn bị tước đoạt tất cả quyền của mình. Một trong những người bạn của em có người giám hộ, và việc này phù hợp với bạn ấy, nhưng em không muốn điều đó cho bản thân mình.



Em nhờ anh trai làm người hỗ trợ cho những vấn đề như tiền bạc, y tế và trường học. Chúng em đã ký một tài liệu nêu rõ rằng anh em có thể thu thập thông tin từ những nơi như ngân hàng, văn phòng bác sĩ hoặc trường học của em để giúp em đưa ra quyết định. Giáo viên nói rằng em vẫn được tự quyết định, mặc dù có anh em làm người ủng hộ. Anh trai em không phải là sếp của em hay gì đó.

Anh tham gia cuộc họp ARD của em và giúp em hiểu các lựa chọn của mình. Anh trai giúp em nói về những điều giúp em bình tĩnh lại khi em thất vọng. Anh cũng giúp em hiểu rằng em sẽ không thể tham gia chương trình 18+ sau khi đủ 22 tuổi. Chúng em đã trao đổi với hội đồng ARD về những điều em mong muốn cho cuộc sống của mình sau khi rời trường.

Giáo viên đã giúp em học cách sống độc lập và nói cho mọi người biết về những điều quan trọng với em. Chúng em thực hành đặt lịch hẹn với bác sĩ hoặc gọi điện đến nơi làm việc.

Mọi người cần giúp đỡ về những việc khác nhau. Em có thể cần giúp đỡ trong một số việc, nhưng điều đó không có nghĩa là em không thể tự đưa ra quyết định. Em không sợ việc phải trưởng thành khi em được hỗ trợ.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong kế hoạch pháp lý

Trước khi đủ 18 tuổi

Học tập và thực hành kỹ năng:

Lựa chọn,

Giải quyết vấn đề,

Đặt mục tiêu,

Chia sẻ với mọi người khi nào em có thể tự mình làm điều gì đó và khi nào em muốn được giúp đỡ, và

Mô tả khuyết tật của em và loại hỗ trợ nào phù hợp nhất với em.

Làm việc với gia đình và giáo viên của em để tìm cách giúp em tăng tính độc lập.

Tham dự các cuộc họp ARD của em và đóng góp vào nội dung thảo luận. Cha mẹ (hoặc người giám hộ hợp pháp) của em có quyền đưa ra quyết định cuối cùng về giáo dục của em.

Tìm hiểu về các quyền và trách nhiệm ở trường và ở nhà.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?

Khi em đủ 18 tuổi

Sử dụng và cải thiện kỹ năng tự quyết định của em.

Thực hành chia sẻ thông tin về khuyết tật của em với giáo viên hoặc cơ quan hỗ trợ.

Tìm thêm những cách thức giúp em có thể hoạt động độc lập nhất có thể trong trường học hoặc cộng đồng.

Trao đổi với bạn bè hoặc thành viên gia đình đáng tin cậy để được hỗ trợ trong việc đưa ra quyết định pháp lý.

Tham dự cuộc họp ARD của em và đưa ra quyết định về những việc em muốn làm.

Kiểm tra để đảm bảo em hiểu được những thay đổi về quyền và trách nhiệm của mình.



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Gặp một người hỗ trợ

Ở Texas, một người trưởng thành khuyết tật được phép chọn một "người hỗ trợ" nếu họ có thể hiểu rằng họ cần hỗ trợ và có thể chọn người họ muốn hỗ trợ cho mình. Việc chọn người hỗ trợ sẽ không tước đi các quyền của người đó. Người hỗ trợ giúp người khuyết tật hiểu rõ các lựa chọn có sẵn và truyền đạt quyết định của họ. Người hỗ trợ có thể là cha mẹ, anh chị em, thành viên gia đình, bạn bè, đồng nghiệp hoặc bất kỳ ai được người khuyết tật tin cậy.

Thỏa thuận ra quyết định có hỗ trợ (SDMA):

- » Là một kế hoạch bằng văn bản về những quyết định mà người khuyết tật muốn được trợ giúp đưa ra và người mà họ muốn nhờ giúp đỡ,
- » Có thể được ký khi có mặt hai nhân chứng hoặc công chứng viên, và
- » Có thể chấm dứt bất cứ lúc nào nếu người trưởng thành quyết định họ không muốn tiếp tục nhận hỗ trợ từ người đó nữa hoặc nếu người hỗ trợ lạm dụng, bỏ bê hoặc bóc lột người trưởng thành bị khuyết tật.

Một người hỗ trợ có thể giúp đỡ bằng cách đi khám bác sĩ cùng với người khuyết tật. Họ lắng nghe chỉ dẫn của bác sĩ và nói chuyện với người khuyết tật về những lựa chọn y tế của họ. Một người hỗ trợ khác có thể tham dự cuộc họp ARD để giúp người khuyết tật hiểu được lựa chọn của họ và trao đổi với hội đồng ARD về những điều họ mong muốn từ trường học. Người hỗ trợ có thể giúp đỡ trong nhiều lĩnh vực. SDMA có thể là công cụ mà người khuyết tật cần để duy trì khả năng độc lập.



Nếu em muốn biết thêm về các quyền hợp pháp của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Học sinh trong trường học của em có thể học các kỹ năng tự quyết định, chẳng hạn như đặt mục tiêu hoặc đưa ra quyết định theo những cách nào?

Em có cần hỗ trợ đặc biệt nào, chẳng hạn như mục tiêu IEP hoặc chương trình giảng dạy chuyên biệt, để nâng cao các kỹ năng tự quyết định không?

Ai có thể giúp em học cách mô tả khuyết tật của mình?

Trường học có thể làm gì để giúp em hiểu về những thay đổi khi em đủ 18 tuổi?

Có tài nguyên nào khác để giúp em hiểu những thay đổi khi đủ 18 tuổi không?

Em có thể nói chuyện với ai nếu có thắc mắc về quyền và trách nhiệm của mình khi trưởng thành?

Sử dụng phần chỗ trống này để ghi các câu hỏi khác mà em có về việc chuyển giao các quyền.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch về chuyển giao các quyền.

Các nguồn lực về quyền và trách nhiệm pháp lý

411 về Tiết lộ khuyết tật từ Mạng Lưới Cộng Tác Quốc Gia về Lực Lượng Lao Động và Khuyết Tật Cho Thanh Thiếu Niên (NCWD/Thanh niên)

Đưa ra quyết định sáng suốt về việc có nên tiết lộ tình trạng khuyết tật của em hay không và cân nhắc xem quyết định đó có ảnh hưởng như thế nào đến giáo dục, việc làm và đời sống xã hội của em.

☎ 877-871-0744 (Miễn cước) | ☎ TTY: 877-871-0665 (Miễn cước)

🌐 thinkcollege.net/sites/default/files/files/resources/411_Disability_Disclosure_complete.pdf

Disability Rights Texas (DRTX)

Khám phá các nguồn lực để tìm hiểu và thực hiện các quyền của em theo luật pháp để tham gia đầy đủ và bình đẳng vào xã hội.

☎ Đường Dây Tiếp Nhận Toàn Tiểu Bang cho Khách Hàng Mới: 1-800-252-9108

🌐 Đường Dây Tiếp Nhận Trực Tuyến 24/7 theo địa chỉ: disabilityrightstx.org/en/getting-help/intake-process

☎ Trụ sở: 512-454-4816 | 🌐 DRTX.org

Ủy Ban Người Khuyết Tật của Thống Đốc

Tìm hiểu về những nỗ lực hướng tới một trạng thái mà người khuyết tật có cơ hội tận hưởng khả năng tiếp cận cuộc sống độc lập, năng suất và tự quyết một cách đầy đủ và bình đẳng.

🌐 gov.texas.gov/organization/disabilities

I'm Determined

Khám phá các nguồn lực giúp tìm hiểu về tự quyết định và tìm công cụ giúp em trở nên độc lập hơn.

🌐 imdetermined.org/youth

Đường Dây Nóng Pháp Lý cho người dân Texas

Tìm thông tin pháp lý miễn phí và đáng tin cậy cho người dân Texas có thu nhập thấp.

🌐 texaslawhelp.org

Các bước tiếp theo giúp em trở nên độc lập: Kỹ năng và chiến lược

Học kỹ năng tự quyết định và theo dõi tiến bộ của em.

🌐 spedsupport.tea.texas.gov/resource-library/next-steps-independence-skills-and-strategies

Văn Phòng Quyền Dân Sự (OCR)

Tìm hiểu về biện pháp bảo vệ khỏi phân biệt đối xử trong việc cung cấp các phúc lợi và dịch vụ thông qua Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ (HHS).

☎ 800-368-1019 | ☎ TDD: 800-537-7697 (Miễn cước)

🌐 hhs.gov/civil-rights/for-individuals/disability/index.html | ✉ OCRMail@hhs.gov

Dịch Vụ Chọn Lọc

Tìm thông tin về những người phải đăng ký theo Đạo Luật Dịch Vụ Chọn Lọc cho Quân Nhân.

☎ 888-655-1825 (Miễn cước) | 🌐 sss.gov/register/who-needs-to-register/#p4

Các nguồn lực về quyền và trách nhiệm pháp lý (tiếp)

Special Needs Alliance

Tìm danh sách luật sư giúp lập kế hoạch nhu cầu đặc biệt.

 specialneedsalliance.org

Texas Advocates

Khám phá mạng lưới hỗ trợ tự vận động cho người dân Texas.

 texadvocates.org

The Arc of Texas

Tìm thông tin và nguồn lực về nhân quyền và tự quyết định cho người dân Texas bị khuyết tật trí tuệ và phát triển.

 thearcoftexas.org |  info@thearcoftexas.org |  512-454-6694

Nếu có thắc mắc về quyền và trách nhiệm với học sinh trong trường, hãy trao đổi với **viên chức quản trị trường học** (như hiệu trưởng hoặc cố vấn trường học).

Nếu có thắc mắc về các quyền của em với tư cách là học sinh nhận các dịch vụ giáo dục đặc biệt, hãy trao đổi với **giám đốc giáo dục đặc biệt** của khu học chánh hoặc trường công đặc cách.

Sự nghiệp



Tìm lộ trình việc làm thành công là một phần quan trọng trong quá trình chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành của em. Em có thể thực hiện các bước để kết nối với sự nghiệp phù hợp với sở thích và thể mạnh của em.

Đầu tiên, hãy suy nghĩ về tương lai "sự nghiệp" của em sẽ như thế nào.

- » Toàn thời gian hay bán thời gian
- » Có thể cần có trình độ giáo dục sau trung học như bằng cấp hoặc chứng chỉ (xem phần "**Đại học**" trên [trang 23](#))
- » Thực tập sinh/học việc, hoặc đào tạo trong công việc
- » Làm việc cho một tổ chức lớn với nhiều nhân viên, một tổ chức nhỏ với ít nhân viên hoặc làm việc tự do
- » Lương, trả tiền công theo giờ hoặc tình nguyện giúp đỡ cộng đồng của em

Tiếp theo, suy nghĩ về bất kỳ **hỗ trợ** nào mà em có thể cần để tìm được việc làm thành công.

- » Các dịch vụ giúp viết hồ sơ lý lịch, tìm kiếm việc làm hoặc vượt qua quy trình phỏng vấn và tuyển dụng
- » Các điều chỉnh thích nghi, chẳng hạn như đường dốc xe lăn, tài liệu có thể tiếp cận, thông dịch viên Ngôn ngữ ký hiệu Hoa Kỳ (ASL) hoặc phần mềm viết
- » Huấn luyện công việc trong thời gian cần thiết để học một công việc hoặc nhiệm vụ mới hoặc trong thời gian em đang làm việc
- » Tùy chỉnh công việc: Cung cấp dịch vụ cụ thể cho người sử dụng lao động dựa trên các thể mạnh của em mà không hoàn thành tất cả các nhiệm vụ cho vai trò đó

Em có biết?

Người khuyết tật có nhiều lựa chọn kiếm tiền mà không mất các phúc lợi quan trọng như Medicaid hoặc Thu Nhập An Ninh Bổ Sung (SSI). Xem chủ đề "**Tài chính**" bắt đầu từ [trang 48](#) để biết thêm thông tin về các chương trình khuyến khích làm việc.

Employment First!

Texas là tiểu bang **Employment First (Việc làm là trên hết)**. Có nghĩa là tiểu bang ưu tiên đảm bảo mọi người trưởng thành muốn làm việc đều có thể tìm được một công việc mà họ kiếm được mức tiền lương đủ sống và được tham gia vào cộng đồng. Nhiều nhà cung cấp dịch vụ cộng đồng cung cấp các biện pháp hỗ trợ cho những người cần hỗ trợ việc làm do tình trạng khuyết tật. Em có thể tìm thấy hai loại hỗ trợ trong chương trình miễn trừ Medicaid.

Hỗ trợ việc làm (EA) giúp một người định vị việc làm cạnh tranh trong cộng đồng.

Việc làm có hỗ trợ (SE) được cung cấp bởi các chương trình hoặc nhà cung cấp dịch vụ và hỗ trợ dài hạn (LTSS) để giúp một cá nhân có thể làm việc tự do, làm việc tại nhà hoặc làm việc trong môi trường làm việc tích hợp, cạnh tranh. Các dịch vụ này cũng có thể giúp một người duy trì công việc của họ trong môi trường cạnh tranh, tích hợp công việc. Việc làm có hỗ trợ có thể cần thiết trong một thời gian ngắn hoặc trong toàn bộ thời gian làm việc của người đó.



Xem video tổng quan về chủ đề này!
sped.support/transition-jose

Em có thể làm việc để đạt được mục tiêu đi làm khi vẫn còn đi học. Trao đổi với giáo viên hoặc cố vấn trường học để tìm hiểu những điều sau.

- » Các lựa chọn tốt nghiệp, bao gồm các chứng nhận phù hợp với mục tiêu việc làm của em (xem [trang 66](#)).
- » Các lớp học và chương trình giáo dục nghề nghiệp và kỹ thuật (CTE) được cung cấp trong khuôn viên trường trung học của em.
- » Các khóa học khác có thể giúp em chuẩn bị cho việc làm.
- » Các đánh giá sự nghiệp để khám phá sở thích và thế mạnh của em, đồng thời xác định những biện pháp hỗ trợ mà em sẽ cần để đạt được thành công trong việc làm.
- » Các cơ quan có thể cung cấp hỗ trợ em cần tại nơi làm việc.
- » Đánh giá chức năng nghề nghiệp (FVE) đo lường thành tích của học viên trên các nhiệm vụ công việc thực tế hoặc các hoạt động nghề nghiệp trong môi trường tự nhiên nơi hoạt động xảy ra. Hội đồng nhập học, xét duyệt và rời trường (ARD) của em sẽ quyết định xem FVE có phù hợp với em hay không. Nhiều học sinh nhận được các dịch vụ giáo dục đặc biệt không cần FVE vì các đánh giá sự nghiệp và năng lực chuyển tiếp khác đủ để xây dựng các mục tiêu và dịch vụ sau trung học cho việc làm.

Dịch vụ có sẵn từ Giải pháp Lực lượng lao động Texas - Dịch vụ Phục hồi chức năng nghề nghiệp (TWS-VRS). Cơ quan này giúp người dân Texas bị khuyết tật chuẩn bị cho việc làm, tìm việc và thúc đẩy sự nghiệp của họ. Em có thể nghe thấy mọi người gọi cơ quan này là Phục hồi chức năng nghề nghiệp (VR), VOC Rehab, Texas Workforce và thậm chí là Texas Workforce Commission (TWC).

Các cố vấn VR làm việc với học sinh để giúp chuẩn bị cho giáo dục sau trung học và cơ hội việc làm. Em có thể đủ điều kiện sử dụng dịch vụ thông qua TWS-VRS.

Dịch vụ chuyển tiếp trước khi đi làm (Pre-ETS) có sẵn cho các học sinh khuyết tật đủ điều kiện và "có khả năng đủ điều kiện" từ 14 đến 22 tuổi. Pre-ETS bao gồm:

- » Tư vấn tìm kiếm công việc,
- » Trải nghiệm học tập dựa trên công việc,
- » Tư vấn về cơ hội cho các chương trình giáo dục sau trung học,
- » Đào tạo sẵn sàng tại nơi làm việc để phát triển kỹ năng xã hội và cuộc sống độc lập, và
- » Hướng dẫn về tự vận động.

Các dịch vụ VR khác được cung cấp cho học sinh và người trưởng thành nếu đủ điều kiện.

- | | |
|---|---|
| » Cố vấn và hướng dẫn nghề nghiệp | » Các đánh giá y tế, tâm lý và nghề nghiệp |
| » Giới thiệu về kiểm tra thính lực, thị lực và các thăm khám khác | » Hỗ trợ giáo dục đại học hoặc chứng nhận thương mại |
| » Hỗ trợ trong các cuộc hẹn và điều trị y tế | » Đào tạo trong công việc |
| » Thiết bị phục hồi chức năng, bao gồm thiết bị trợ thính, xe lăn, chân/tay nhân tạo và nẹp chân/tay | » Đào tạo tại nơi làm việc và kỳ vọng của nhà tuyển dụng |
| » Trị liệu giúp cải thiện khuyết tật, bao gồm liệu pháp chức năng hoặc trị liệu phát âm và phân tích hành vi ứng dụng | » Đào tạo điều chỉnh nghề nghiệp |
| » Dịch vụ vật lý phục hồi | » Dịch vụ giáo viên phục hồi chức năng giúp em học chữ nổi, định hướng và đi lại, cũng như kỹ năng quản lý gia đình và sức khỏe nếu em bị mù hoặc khiếm thị |
| » Việc làm có hỗ trợ | |

Trong quá trình lập kế hoạch chuyển tiếp, hội đồng ARD của em sẽ chia sẻ về các cơ quan như TWS-VRS có thể giúp em đáp ứng các mục tiêu sau trung học của mình. Xem phần "***Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ***" trên [trang 20](#) để tìm hiểu thêm về việc kết nối với VR trong khuôn viên trường.

Việc lập kế hoạch sự nghiệp đã giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Tên em là Calvin và em là kiểm lâm viên cho một công viên tiểu bang.
Em 25 tuổi.

Em bị khiếm khuyết về phát âm khiến em gặp khó khăn trong việc phát âm một số từ cụ thể. Đôi khi em bị mắc kẹt và phải ngừng nói chuyện một lát. Em cũng phải đối mặt với chứng trầm cảm và lo âu. Đôi khi em quá mệt mỏi và căng thẳng đến mức khó làm việc hoặc quản lý cuộc sống của mình được. Em uống thuốc và gặp bác sĩ trị liệu để kiểm soát sức khỏe tâm thần.



Em đã có một khoảng thời gian khó khăn ở trường trung học. Thậm chí em còn muốn bỏ học. Hội đồng ARD đã giúp em tập trung vào kế hoạch chuyển tiếp để suy nghĩ về tương lai của mình khi chọn lớp học. Một số lớp học em tham gia chỉ để lấy bằng tốt nghiệp, và một số lớp học đã giúp em học hỏi các kỹ năng cho loại công việc mà em muốn làm. Việc tham gia những lớp học theo lịch trình giúp em tập trung vào mục tiêu dài hạn của mình. Việc này không phải lúc nào cũng dễ dàng, nhưng em rất vui vì đã học xong trung học.

Khi còn học trung học, em có một cố vấn Voc Rehab, cố vấn này đã nói với cha mẹ em rằng em sẽ không bao giờ có thể duy trì được công việc vì khuyết tật. Điều đó làm em phát điên! Em không còn muốn nói chuyện với ai từ VR nữa. Gia đình em và em tìm thấy một người ở VR mà chúng em có thể nói về trải nghiệm của mình. Em gặp Andy, một cố vấn VR khác. Thầy giúp em khám phá tất cả các khả năng và lựa chọn. VR đã cung cấp các đánh giá tâm lý để giúp em nhìn thấy những thế mạnh và tư vấn để giúp em quản lý sức khỏe tâm thần. Andy tìm cho em một chương trình trải nghiệm làm việc mùa hè giúp em tự tin hơn.

Em cũng thích làm việc cho công ty cảnh quan của dì em. Em thích ở ngoài cả ngày và thích giúp đỡ mọi người. Em đã nói chuyện với cố vấn trường học về việc này và cô nói em nên tham gia chương trình Chuẩn Bị Sự Nghiệp để nhận tín chỉ khi làm việc tại công ty cảnh quan. Trong lớp học đó, em đã nghiên cứu sự nghiệp mà em có thể làm việc ngoài trời và được trả lương cao. Làm kiểm lâm viên nghe có vẻ rất tuyệt. Em nhận được sự ủng hộ trong ngành với chương trình nghiên cứu khoa học thực vật. Sau trung học, em có bằng cử nhân Giải trí, Công viên và Khoa học Du lịch. Mỗi ngày em được ra ngoài và giúp đỡ mọi người.

Khi còn học đại học, VR đã giúp đỡ em chi trả học phí và trả tiền sách và đồ dùng học tập. Họ đã đóng hồ sơ của em khi em nhận được công việc kiểm lâm, nhưng Andy nói rằng em có thể xin thêm dịch vụ nếu cần hỗ trợ để thăng tiến trong sự nghiệp.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong kế hoạch sự nghiệp

Ước mơ thật lớn! Đừng để bất kỳ khuyết tật nào làm hạn chế trí tưởng tượng của em.
Tham gia các đánh giá năng lực chuyển tiếp cho công việc. Trung thực về những gì em thích và không thích.

Khám phá những việc em làm tốt và tìm hiểu cách mô tả điểm mạnh của em.

Tìm hiểu cách mô tả khuyết tật của em và loại hỗ trợ phù hợp nhất để giúp em thành công trong công việc.

Trao đổi với giáo viên đáng tin cậy và gia đình về việc chia sẻ thông tin khuyết tật tại nơi làm việc.

Chọn một số lớp học sẽ giúp em tìm hiểu về nghề nghiệp hoặc học kỹ năng cho công việc em mong muốn.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?

Nếu em đang gặp khó khăn trong việc suy nghĩ về công việc muốn làm khi trưởng thành:

- Hãy lập danh sách tất cả những việc em thích làm,
- Tìm hiểu công việc nào bao gồm các hoạt động đó, và
- Nói chuyện với người mà em tin tưởng về lý do tại sao em lại gặp khó khăn khi nghĩ về sự nghiệp.



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Hãy gặp TVRC

Em có biết là có **Cố Vấn Phục Hồi Chức Năng Nghề Nghiệp Chuyển Tiếp (Transition Vocational Rehabilitation Counselor, TVRC)** được chỉ định cho trường học của em? Đúng vậy! Một cố vấn VR đủ điều kiện được chỉ định cho mọi trường công lập ở Texas. TVRC được thuê bởi TWS-VRS, không phải bởi trường học. Hầu hết TVRC đều hỗ trợ nhiều trường học ở nhiều khu học chánh. Hãy hỏi TED về khu học chánh của em nếu em muốn đặt lịch họp với TVRC trong trường của mình.

TVRC có thể:

- » Tham dự các cuộc họp ARD và các cuộc họp khác để lên kế hoạch chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành, chẳng hạn như lập kế hoạch tập trung vào con người,
- » Cung cấp thông tin về các dịch vụ VR và tính đủ điều kiện, bao gồm cả Pre-ETS,
- » Giới thiệu học sinh đến các cơ quan khác hỗ trợ việc làm,
- » Lập kế hoạch cá nhân hóa về việc làm (IPE) dành cho học sinh đủ điều kiện,
- » Kết nối học sinh với các chương trình trải nghiệm làm việc mùa hè, hội thảo, hội nghị và các dịch vụ chuyển tiếp việc làm khác và
- » Cung cấp các dịch vụ bổ sung để hỗ trợ chuyển tiếp việc làm thành công cho học sinh khuyết tật.

Xem trang tiếp theo để biết các câu hỏi nên đặt ra cho TVRC của em.



Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch sự nghiệp của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục **“Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ”** trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có thể tìm thông tin về việc lập kế hoạch sự nghiệp ở đâu trong kế hoạch giáo dục cá nhân hóa (IEP)?

Đâu là lựa chọn tốt nghiệp tốt nhất để đáp ứng mục tiêu công việc của em?

Những lớp học nào có sẵn trong khuôn viên trường có thể giúp em chuẩn bị cho sự nghiệp? Có lớp học điều kiện tiên quyết bắt buộc nào không? Em có cần hỗ trợ trong lớp không?

Điều gì sẽ xảy ra nếu em đổi ý về sự nghiệp mong muốn?

Em có cần hỗ trợ liên quan đến khuyết tật để thành công trong sự nghiệp không?

Bây giờ em có thể làm gì để chuẩn bị cho việc làm trong cuộc sống trưởng thành?

Có cơ quan nào mà em nên liên hệ về dịch vụ việc làm không?

Em có thể nói chuyện với ai nếu có thắc mắc về lập kế hoạch việc làm?

Những câu hỏi nên đặt ra cho TVRC của em

Em có đủ điều kiện nhận dịch vụ Pre-ETS không? "Có thể đủ điều kiện" có ý nghĩa gì với em?

Những hoạt động Pre-ETS nào sẽ hữu ích cho em?

Tính đủ điều kiện được xác định như thế nào để giúp em nhận các dịch vụ VR (hiện tại hoặc khi trưởng thành)?

Quy trình đăng ký nhận dịch vụ dành cho người trưởng thành thông qua VR là gì? Khi nào em nên nộp đăng ký?

Việc nhận lương có ảnh hưởng đến bất kỳ dịch vụ nào em nhận được, chẳng hạn như SSI không?

Em có thể liên hệ với ai nếu có thêm câu hỏi?



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch sự nghiệp.

Các nguồn lực hỗ trợ sự nghiệp

Trả lời câu hỏi lớn: Nếu đi làm, liệu em có mất quyền lợi Medicaid hay Medicare không?

Tìm tài nguyên việc làm cho những người bị khuyết tật phát triển.

 tcdd.texas.gov/resources/employment

Career One Stop

Sử dụng các công cụ để giúp những người đang tìm việc, học sinh, doanh nghiệp và chuyên gia nghề nghiệp.

 1-877-US2-JOBS |  1-877-872-5627 |  TTY: 1-877-889-5627

 careeronestop.org |  info@careeronestop.org

Cẩm Nang Việc Làm cho Người Khuyết Tật từ Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh (HHS)

Nhận hướng dẫn để cải thiện kết quả việc làm cho người khuyết tật.

 hhs.texas.gov/services/disability/employment/employment-first/employment-guide-people-disabilities

Job Accommodation Network (JAN)

Tìm hiểu các nguồn tài nguyên về các điều chỉnh thích nghi tại nơi làm việc và các vấn đề về việc làm cho người khuyết tật.

 askjan.org

SSA Ticket to Work

Tìm dịch vụ hỗ trợ phát triển sự nghiệp cho người thụ hưởng quyền lợi khuyết tật An Sinh Xã Hội từ 18 đến 64 tuổi muốn đi làm.

 1-866-968-7842 |  TTY: 1-866-833-2967 |  ssa.gov/work

Nhóm Tương Tác Nhanh của Texas Workforce Solutions

Kết nối với Nhóm tương tác nhanh TWS để tìm các tài nguyên và văn phòng VR trong khu vực của em.

 512-936-6400 |  webp.twc.state.tx.us/services/VRLookup

 vr.office.locator@twc.texas.gov

Tìm **TVRC** được chỉ định cho trường học của em. Em có thể tìm hiểu thêm về vai trò này trên [trang 20](#).

Hỏi ý kiến **cố vấn trường học hoặc giáo viên CTE** trong khuôn viên trường học của em về các cơ hội học tập tại nơi làm việc có sẵn trong thời gian học trung học.

Đại học



Học tập không dừng lại khi em tốt nghiệp. Hầu hết mọi người không chỉ cần mỗi bằng tốt nghiệp trung học để đạt được mục tiêu sự nghiệp. Em có nhiều lựa chọn học tập ở tuổi trưởng thành. Em có thể nghe thấy những lựa chọn này gọi là "giáo dục đại học" hoặc "giáo dục sau trung học".

Trước tiên, hãy nghĩ về các lựa chọn cần cân nhắc.

Đại học

Nhận bằng cử nhân hoặc bằng sau trung học

- » Các yêu cầu tuyển sinh để có được các bằng cấp này
- » Thông thường mất ít nhất bốn năm để hoàn thành chương trình cử nhân

Cao đẳng cộng đồng

Nhận bằng cao đẳng hoặc chứng chỉ.

- » Đăng ký mở, có thể cần tham dự các bài kiểm tra xếp lớp để xem em cần tham gia lớp học nào
- » Thường mất một hoặc hai năm để hoàn thành một chương trình

Trường nghề

Học tập thực hành để xây dựng kỹ năng cho một nghề nghiệp cụ thể.

- » Còn được gọi là trường dạy nghề, kỹ thuật hoặc thương mại

Học tập trực tuyến

Các lớp học có thể được tính vào một chương trình cấp bằng được tổ chức trực tuyến.

- » Truy cập các khóa học thông qua máy tính để học kỹ năng hoặc nhận chứng chỉ

Các chương trình và dịch vụ sau trung học dành cho học sinh khuyết tật trí tuệ và phát triển

Nhận chứng chỉ hoặc tham gia các lớp học đại học không cấp bằng.

- » Có sẵn tại một số trường cao đẳng và đại học
- » Đăng ký mở, thường không yêu cầu tham gia bài thi tuyển sinh
- » Cơ hội, cơ cấu và thời gian hòa nhập khác nhau tùy theo chương trình

Lớp học cộng đồng/không chính thức

Học các kỹ năng vui chơi và kết nối với những người có cùng sở thích.

- » Ghi danh mở, không yêu cầu bài thi tuyển sinh
- » Các lớp học có thể được tổ chức trong một ngày hoặc có thể gặp gỡ thường xuyên



Xem video tổng quan về chủ đề này!
sped.support/transition-cady

Đào tạo trong công việc

Học hỏi kỹ năng mới thông qua khóa đào tạo do nơi làm việc của em cung cấp.

- » Tùy chọn hoặc Bắt buộc
- » Có thể kéo dài từ một giờ đến vài ngày

Học tập khác

Em muốn tìm hiểu thêm hoặc có thể làm được? Ai đã có những kỹ năng đó và có thể dạy em? Em có thể tìm được chương trình học nghề để học hỏi từ người đã làm việc trong lĩnh vực mà em quan tâm không?

Tiếp theo, hãy nghĩ đến những hỗ trợ tốt nhất cho em trong lớp học em đang tham gia bây giờ.

- » **Điều chỉnh thích nghi.** Những biện pháp thích ứng này thay đổi cách giáo viên trình bày thông tin hoặc cách em thể hiện những điều em biết. Em đáp ứng tiêu chuẩn tương tự như bạn bè cùng lứa tuổi. Một số điều chỉnh thích nghi bao gồm bản in lớn, nơi thư giãn yên tĩnh khi lo lắng hoặc chỗ ngồi ở nơi em có thể học hỏi tốt nhất (như ngồi gần giáo viên).
- » **Sửa đổi.** Những biện pháp thích ứng này sẽ thay đổi những điều em dự kiến sẽ được học. Em được học nội dung tương tự như bạn bè cùng lứa tuổi nhưng không được kỳ vọng đáp ứng tiêu chuẩn tương tự. Một ví dụ về sửa đổi là xem phiên bản phim của một cuốn sách thay vì đọc sách. Một sửa đổi khác có thể là hỗ trợ kiểm tra chính tả cho bài tập chính tả.

Một số hỗ trợ được liệt kê ở trên có thể không có sẵn trong chương trình em muốn theo đuổi. Xem các câu hỏi trên [trang 27](#) để lập kế hoạch cho các cuộc trò chuyện về các tùy chọn hỗ trợ trong chương trình. Dành chút thời gian để suy nghĩ về loại hình học tập em mong muốn cho bản thân trong tương lai. Ai có thể giúp em suy nghĩ về mục tiêu học tập của mình? Em cảm thấy thoải mái khi chia sẻ thông tin về khuyết tật của mình với ai?



Việc lập kế hoạch đại học đã giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, em là Phương, tốt nghiệp đại học với bằng Cử Nhân Khoa Học Dinh Dưỡng. Em là chuyên gia dinh dưỡng sức khỏe cộng đồng cho bệnh viện.

Em có thể nhận được những hỗ trợ phù hợp ở trường đại học vì đã bắt đầu lên kế hoạch ở trường trung học. Em nghĩ rằng vì bị khiếm thị nên em sẽ có một chương trình giáo dục cá nhân hóa (IEP) mãi mãi. Ở trường đại học, có Văn Phòng Hỗ Trợ Sinh Viên. Em phải xuất trình bằng chứng về tình trạng khuyết tật của mình để yêu cầu các điều chỉnh thích nghi cần thiết. Em đã nghĩ chỉ cần cây gậy dò đường màu trắng của em là đủ! Nhưng họ cần đánh giá từ một chuyên gia. Em đã sử dụng báo cáo đánh giá từ nhóm giáo dục đặc biệt ở trường trung học, nhưng em biết có nhiều người đã đến những nơi như Voc Rehab để được đánh giá.



Trước khi nộp đơn vào trường đại học, em đã phải suy nghĩ về sự khác biệt giữa giáo dục trung học và giáo dục đại học. Khi em làm bài kiểm tra ở trường trung học, giáo viên đã sử dụng điều chỉnh thích nghi có trong IEP của em. Khi em tham gia kỳ thi tuyển sinh đại học, cố vấn của em ở trường trung học đã nộp đơn cho em thi bằng chữ nổi và trong thời gian dài hơn. Em phải ký vào phiếu chấp thuận để cố vấn có thể chia sẻ thông tin của em với công ty khảo thí.

Khi nộp đơn vào đại học, em phải quyết định sẽ nói gì với họ về khuyết tật của em. Việc kể ra câu chuyện này với em là điều riêng tư, vì vậy trong đơn, em có ghi rằng em bị khiếm thị, nhưng em không nói chi tiết về chuyện gì đã xảy ra hoặc tình trạng này ảnh hưởng cụ thể đến em như thế nào. Em để dành một số thông tin và chia sẻ với Văn Phòng Hỗ Trợ Sinh Viên, và một số thông tin em chưa bao giờ chia sẻ với bất kỳ ai ngoại trừ những người bạn thân nhất. Cố vấn ở trường trung học đã giúp em lên kế hoạch cần nói gì về khuyết tật của mình và Chuyên Gia Tiếp Cận trong trường đại học đã giúp em lập kế hoạch về cách trò chuyện với các giáo sư về nhu cầu của mình.

Em đã gặp một số sinh viên trong khuôn viên trường, những người này chưa bao giờ nói với Văn Phòng Hỗ Trợ Sinh Viên về khuyết tật của họ. Em nghĩ họ cảm thấy thoải mái khi nói chuyện với em về tình trạng khuyết tật của họ vì em cũng vậy, nhưng họ không muốn nói chuyện đó với ai khác. Họ có thể giữ kín câu chuyện của mình vì họ không bị loại khuyết tật dễ thấy. Họ không nhận được những hỗ trợ cần thiết và vì thế, cuộc sống đại học có thể khó khăn hơn với họ.

Em đã học rất tốt trong hầu hết các lớp học, nhưng em gặp khó khăn với lớp hóa học. Giáo sư không cung cấp điều chỉnh thích nghi cần thiết cho em. Em đã nói chuyện với Chuyên Gia Tiếp Cận và cô ấy đã giúp em lên kế hoạch trao đổi với giáo sư về các quyền của em liên quan đến điều chỉnh thích nghi. Em rất vui vì đã thực hành nói về khuyết tật và nhu cầu của mình trong thời gian học trung học, vì như vậy sẽ giúp cho việc vận động cho bản thân ở đại học dễ dàng hơn.

Thời đại học của em rất vui. Em có rất nhiều bạn và đã học được rất nhiều. Em tham gia một nhóm sinh viên giúp em cảm thấy thoải mái khi được làm chính mình. Những kỹ năng em đã học ở trường trung học giúp em giành được sự độc lập cần thiết để điều hướng trong đại học. Mặc dù đôi khi gặp khó khăn, em không hối hận một phút nào trong trải nghiệm đại học!



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong giáo dục sau trung học

Tìm hiểu cách mô tả khuyết tật và thể mạnh của em.

Giải thích hỗ trợ mà em nhận được trong lớp học: Những điều có hiệu quả trong việc giúp em học tập, hoàn thành bài tập hoặc làm bài kiểm tra.

Kết nối với cố vấn có thể nói về trải nghiệm của mình khi đi học đại học trong khi bị khuyết tật.

Chọn các lớp học cần thiết để đáp ứng yêu cầu nhập học vào trường đại học hoặc chương trình em muốn tham dự. Tham gia các hoạt động ngoại khóa mà em thấy thú vị hoặc xứng đáng. Chấp nhận rủi ro bằng cách tham gia các câu lạc bộ khác nhau hoặc làm tình nguyện viên trong cộng đồng.

Đặt mục tiêu cho việc học tập của em, chẳng hạn như hoàn thành dự án trước khi đến hạn, sau đó liệt kê các bước giúp đạt được mục tiêu, chẳng hạn như thực hiện một phần dự án mỗi ngày.

Quản lý lịch của em. Biết khi nào em cần có mặt ở trường, trong lớp hoặc trong các hoạt động. Lập kế hoạch cho thời gian cần thiết để em tự sắp xếp và đến đúng giờ.

Yêu cầu giáo viên giải thích nhiệm vụ nếu em không chắc chắn nên làm gì.

Hỏi ý kiến cố vấn Phục hồi chức năng (VR) về các lựa chọn hỗ trợ thông qua VR, bao gồm hoàn học phí.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?

Nếu em đang gặp khó khăn trong việc suy nghĩ về những gì em muốn học sau trung học:

- Em không hề đơn độc! Nhiều học sinh cũng tự hỏi về những điều có thể xảy ra sau trung học.
- Suy ngẫm về những điều em thấy thú vị và thích tìm hiểu. Tham gia các đánh giá năng lực chuyển tiếp để khám phá các thể mạnh của em.
- Trao đổi với giáo viên đáng tin cậy hoặc thành viên gia đình về mối quan ngại của em liên quan đến giáo dục sau trung học.



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Gặp gỡ Văn Phòng Dịch Vụ Người Khuyết Tật

Em sẽ không có IEP ở đại học!

Các dịch vụ giáo dục đặc biệt chỉ có sẵn ở các trường công lập. Các trường sau trung học không phải cung cấp các dịch vụ tương tự cho học sinh trung học. Nếu em quyết định vào đại học, em sẽ cần phải tự yêu cầu các điều chỉnh thích nghi cần thiết. Em sẽ được bảo vệ chống phân biệt đối xử và có thể mong đợi những điều chỉnh thích nghi như đường dốc xe lăn, nhưng còn có các quy trình khác nhau để hỗ trợ học sinh khuyết tật.

Tìm văn phòng cho các dịch vụ khuyết tật tại trường học mà em muốn theo học. Văn phòng này có thể được gọi là "hỗ trợ học tập" hoặc "dịch vụ tiếp cận". Nếu em gặp khó khăn trong việc tìm văn phòng, hãy yêu cầu cố vấn hoặc nhân viên tuyển sinh cho trường học tìm những người có thể giúp em nhận được điều chỉnh thích nghi và hỗ trợ khác.

Em sẽ cần giấy tờ chứng minh khuyết tật của mình. Có một số giấy tờ có thể hữu ích để mô tả tình trạng khuyết tật của em. Tìm bản tóm tắt thành tích (SOP) hoặc mức độ hiện tại về thành tích học tập và chức năng (PLAAFP) trong IEP gần đây nhất của em, hoặc yêu cầu nhận bản sao đánh giá cá nhân hoàn chỉnh (FIE) của trường trung học cho em. Trường đại học sẽ cho em biết họ cần những loại giấy tờ nào để nhận hỗ trợ.



Nếu em muốn tìm hiểu thêm về giáo dục sau trung học thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có thể tìm thông tin trong IEP của mình liên quan đến việc lập kế hoạch giáo dục sau trung học ở đâu?

Em có thể mạnh gì trong việc học tập?

Đâu là lựa chọn tốt nghiệp tốt nhất để đáp ứng mục tiêu học tập của em?

Các điều chỉnh thích nghi hoặc sửa đổi nào đã giúp em thành công trong lớp học?

Em có thể nói chuyện với ai nếu có thắc mắc về việc lập kế hoạch giáo dục đại học?

Những câu hỏi cần đặt ra cho trường đại học và chuyên viên cố vấn nghề nghiệp tại trường trung học

Lịch trình nộp đơn vào các trường đại học thông thường như thế nào?

Lịch trình nộp đơn yêu cầu điều chỉnh thích nghi trong kỳ thi tuyển sinh (SAT, ACT, Khác) như thế nào?

Chi phí học đại học là bao nhiêu?

Em cần những thông tin gì để hoàn thành và gửi Đơn Đăng Ký Trợ Cấp Sinh Viên Liên Bang Miễn Phí (FAFSA) hoặc Đơn Đăng Ký Trợ Cấp Tài Chính Tiểu Bang Texas (TASFA)?

Có học bổng nào được đề xuất cho em không?

Thầy/cô có biết sinh viên nào tốt nghiệp trường này có thể nói chuyện với em về việc vào đại học không?

Những câu hỏi nên đặt ra cho văn phòng dịch vụ khuyết tật tại một tổ chức giáo dục đại học

Yêu cầu tuyển sinh vào trường/chương trình này là gì?

Có yêu cầu tham dự kỳ thi tuyển sinh không?

Chi phí hoàn thành chương trình này là bao nhiêu?

Có những hỗ trợ nào dành cho học sinh khuyết tật?

Em sẽ cần giấy tờ nào để nhận được dịch vụ?

Có những học sinh khuyết tật tương tự như em và sẵn sàng nói chuyện với em về kinh nghiệm của họ ở trường không?



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch đại học.

Tài nguyên cho bậc đại học

Apply Texas

Nộp đơn tuyển sinh vào bất kỳ trường đại học công lập Texas nào và nhiều trường cao đẳng cộng đồng Texas và các trường đại học tư nhân chỉ với một đơn đăng ký duy nhất.

 applytexas.org

Trợ Cấp Sinh Viên Liên Bang

Nghiên cứu về trợ cấp tài chính để giúp trả tiền học phí đại học hoặc trường nghề.

 studentaid.gov

Trung Tâm Thông Tin Trợ Cấp Sinh Viên Liên Bang (FSAIC):  1-800-433-3243

My Texas Future

Tìm các công cụ, tài nguyên và hỗ trợ từ cổ vấn, cho dù em muốn quay lại trường học hoặc thăng tiến trong sự nghiệp.

 mytexasfuture.org/adult-college

Texas GEAR UP

Khám phá các tài nguyên giúp em thành công ở trường đại học và xem video về những đứa trẻ đã vượt qua thách thức tương tự mà em có thể đang phải đối mặt.

 txcte.org/resource/gearup-resources#paragraph-29643

Texas OnCourse

Giải phóng tiềm năng của em và lập kế hoạch cho tương lai bằng các tài nguyên giúp chuẩn bị cho trường đại học và sự nghiệp.

 texasoncourse.org

Think College

Tìm các lựa chọn giáo dục đại học bao gồm giáo dục dành cho người khuyết tật trí tuệ.

 thinkcollege.net

Khám phá tài nguyên Texas dành cho sinh viên đại học khuyết tật trí tuệ và phát triển:

- » Các chương trình và dịch vụ sau trung học dành cho học sinh khuyết tật trí tuệ và phát triển (apps.highered.texas.gov/idd)
- » Hướng dẫn và Danh mục tài nguyên giáo dục đại học của Hội Đồng Khuyết Tật Phát Triển Texas (TCDD). (tcdd.texas.gov/resources/higher-education-resources)

Cộng đồng



Có kỹ năng và hỗ trợ để định hướng cuộc sống của bản thân em tại nhà và trong cộng đồng thường được gọi là **kỹ năng sống độc lập**. Lập kế hoạch chuyển tiếp bao gồm xem xét việc em có cần hỗ trợ để tiếp cận cộng đồng hay không.

Suy nghĩ về bản thân em khi ở nhà hoặc trường học. Em muốn hỗ trợ quản lý hoạt động nào sau đây?

Nấu ăn hoặc mua sắm đồ tạp hóa

Dọn dẹp nhà cửa

Tắm rửa, mặc quần áo, hay chăm sóc nhu cầu sức khỏe

Di chuyển từ nhà đến nơi làm việc, cửa hàng, nhà của bạn bè (đưa đón)

Lập kế hoạch về những việc thú vị để làm với bạn bè

Tìm trợ giúp trong trường hợp khẩn cấp

Giữ an toàn tại nhà hoặc trong cộng đồng

Khác: _____

Em có thể tự lo liệu.

Người khuyết tật có thể sống như một thành viên cộng đồng đầy đủ, ngay cả khi họ cần một số hỗ trợ để thực hiện các nhiệm vụ sống độc lập. Đây là một số ví dụ về hỗ trợ sống độc lập.

- » Nhân viên chăm sóc cá nhân (PCA) đến nhà em để giúp đỡ những việc như mặc quần áo, nấu ăn hoặc giặt đồ
- » Phương tiện đưa đón đặc biệt để cho phép em tiếp cận cộng đồng mà không cần giấy phép lái xe hoặc xe riêng
- » Các liệu pháp giúp em học cách thực hiện công việc trong nhà hoặc trong cộng đồng mà không cần sự hỗ trợ của người khác
- » Công nghệ hỗ trợ giúp em làm những việc như nói, nhập email, tìm trợ giúp trong trường hợp khẩn cấp hoặc sử dụng máy tính
- » Sửa chữa ngôi nhà của em, như bổ sung đường dốc xe lăn, mặt bàn phía dưới hoặc chuông báo và chuông cửa sử dụng đèn/rung thay vì âm thanh

Khi em đặt mục tiêu cho cuộc sống trưởng thành, hãy nghĩ về bất kỳ hỗ trợ nào có thể giúp em duy trì cuộc sống độc lập. Xem chủ đề “**Tài chính**” trên [trang 48](#) để tìm hiểu về hỗ trợ giúp sống độc lập.



Việc lập kế hoạch sống độc lập đã giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Tên em là Wyatt, 24 tuổi. Em sống trong một căn hộ với bạn cùng phòng. Mỗi người có một phòng ngủ riêng và dùng chung nhà bếp và phòng khách. Chúng em sống gần vài nhà hàng khá tốt, nên sẽ ra ngoài ăn khi có đủ tiền.

Em bị điếc, nên em dùng các thiết bị như đồng hồ báo thức rung và dịch vụ chuyển tiếp video cho điện thoại. Em cũng bị rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD), vì vậy em cần các hệ thống giúp sắp xếp mọi thứ, nếu không em sẽ mất dấu hóa đơn và mọi thứ khác.

Thật dễ dàng để biết phải làm gì ở trường trung học, nhưng sau khi tốt nghiệp, em phải tự quản lý cuộc sống của mình. Em rất may mắn khi được lập kế hoạch chuyển tiếp cùng với hội đồng nhập học, xét duyệt và rời trường (ARD) của mình. Em lớn lên trong trại trẻ mồ côi và em muốn có tất cả hỗ trợ có thể. Những đứa trẻ khác mà em biết từ hệ thống chăm sóc nuôi dưỡng không có hội đồng ARD để giúp họ lập kế hoạch cho cuộc sống trưởng thành.

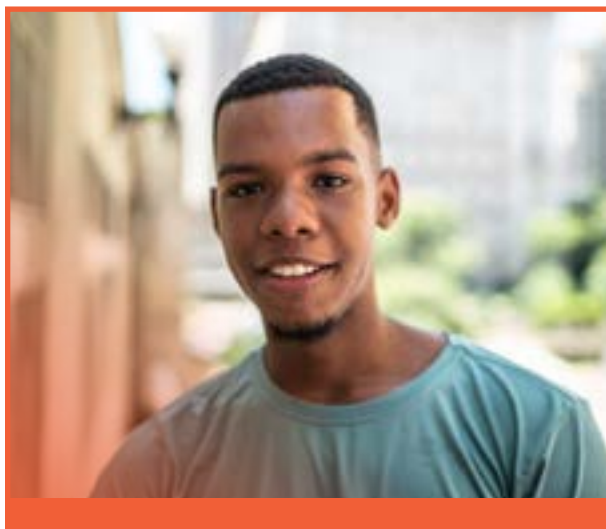
Giáo viên đã mời các cơ quan hỗ trợ đến tham dự các cuộc họp ARD; các cơ quan này có thể trả tiền cho công nghệ mà em cần. Không phải lúc nào cũng có đại diện của các cơ quan này đến dự cuộc họp, vì vậy chúng em đã lập kế hoạch về cách có thể kết nối với họ. Đôi khi giáo viên sẽ giúp em gọi điện cho các cơ quan hỗ trợ trong khi còn học ở trường. Việc này giúp em lên kế hoạch nên nói gì và có người giúp em nghĩ về các câu hỏi. Sau khi tập luyện, em đã có thể tự mình thực hiện các cuộc gọi. Tất cả những gì em cần là số điện thoại.

Hệ thống chăm sóc nuôi dưỡng cũng giúp em lập kế hoạch chuyển tiếp. Em đã tổ chức một cuộc họp Vòng Tròn Hỗ Trợ, trong đó chúng em chia sẻ về mục tiêu và những người có thể giúp em tập hợp mọi thứ lại với nhau để đạt được mục tiêu của mình. Cuộc họp này nhắc em nhớ về các cuộc họp ở trường trung học khi chúng em nói về kế hoạch chuyển tiếp. Em hy vọng trường học và nhân viên Dịch Vụ Bảo Vệ Trẻ Em (CPS) đã nói chuyện với nhau nhiều hơn. Đôi khi em cảm thấy các hệ thống này cứ đẩy sự việc qua lại cho nhau.

Giáo viên giáo dục đặc biệt đã gặp em để lập kế hoạch cho tất cả những việc em cần làm khi trưởng thành. Em học được về việc chi trả hóa đơn, giặt đồ, và những điều tương tự khi chuẩn bị cho cuộc sống độc lập trưởng thành với dịch vụ chăm sóc nuôi dưỡng. Em đã rất ngạc nhiên khi giáo viên giáo dục đặc biệt hỏi về bạn bè. Người bạn duy nhất em có là những người em quen ở trường. Khi nghĩ về việc đi chơi với ai đó ở ngoài trường, đó là gia đình nuôi dưỡng của em. Chúng em đã lập kế hoạch giúp em tìm ra cách kết bạn ở bên ngoài trường học.

Có một số bất ngờ khác nữa, như đăng ký Dịch Vụ Chọn Lọc. Em từng nghĩ quân đội sẽ tự động biết em bị khuyết tật, nhưng hóa ra tất cả nam giới đều cần đăng ký vào ngày sinh nhật thứ 18. Việc này không giống như gia nhập quân đội. Chỉ là để cho họ biết em đã đủ tuổi tham gia, chứ không phải em đủ điều kiện tham gia.

Việc chuẩn bị cho giai đoạn trưởng thành có thể rất vui. Em có nhiều tiếng nói hơn trong phong cách sống. Em cũng có thể cần công việc để đảm bảo nhận được hỗ trợ phù hợp. Lời khuyên của em là phải luôn cập nhật mọi thông tin. Nếu một cơ quan hỗ trợ không gọi lại, hãy nhớ rằng ở đó có những con người, giống như chúng ta. Đôi khi họ bận rộn. Tiếp tục gọi điện hoặc thử các số khác cho đến khi em tìm được ai đó có thể giúp em. Nói với mọi người rằng bạn tin tưởng vào những điều quan trọng đối với em và tiếp tục tiến tới mục tiêu của em.





Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định về sống độc lập

Đặt mục tiêu cho bản thân, chẳng hạn như lập kế hoạch cho hoạt động với bạn bè.

Đưa ra lựa chọn về cách em muốn dành thời gian ở nhà.

Khám phá những điều em đang làm tốt.

Tìm hiểu cách mô tả thể mạnh của em.

Tìm hiểu cách mô tả khuyết tật của em và loại hỗ trợ phù hợp nhất để giúp em sống độc lập nhất có thể.

Trao đổi với giáo viên đáng tin cậy và gia đình về việc chia sẻ thông tin khuyết tật với người khác trong cuộc sống.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Gặp gỡ Trung Tâm Sống Độc Lập

Em có biết có những nơi trên khắp Texas giúp người khuyết tật đạt được mục tiêu sống độc lập không? Tại Texas, có 27 Trung Tâm Sống Độc Lập (CIL). CIL tại địa phương của em có thể cung cấp các dịch vụ như:

- » **Cung cấp thông tin và giới thiệu** – giúp tìm thông tin và tài nguyên em cần để đạt được mục tiêu của mình.
- » **Đào tạo kỹ năng sống độc lập (IL)** – được đào tạo về các kỹ năng cụ thể hằng ngày cần thiết để sống độc lập, chẳng hạn như chuẩn bị bữa ăn.
- » **Tư vấn** – tìm hiểu rõ hơn về khuyết tật của em, giúp em xây dựng và đạt được mục tiêu.
- » **Vận động** - được đào tạo về kỹ năng tự vận động và hỗ trợ vận động về các điều chỉnh thích nghi, quyền tiếp cận bình đẳng và các quyền khác.
- » **Dịch vụ chuyển tiếp** - nhận trợ giúp chuyển từ viện dưỡng lão và các tổ chức khác sang nhà ở tại nhà và cộng đồng hoặc giúp chuyển từ trung học sang việc làm và cơ hội giáo dục sau trung học.

Liên hệ với CIL gần nhất để biết em có đủ điều kiện nhận các dịch vụ này hay không. Liên hệ 2-1-1 để tìm CIL của em.



Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch sống độc lập của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có cần hỗ trợ để sống độc lập trong nhà hoặc cộng đồng khi trưởng thành không?
(Nếu em không cần hỗ trợ, hãy bỏ qua phần này)

Em đề xuất loại hỗ trợ nào?

Em có thể mạnh gì trong việc sống độc lập?

Em có thể tìm thông tin về việc sống độc lập ở đâu trong kế hoạch giáo dục cá nhân hóa (IEP)?

Có lớp học nào em có thể tham gia để học thêm kỹ năng sống độc lập không?

Có cơ quan hỗ trợ nào em nên liên hệ về dịch vụ sống độc lập cho người trưởng thành không?

Em có thể nói chuyện với ai nếu có thắc mắc về việc lập kế hoạch cho cuộc sống độc lập?

Những câu hỏi nên đặt ra cho CIL địa phương

Em cung cấp những loại dịch vụ nào?

Em có đủ điều kiện nhận dịch vụ nào trong số này không?

Có cơ quan nào khác trong khu vực mà thầy/cô đề xuất em nên liên hệ để hỏi về dịch vụ không?

Sử dụng phần để trống này để viết các câu hỏi khác mà em có về sống độc lập nhất có thể.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ sống độc lập trong cộng đồng.

Tài nguyên cho cộng đồng

Trung Tâm Tài Nguyên về Người Cao Niên và Khuyết Tật (có sẵn thông qua Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh)

Trao đổi với chuyên gia được đào tạo để được hướng dẫn về các lựa chọn dịch vụ phù hợp đáp ứng nhu cầu của em.

☎ 855-YES-ADRC (855-937-2372)

🌐 hhs.texas.gov/services/aging/long-term-care/aging-disability-resource-centers

Easterseals

Tìm các dịch vụ tại nhà và cộng đồng và các hỗ trợ được phân loại thành năm khu vực riêng biệt: Sống, Học tập, Làm việc, Giải trí và Hành động. Các dịch vụ này được cung cấp thông qua một mạng lưới các cơ sở Easterseals địa phương trong các cộng đồng trên toàn liên bang.

☎ 800-221-6827 (Miễn cước) | 🌐 easterseals.com/connect-locally

Dịch vụ sống độc lập

Khám phá các dịch vụ có sẵn thông qua Trung Tâm Sống Độc Lập (CIL).

🌐 hhs.texas.gov/services/disability/independent-living-services

Special Olympics Texas

Khám phá các cuộc thi đào tạo thể thao quanh năm và trong các môn thể thao Olympic khác nhau dành cho trẻ em và người lớn khuyết tật trí tuệ.

🌐 sotx.org

Hội Đồng Khuyết Tật Phát Triển Texas (Texas Council for Developmental Disabilities, TCDD)

Tìm hiểu về những nỗ lực để giúp những người khuyết tật phát triển đạt được tiềm năng độc lập, năng suất và hòa nhập vào cộng đồng.

🌐 tcdd.texas.gov

Sổ Tay Chăm Sóc Nuôi Dưỡng Texas dành cho Trẻ Em, Thanh Thiếu Niên và Người Trưởng Thành Trẻ Tuổi

Tìm hiểu về các hỗ trợ có sẵn thông qua Dịch Vụ Bảo Vệ Trẻ Em (CPS), Cơ Quan Dịch Vụ Gia Đình và Bảo Vệ (DFPS), bao gồm các dịch vụ chuyển tiếp dành cho thanh thiếu niên lớn tuổi.

🌐 dfps.texas.gov/Child_Protection/Youth_and_Young_Adults/Transitional_Living/documents/foster-care-handbook.pdf

Tìm văn phòng gần nhất của **chính quyền địa phương** để tìm hiểu về các chương trình và dịch vụ hỗ trợ cuộc sống độc lập. "**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**" trên [trang 51](#) mô tả **cơ quan quản lý khuyết tật trí tuệ và phát triển địa phương (LIDDA)**, **cơ quan quản lý sức khỏe tâm thần địa phương (LMHA)** và **cơ quan quản lý sức khỏe hành vi địa phương (LBHA)**. (resources.hhs.texas.gov/pages/find-services)

Đi lại



Tiếp cận phương tiện giao thông là điều quan trọng với bất kỳ người lớn nào có thể đi lại trong cộng đồng của họ. Các lựa chọn để đi đến địa điểm cần thiết sẽ khác nhau trong từng cộng đồng. Khi em lập kế hoạch chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành, điều quan trọng là phải cân nhắc phương tiện đi lại có sẵn trong cộng đồng nơi em dự định sống như một người trưởng thành. Em cũng cần lập kế hoạch về bất kỳ hỗ trợ cần thiết nào.

Trước tiên, hãy nghĩ đến các tùy chọn đi lại có sẵn trong cộng đồng của em. Tất cả các lựa chọn sau đều cần cân nhắc về an toàn. Đảm bảo em biết rõ quyền và trách nhiệm của tài xế và hành khách trên bất kỳ hình thức đi lại nào.

Các loại hình giao thông

- » **Lái xe:** Em cần có giấy phép lái xe để lái xe hơi. Em có thể hoàn thành chương trình đào tạo cấp giấy phép lái xe thông qua trường học, cùng với cha mẹ, cơ quan cộng đồng hoặc công ty tư nhân. Một số chương trình cần trả phí. Em cũng cần vượt qua bài kiểm tra để được cấp giấy phép lái xe.
- » **Giao thông công cộng:** Cộng đồng của em có thể có xe buýt, xe đưa đón hoặc tàu hỏa để đi lại. Các lựa chọn này thường có các tuyến đường và lịch trình cố định và thu giá vé thấp.
- » **Taxi:** Phương tiện có thể đưa mọi người từ điểm đón đến điểm xuống xe do khách hàng quyết định (không phải là một tuyến đường cụ thể). Hành khách có thể gọi cho công ty taxi để đặt lịch đi xe.
- » **Đi chung:** Tương tự như taxi, nhưng hành khách sử dụng ứng dụng tải về thiết bị, chẳng hạn như điện thoại di động, để đặt lịch đi xe.
- » **Xe đạp:** Một số cộng đồng có làn dành riêng cho xe đạp trên đường để giúp người đạp xe an toàn tránh xa làn xe hơi. Có thể có đường mòn chỉ dành cho xe đạp hoặc đi bộ.
- » **Đi bộ:** Thứ Sáu đầu tiên của tháng Tư là Ngày Liên Bang Đi Bộ Đi Làm! Hãy tìm hiểu cộng đồng của em để biết những nơi đi bộ an toàn. Tìm vỉa hè hoặc đường mòn và đường dành cho người đi bộ.
- » **Các cách thức đi lại khác:** Mọi người đã đưa ra các giải pháp sáng tạo để di chuyển từ nơi này sang nơi khác mà không cần xe hơi. Tùy theo quy tắc đường bộ và điều kiện an toàn, các lựa chọn như xe golf, ván trượt, xe đạp hoặc xe tay ga đều có thể sử dụng.



Các lựa chọn đi lại chuyên dụng

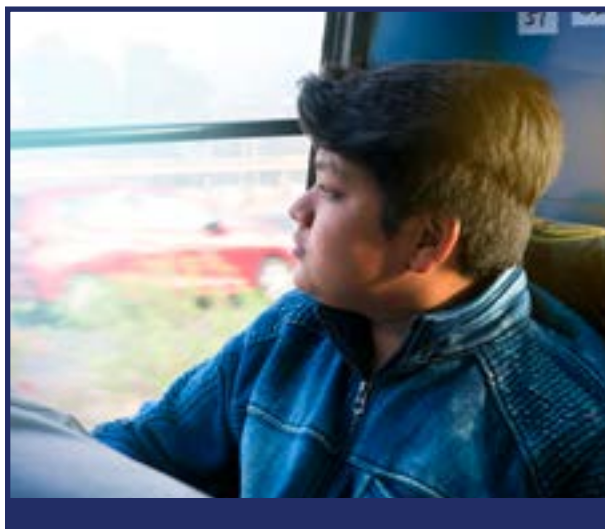
- » **Điều chỉnh thích nghi khi lái xe:** Nếu em dự định sẽ lái xe hơi, hãy đến Bộ An Toàn Công Cộng Texas (DPS) để tìm hiểu thêm về các yêu cầu liên quan đến giấy phép lái xe và **các điều chỉnh thích nghi được phép cho bài thi lái xe:** dps.texas.gov/apps/DriverLicense/customer_service/ADA.aspx. Có **các chương trình lái xe thích nghi** (aded.net/page/230) với các chuyên gia có thể điều chỉnh hướng dẫn để đáp ứng nhu cầu của cá nhân. Xem "**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**" trên [trang 37](#) để biết thông tin về **các chỉ báo tùy chọn cho bằng lái xe hoặc đăng ký xe** nếu em bị khuyết tật ảnh hưởng đến giao tiếp.
- » **Điều chỉnh thích nghi trên phương tiện giao thông công cộng:** Nhiều xe buýt, xe đưa đón và tàu hỏa có thang máy dành cho xe lăn và ghế đặc biệt dành cho người khuyết tật. Em có thể gọi cho cơ quan giao thông công cộng địa phương hoặc kiểm tra trang web của họ để biết các lựa chọn.
- » **Giao thông công cộng cho người khuyết tật:** Dịch vụ giao thông công cộng cho người khuyết tật hỗ trợ cho những người khuyết tật không thể sử dụng dịch vụ xe buýt thông thường trong khu vực của họ vì lý do khuyết tật. Một số người có thể sử dụng dịch vụ giao thông công cộng cho người khuyết tật cho tất cả các chuyến đi, trong khi những người khác chỉ có thể sử dụng trong một số tình huống nhất định. Dịch vụ giao thông công cộng thường thu một khoản phí, nhưng không đặt hơn hai giá vé thông thường.
- » **Hỗ trợ đi xe chung:**
 - **Uber WAV** (phương tiện có thể tiếp cận bằng xe lăn; uber.com/us/en/ride/uberwav/): Uber WAV giúp mọi người dễ dàng sử dụng xe tay ga hoặc xe lăn để lên xe. Các tài xế có chứng chỉ đặc biệt giúp người khuyết tật vào và ra khỏi xe. Nếu em có động vật phục vụ thì động vật có thể đi cùng trong xe Uber WAV. Em cũng có thể mang theo người khác nếu có đủ chỗ ngồi và dây an toàn.
 - **LyftUp** (lyft.com/lyftup/jobs-access): Ở một số thành phố Texas, Lyft Up cố gắng đảm bảo mọi người có thể có phương tiện đi lại không quá đắt và hoạt động tốt. Nếu cần đưa đón để tham gia phỏng vấn việc làm hoặc đi làm và không thể trả tiền, em có thể xem khu vực của mình có dịch vụ này hay không. Nếu đi xe miễn phí qua Lyft, em có thể cần nói chuyện với Goodwill hoặc United Way. Nếu Lyft Up không có chuyến đi đặc biệt trong khu vực của em thì các cơ quan này có thể biết về các dịch vụ miễn phí khác.
- » **Dịch vụ của cơ quan hỗ trợ:** Một số cơ quan cung cấp hỗ trợ cho người khuyết tật có thể cung cấp hỗ trợ đi lại cho người tiêu dùng đủ điều kiện. Ví dụ: Dịch vụ có sẵn từ Giải pháp Lực lượng lao động Texas - Dịch vụ Phục hồi chức năng nghề nghiệp (TWS-VRS) (twc.texas.gov/programs/vocational-rehabilitation/adults) liệt kê **các dịch vụ đi lại, bao gồm phiếu giảm giá xe buýt và sửa đổi phương tiện**, như các lựa chọn để giúp mọi người đi làm. Những người thụ hưởng Medicaid và con em họ có thể đủ điều kiện nhận dịch vụ **Đưa đón y tế không khẩn cấp (NEMT)** (txhealthsteps.com/static/courses/MTP-TUT-21/sections/section-1-3.html). Đây là các dịch vụ đưa đón đến các cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe, chẳng hạn như **Dịch Vụ Vận Chuyển Đáp Ứng Nhu Cầu (DRTS)**, được cung cấp thông qua Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Texas (HHS). Đưa đón là một dịch vụ có sẵn thông qua một số **chương trình miễn trừ Medicaid**.
- » **Bạn bè và gia đình:** Một số người trưởng thành **thành lập một mạng lưới các tài xế** có thể giúp họ đến nhiều địa điểm trong cộng đồng. Đây có thể là một mạng lưới chính thức, trong đó các thành viên sẽ hỗ trợ trong ngày và thời gian rảnh hoặc cam kết một số chuyến đi cụ thể. Đây cũng có thể là một nhóm không chính thức mà người đó có thể gọi khi cần đi nhờ.
- » **Di chuyển bằng đường hàng không:** Một số sân bay cung cấp dịch vụ hỗ trợ đặc biệt cho hành khách khuyết tật, chẳng hạn như dây buộc để nhận hỗ trợ bổ sung từ nhân viên sân bay nếu em bị khuyết tật ẩn. Các hãng hàng không hỗ trợ hành khách khuyết tật (transportation.gov/individuals/aviation-consumer-protection/wheelchair-and-guided-assistance). Khi đặt vé cho chuyến đi, hãy liên hệ với hãng hàng không để thảo luận về nhu cầu của em và sắp xếp để được hỗ trợ.

Việc lập kế hoạch đi lại đã giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, em là Drew! Em sinh ra thiếu thính nên đã gặp khó khăn trong việc học cách nói chuyện. Nhưng bây giờ, bạn bè và gia đình nói rằng em rất giỏi lên tiếng!

Em luôn thích đi học, nhưng giai đoạn trung học rất khó khăn với em vì bạn bè đã bắt đầu tự lái xe và kiếm việc làm. Em muốn có một công việc, nhưng không có cách nào để đi đến nơi làm việc.

Em đã nói chuyện với giáo viên CTE về chuyện đó. Cô là một trong những giáo viên mà em có thể nói về bất cứ điều gì! Cô đã đến cuộc họp ARD của em và nói về việc em có rất nhiều kỹ năng như thế nào cho các loại công việc khác nhau. Em thấy rất tuyệt khi nghe cô giáo nói vậy. Cô ấy hỏi liệu dịch vụ giáo dục đặc biệt có thể giúp đưa đón không, vì tình trạng khuyết tật đã cản trở em thi lấy giấy phép lái xe.



Cuối cùng chúng em đã tìm ra cách luyện tập đi xe buýt thành phố như một phần trong lớp học Chuẩn bị sự nghiệp của em. Em không thích công việc đầu tiên của mình, nhưng công việc thực sự giúp em học được tuyến xe buýt.

Những ngày này em đi xe buýt đến chỗ làm ở tiệm pizza. Em thích tự kiếm tiền, nói chuyện với khách hàng và là thành viên trong nhóm. Thỉnh thoảng khi đi xe buýt, em thấy những địa điểm khác mà em có thể muốn làm việc một ngày nào đó.

Em rất biết ơn vì đã tìm được cách đi lại. Xe buýt không đi đến tất cả mọi nơi, nên thỉnh thoảng em phải đi nhờ xe bạn bè hoặc gia đình. Em tự hào được sống độc lập nhất có thể.

Em may mắn có gia đình ủng hộ và phương tiện đưa đón tốt. Em và gia đình có thể muốn tham gia vào việc lập kế hoạch địa phương để yêu cầu các dịch vụ đi lại tốt hơn trong cộng đồng.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong kế hoạch đi lại

Khám phá các tùy chọn giao thông trong cộng đồng của em và lập danh sách các số điện thoại và trang web quan trọng.

Thực hành chia sẻ chi tiết về chuyến đi của em với người lớn đáng tin cậy. Ví dụ: nhắn tin cho cha mẹ để họ biết em đang đi đâu, ai đang lái xe và thời gian em sẽ về tới nhà.

Tìm hiểu về quyền và trách nhiệm của em liên quan đến các lựa chọn đi lại mà em dự định sử dụng, chẳng hạn như lái xe hoặc sử dụng dịch vụ đi xe chung. Lập kế hoạch cho mọi quan ngại về an toàn. Thực hành sắp xếp các chuyến đi của riêng em, chẳng hạn như gọi dịch vụ giao thông công cộng cho người khuyết tật để yêu cầu đi xe buýt đến một cuộc hẹn sắp tới.

Luôn giữ thông tin quan trọng với em, chẳng hạn như địa chỉ nhà riêng, nơi em muốn đến, số điện thoại và danh sách những người cần gọi trong trường hợp khẩn cấp. Sử dụng ứng dụng điện thoại thông minh hoặc lưu giữ thông tin trong ví để bảo vệ quyền riêng tư của em.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Texas Driving with Disability

Em có biết Texas có một sáng kiến tập trung vào việc giúp tương tác giữa lực lượng thực thi pháp luật và các tài xế khuyết tật không? Bây giờ người dân Texas có tùy chọn tiết lộ "Trở ngại giao tiếp" trên giấy phép lái xe, ID do tiểu bang cấp hoặc đăng ký xe của họ. Từ đó các viên chức sẽ được thông báo về thách thức giao tiếp có thể xảy ra.

Em nên nhận thông tin từ trường học về Texas Driving with Disability nếu em:

- » đã đủ 16 tuổi,
- » nhận dịch vụ giáo dục đặc biệt hoặc 504, và
- » có tình trạng sức khỏe hoặc khuyết tật có thể dẫn đến khó khăn trong giao tiếp.

Texas Driving with Disability không phải là một chương trình giáo dục lái xe được điều chỉnh.

Em có thể tìm thêm thông tin về Texas Driving with Disability trên trang web TEA (tea.texas.gov/health-safety-discipline/texas-driving-with-disability).





Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch dịch vụ đi lại của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có nhận được dịch vụ đưa đón chuyên biệt qua trường học không? Nếu có, em sẽ cần hỗ trợ gì sau khi tốt nghiệp?

Thầy/cô đề xuất phương án đi lại nào để em đáp ứng các mục tiêu sau trung học của mình?

Học sinh có những lựa chọn nào để học kỹ năng đi lại ở trường, chẳng hạn như lớp học giáo dục lái xe hoặc đào tạo đi lại?

Các câu hỏi cần hỏi Nhà cung cấp dịch vụ đi lại

Quý vị cung cấp dịch vụ nào? Những dịch vụ này được cung cấp ở đâu và như thế nào?

Em cần gì để đủ điều kiện nhận dịch vụ của quý vị?

Chi phí dịch vụ của quý vị là bao nhiêu? Có tùy chọn mua thẻ thành viên hoặc mua nhiều chuyến đi cùng một lúc không?

Có ngày hoặc thời điểm nào không cung cấp dịch vụ không?

Điều gì sẽ xảy ra nếu em cần hủy dịch vụ?

Em cần phải đặt lịch chuyến đi trước bao lâu? Em có thể gọi điện để đặt lịch cho chuyến đi cùng ngày không?

Phương tiện của quý vị có dễ tiếp cận không?

Em có thể mang theo người hỗ trợ hoặc động vật phục vụ không?

Sử dụng phần để trống này để viết các câu hỏi khác mà em có về đi lại.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch đi lại.

Các nguồn lực về đi lại

Lyft-Job Access

Tìm các chuyến đi đến các cuộc phỏng vấn công việc hoặc đi làm bằng cách sử dụng dịch vụ này.

 lyft.com/lyftup/jobs-access

Vận chuyển y tế không khẩn cấp (EMT)

Sử dụng chương trình này để đặt lịch các dịch vụ đưa đón cho các cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe.

 txhealthsteps.com/static/courses/MTP-TUT-21/sections/section-1-3.html

Văn Phòng Chính Sách Việc Làm cho Người Khuyết Tật (ODEP) - Đi lại

Tìm các nguồn lực tập trung vào việc đi lại đến nơi làm việc cho người khuyết tật.

 dol.gov/agencies/odep/program-areas/employment-supports/transportation

Cơ Quan Giao Thông Vận Tải Texas - Bãi đậu xe dành cho người khuyết tật, Biển báo và Biển số xe

Tìm thông tin về cách lấy chỗ đỗ xe và/hoặc biển số xe cho người khuyết tật.

 txdmv.gov/motorists/disabled-parking-placards-plates

Đơn đăng ký: txdmv.gov/sites/default/files/form_files/VTR-214.pdf

Cơ Quan An Toàn Công Cộng Texas - Hỗ trợ cho Người khuyết tật

Yêu cầu điều chỉnh thích nghi tại văn phòng giấy phép lái xe địa phương của em.

 dps.texas.gov/apps/DriverLicense/customer_service/ADA.aspx

Cơ Quan Giao Thông Vận Tải Texas - Các cơ quan vận tải Texas

Khám phá các hệ thống giao thông đô thị, thành thị và nông thôn.

 txdot.gov/discover/texas-transit-agencies.html

Texas Driving with Disability

Tìm hiểu về các tùy chọn để ghi rõ nhu cầu giao tiếp trên bằng lái xe hoặc đăng ký xe của em.

 TexasDrivingWithDisability.com

Texas Workforce Commission - Phục hồi chức năng nghề nghiệp - Người trưởng thành

Cung cấp hỗ trợ đi lại cho người khuyết tật.

 800-628-5115 |  twc.texas.gov/programs/vocational-rehabilitation/adults

The Association for Driver Rehabilitation Specialists

Tìm các chuyên gia hỗ trợ thúc đẩy khả năng độc lập cho người khuyết tật thông qua các dịch vụ như thiết bị đánh giá, đào tạo và sửa đổi.

 info@aded.net |  866.672.9466 |  aded.net/page/725

Uber WAV

Tìm những tài xế có chứng chỉ đặc biệt giúp mọi người dễ dàng sử dụng xe scooter hoặc xe lăn để đi xe.

 uber.com/us/en/ride/uberwav/

Các nguồn lực về đi lại (tiếp)

Bộ Giao Thông Hoa Kỳ - Xe lăn và Hỗ trợ có hướng dẫn

Khám phá dịch vụ hỗ trợ dành cho hành khách khuyết tật khi ở sân bay. Khi đặt vé cho chuyến đi, hãy liên hệ với hãng hàng không để thảo luận về nhu cầu của em và sắp xếp để được hỗ trợ.



[transportation.gov/individuals/aviation-consumer-protection/wheelchair-and-guided-assistance](https://www.transportation.gov/individuals/aviation-consumer-protection/wheelchair-and-guided-assistance)

Công nghệ



Công nghệ hiện diện ở khắp mọi nơi trong thế giới của chúng ta. Công nghệ không chỉ là thiết bị và màn hình. Công nghệ có thể là bất kỳ công cụ nào hỗ trợ thành công của em ở những nơi như trường học hoặc cơ quan. Công nghệ bao gồm các cách tham gia vào cuộc hội thoại và trong cộng đồng. Khi em lên kế hoạch chuyển sang giai đoạn trưởng thành, hãy chú ý đến công nghệ. Các trang sau mô tả một số cách mà công nghệ có thể được sử dụng để cải thiện cuộc sống cho người khuyết tật.

Em có sử dụng AT trong các lớp học của mình, trong công việc, tại nhà hoặc trong cộng đồng không? Xem các ví dụ về các loại AT khác nhau để hỗ trợ các khuyết tật khác nhau.

Em có biết?

Bất kỳ công cụ nào giúp giảm thách thức liên quan đến khuyết tật của một người có thể được coi là **công nghệ hỗ trợ (AT)**. Những công cụ này có thể là công nghệ cao, công nghệ tầm trung, công nghệ thấp, phần cứng, phần mềm hoặc thiết bị. Em có thể khám phá thư viện các công cụ AT thiết yếu và tìm hướng dẫn chọn đúng công cụ tại Texas AT Support:

at.tea.texas.gov

Công cụ công nghệ thấp

Những công cụ này không yêu cầu các hệ thống phức tạp và trong nhiều trường hợp, không cần điện.



Kẹp bút chì



Bảng giao tiếp



Gậy dò đường

Công cụ công nghệ tầm trung

Những công cụ này thường bao gồm thiết bị điện tử và yêu cầu nguồn điện.



Máy tính



Sách âm thanh



Bàn phím thích ứng

Công cụ công nghệ cao

Những công cụ này thường sử dụng các hệ thống điện tử phức tạp hoặc các thành phần kỹ thuật số. Các tính năng nâng cao của chúng có thể yêu cầu kiến thức hoặc kỹ năng chuyên môn khi lập trình hoặc sửa chữa thiết bị.



Công cụ ghi chú chữ nổi



Phần mềm nhận dạng giọng nói



Xe lăn điện

Công nghệ trong công việc

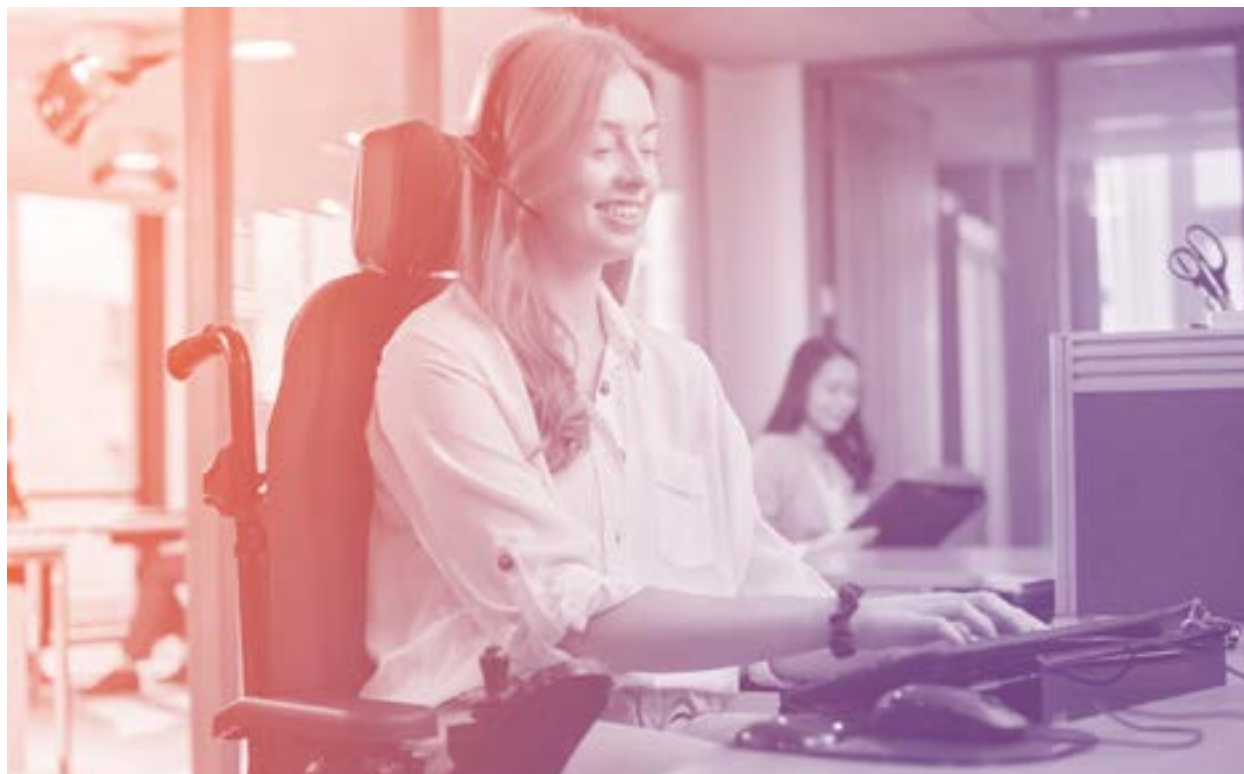
Công nghệ là một phần quan trọng trong hầu hết các công việc. Nhân viên có thể sẽ sử dụng email để liên lạc, phần mềm để tạo tài liệu công việc và trang web để vào nhập yêu cầu nghỉ phép. Nhưng còn về hỗ trợ cụ thể mà một số người có thể cần để thực hiện công việc của họ thì sao? Hãy suy nghĩ về cách AT có thể giúp em thành công trong sự nghiệp của mình.

Ví dụ: người khiếm thị có thể dùng bản in lớn hoặc bản tô sáng để giúp họ đọc tài liệu. Người sử dụng xe lăn có thể dùng một đoạn dốc để vào tòa nhà và một bàn có thể điều chỉnh để sử dụng máy tính của họ. Các thiết bị chuyên dụng có thể được sử dụng để giúp một người có thách thức về giao tiếp truyền thống nói chuyện với đồng nghiệp hoặc khách hàng. Ứng dụng điện thoại thông minh có thể giúp người khác tập trung vào công việc và đặt báo thức để quản lý thời gian.

Công nghệ tại nhà và trong cộng đồng

Mọi người sử dụng công nghệ tại nhà và trong cộng đồng. Chúng ta sử dụng máy tính cá nhân, trợ lý thoại như Alexa và Siri và điện thoại thông minh để trò chuyện, nhắn tin, email và nhiều hơn nữa. Nhưng còn những hỗ trợ khác mà một số người có thể cần ở nhà và trong cộng đồng thì sao? AT có thể hỗ trợ em tốt hơn ở nhà và trong cộng đồng như thế nào?

Ví dụ: nếu ai đó bị khiếm thính, họ có thể sử dụng cảnh báo trực quan cho báo động hỏa hoạn và khí carbon monoxide. Họ cũng có thể sử dụng các ứng dụng điện thoại thông minh để sao chép đoạn hội thoại khi không có thông dịch viên ASL. Những người không thể di chuyển dễ dàng có thể sử dụng thanh nắm đặc biệt trong phòng tắm hoặc công cụ để giúp họ tiếp cận mọi thứ.



Lập kế hoạch công nghệ khi trưởng thành

Điểm mạnh và mục tiêu của em về công nghệ là gì? Sử dụng danh sách kiểm tra trên trang này để suy nghĩ về các kỹ năng công nghệ cần thiết cho hầu hết người lớn. Xác định các kỹ năng em đã học được để tự mình thực hiện (cột màu xanh lá), các kỹ năng em muốn học (cột màu vàng) và bất kỳ kỹ năng nào em muốn hỗ trợ để có thể thực hiện (cột màu đỏ). Em có thể sử dụng danh sách này để nói chuyện với gia đình hoặc giáo viên về mục tiêu công nghệ của mình.

Sau khi tốt nghiệp trung học:		
Em sẽ tự mình làm việc này	Em có thể tự làm việc này sau khi luyện tập ở trường.	Em sẽ cần hỗ trợ liên tục để làm việc này

Kỹ năng máy tính cơ bản:

Bật và tắt máy tính			
Dùng chuột và bàn phím			
Tìm hiểu nội dung trên máy tính và cách sử dụng			
Mở và đóng các ứng dụng phần mềm			
Quản lý tệp và thư mục			

Kỹ năng Internet:

Chọn trình duyệt web			
Tiến hành tìm kiếm trên web			
Điều hướng các trang web			
Thực hành an toàn và quyền riêng tư trực tuyến			
Quản lý tài khoản email			

Hiệu suất văn phòng:

Sử dụng trình xử lý văn bản (ví dụ: Microsoft Word)			
Tạo bảng tính (ví dụ: Microsoft Excel)			
Lập bảng thuyết trình (ví dụ: Microsoft PowerPoint)			
Sử dụng dịch vụ lưu trữ đám mây (ví dụ: Google Drive, Microsoft OneDrive)			

Công cụ giao tiếp:

Sử dụng ứng dụng nhắn tin nhanh (ví dụ: nhắn tin văn bản, WhatsApp)			
Tham gia hội thảo video (ví dụ: Zoom, Microsoft Teams)			
Quản lý an toàn tài khoản mạng xã hội			
Giao tiếp qua email hiệu quả			
Sử dụng công cụ kiểm tra chính tả và ngữ pháp			
Sử dụng lịch kỹ thuật số và lời nhắc (ví dụ: Google Calendar)			
Thiết lập cảnh báo và thông báo			

Công nghệ hỗ trợ:

Xác định và sử dụng các công nghệ hỗ trợ thích hợp			
Tùy chỉnh cài đặt trợ năng trên các thiết bị khác nhau			
Công nghệ khắc phục sự cố và sửa chữa			
Chọn và sử dụng phần mềm và phần cứng thích ứng			

Công nghệ đã giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, em là Terri, 23 tuổi. Khi lớn lên, em phải đối mặt với những thách thức sức khỏe. Nghe có vẻ đáng sợ, nhưng bố mẹ và giáo viên đã dạy em cách sử dụng các công cụ khác nhau để giúp em tự mình quản lý sức khỏe. Em bị tiểu đường, nghĩa là em phải theo dõi lượng đường trong máu. Em dùng máy theo dõi glucose. Đó là một thiết bị nhỏ kiểm tra lượng đường trong máu để em có thể đảm bảo mình khỏe mạnh.

Nhưng đó chưa phải là tất cả. Em còn bị khiếm thị, vì vậy em dùng gậy dò đường để giúp em đi lại an toàn. Gậy dò đường giống như bạn đồng hành đáng tin cậy của em, hướng dẫn em xuyên qua thế giới và giúp em vượt qua những trở ngại. Với mỗi lần chạm, em có thể cảm nhận được mặt đất bên dưới và biết phải đi đâu tiếp theo.

Em mang theo kính lúp để có thể đọc bất cứ nội dung bản in nào, ví dụ như giá cả khi mua sắm trong cửa hàng.

Ngoài ra, em bị khiếm thính, vì vậy em đeo máy trợ thính để giúp em nghe tốt hơn. Những thiết bị nhỏ xíu này nằm sau tai em và giúp khuếch đại âm thanh để em có thể giao tiếp với người khác dễ dàng hơn.

Mặc dù phải đối mặt với những thử thách này, nhưng em không để chúng kìm hãm em. Với sự giúp đỡ của công nghệ hỗ trợ, em có thể sống trọn vẹn cuộc đời mình. Em có thể dùng gậy dò đường và máy trợ thính trong khi làm việc tại cửa hàng hoa của dì em, và em đảm bảo kiểm tra lượng đường trong máu và nghỉ ngơi khi cần. Nếu không có công nghệ hỗ trợ, em sẽ không được như bây giờ!



Hãy đọc tiếp nhé

Xem qua câu chuyện của các học sinh khác để biết họ đang sử dụng công nghệ như thế nào.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong công nghệ

Lập danh sách công nghệ em sử dụng nhiều nhất ở trường. Em thích sử dụng điều gì và tại sao em lại thích?

Lập danh sách công nghệ em sử dụng tại nhà. Em cảm thấy công nghệ nào thú vị khi sử dụng? Công nghệ nào khó học nhất?

Hãy nghĩ về các loại công việc em muốn theo đuổi và nói chuyện với ai đó trong lĩnh vực nghề nghiệp đó về những công nghệ mà họ sử dụng trong công việc.

Trò chuyện với gia đình và bạn bè về cách họ sử dụng công nghệ để giúp cuộc sống trở nên dễ dàng hơn.

Hỏi giáo viên về các đề xuất của họ liên quan đến sử dụng công nghệ một cách an toàn.

Xem lại danh sách các kỹ năng công nghệ trên [trang 43](#). Chọn một hoặc hai kỹ năng cần học trong năm nay.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ:

Easterseals

Em có biết về Trung Tâm Phục Hồi Chức Năng Easterseals không? Công nghệ hỗ trợ giúp người khuyết tật về thể chất tự mình làm được nhiều việc hơn. Tại Easterseals, họ có một đội ngũ đặc biệt hỗ trợ việc này. Có những công cụ để em thử và những người có thể dạy em cách sử dụng công cụ. Đội ngũ này cũng giúp tìm kiếm cách thức chi trả cho các công cụ này. Nếu muốn tìm hiểu thêm, em có thể bấm vào liên kết sau đây hoặc gọi số 812-492-0659.

www.easterseals.com/in-sw/programs-and-services/assistive-technology-solutions/
www.easterseals.com/programs-and-services/employment-training/wfd-assistive-technology.html

Job Accommodation Network

Em có biết là có một trang web có thể giúp em tìm các công cụ có thể hỗ trợ trong công việc của mình không? Trang đó gọi là Job Accommodation Network (JAN). Họ có rất nhiều lời khuyên miễn phí, hữu ích về các công cụ em có thể sử dụng tại nơi làm việc, từ công nghệ thấp đến công nghệ cao. Trang này là nơi tuyệt vời nên truy cập nếu em cần trợ giúp tìm ra công cụ có thể phù hợp nhất với mình.

Truy cập askjan.org để tìm hiểu thêm về những điều chỉnh thích nghi trong công việc.



Điều gì sẽ xảy ra nếu em muốn tìm hiểu thêm về kế hoạch công nghệ của mình? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục **“Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ”** trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em hiện có sử dụng công nghệ hỗ trợ trong lớp học không? Nếu có thì sao?

Em có thể phát triển các kỹ năng để cải thiện khả năng tiếp cận công nghệ của mình không?

Thầy/cô đề xuất những lựa chọn công nghệ hoặc công nghệ hỗ trợ nào để giúp em đáp ứng các mục tiêu sau trung học?

Sau khi tốt nghiệp, ai có thể giúp em quản lý công nghệ hỗ trợ của mình?

Sử dụng phần để trống này để viết các câu hỏi khác mà em có về công nghệ.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch công nghệ.

Các nguồn lực về công nghệ và AT

Học tập trực tuyến

Tìm hiểu về AT thông qua các tài nguyên như:

Mô-đun Internet Công nghệ hỗ trợ (Assistive Technology Internet Modules, ATIM)

 atinternetmodules.org

Texas AT Support

 at.tea.texas.gov

Các tính năng trợ năng

Khám phá các tùy chọn giúp cá nhân hóa công nghệ, chẳng hạn như:

Google Accessibility

 about.google/belonging/disability-inclusion/product-accessibility

Apple Accessibility

 apple.com/accessibility

Trung Tâm Quốc Gia về Tài Liệu Giáo Dục Có Thể Tiếp Cận (National Center on Accessible Educational Materials, AEM)

Xem xét danh sách các tính năng công nghệ đáp ứng nhu cầu đọc sách riêng của em.

 aem.cast.org/use/personalizing-reading

Chỉ báo chất lượng cho Công nghệ hỗ trợ

Hiểu rõ các khuyến nghị khi đưa AT vào kế hoạch chuyển tiếp.

 qiat.org/indicators/indicator-6-at-in-transition

Chương Trình Hỗ Trợ Viễn Thông Chuyên Dụng (Specialized Telecommunications Assistance Program, STAP)

Khám phá phiếu thưởng các thiết bị hoặc dịch vụ hỗ trợ chuyên dụng cơ bản.

 hhs.texas.gov/services/disability/deaf-hard-hearing/stap-services

Chương Trình Tiếp Cận Công Nghệ Texas (Texas Technology Access Program, TTAP)

Khám phá các chương trình hỗ trợ tiếp cận AT dành cho người dân Texas bị khuyết tật.

 tap.disabilitystudies.utexas.edu

Trao đổi với nhân viên trường học trong các vai trò hỗ trợ AT, chẳng hạn như:

- » Chuyên gia trị liệu nghề nghiệp (OT)
- » Chuyên gia vật lý trị liệu (PT)
- » Chuyên gia trị liệu giải trí (RT)
- » Giáo viên của học sinh khiếm thị (TVI)
- » Nhà nghiên cứu bệnh học ngôn ngữ - phát âm (SLP)
- » Giáo viên của học sinh khiếm thính hoặc điếc (TODHH)
- » Chuyên gia định hướng & di động (O&M)
- » Chuyên gia Công nghệ hỗ trợ (AT)

Tài chính



Đến lúc này, có lẽ em đã nghĩ đến vấn đề tiền bạc theo nhiều cách. Có lẽ em đã quyết định sẽ chi tiêu tiền trợ cấp của mình như thế nào. Có lẽ em đã nghe gia đình nói về việc chi trả các hóa đơn. Có lẽ em có một công việc được trả lương. Khi trưởng thành, em sẽ cần đưa ra nhiều quyết định hơn về tiền bạc.

Một vài trang sau đây sẽ mô tả một số tùy chọn hỗ trợ tài chính dành cho người trưởng thành bị khuyết tật. Suy nghĩ về bất kỳ hỗ trợ tài chính nào mà em có thể sẽ cần để:

- » Có một nơi cư trú trong **cộng đồng**
- » Quản lý và chi trả cho **dịch vụ chăm sóc sức khỏe**
- » Có **sự nghiệp** trong khi vẫn duy trì phúc lợi dành cho người khuyết tật
- » Chi trả tiền **học đại học** hoặc các chương trình giáo dục sau trung học khác

Khi em tìm hiểu các lựa chọn này, hãy nhớ rằng em cần đảm bảo đủ điều kiện cho bất kỳ dịch vụ nào. Để điều kiện cho các dịch vụ bao gồm:

- » Hồ sơ về tình trạng khuyết tật của em
 - Định nghĩa về "khuyết tật" có thể thay đổi tùy theo từng chương trình.
 - Hồ sơ cần thiết chứng minh em bị khuyết tật sẽ thay đổi tùy theo từng chương trình.
- » Quy trình nộp đơn
 - Lịch nộp đơn trước khi em hy vọng nhận được dịch vụ có thể cũng khác nhau. Với một số chương trình, em cần liên hệ với một cơ quan hỗ trợ từ nhiều năm trước rồi mới có thể tiếp cận dịch vụ. Với những chương trình khác, em lại phải chờ đến gần thời điểm muốn sử dụng dịch vụ.
 - Em có thể được xác định lại về khả năng đủ điều kiện trong khi đang nhận dịch vụ.
- » Mức thu nhập và chi phí có thể ảnh hưởng đến tính đủ điều kiện
 - Thu nhập của gia đình em có thể được tính trong một số chương trình, tùy theo độ tuổi của em.
 - Thu nhập của em có thể được tính trong một số chương trình nếu em có công việc được trả lương.
 - Các chi phí liên quan đến khuyết tật đôi khi có thể được khấu trừ từ thu nhập của em, chẳng hạn như chi phí thiết bị y tế.
 - Các khoản tiết kiệm hoặc tiền khác mà em nhận được có thể được tính để xác định tình trạng đủ điều kiện.



Giờ đây em đã biết cần cân nhắc điều gì để đủ điều kiện nhận dịch vụ, hãy xem các trang sau đây để tìm thông tin về các chương trình tài chính cụ thể giúp hỗ trợ các mục tiêu của em cho **cộng đồng** (bao gồm chăm sóc sức khỏe), **sự nghiệp** và **đại học**.



Cộng đồng, bao gồm cả Quản lý sức khỏe

Miễn trừ Medicaid

"Đưa vào danh sách!" Em có thể nghe cụm từ này rất nhiều khi lập kế hoạch cho giai đoạn trưởng thành bị khuyết tật. Danh sách này đề cập đến danh sách những người quan tâm đến quyền lợi miễn trừ Medicaid ở Texas. Danh sách quan tâm đôi khi còn gọi là "danh sách chờ", bởi vì người dân Texas thường phải chờ hơn 10 năm để nhận được các dịch vụ mà họ đủ điều kiện nhận!

Các chương trình miễn trừ Medicaid bao gồm các dịch vụ cho phép người khuyết tật sống độc lập nhất có thể trong cộng đồng. Một số ví dụ về dịch vụ bao gồm trị liệu, nhân viên chăm sóc trực tiếp và sửa đổi nhà ở.

Dưới đây là bảy chương trình miễn trừ Medicaid ở Texas. Mỗi người có danh sách quan tâm riêng. Cân nhắc đưa tên em vào tất cả các danh sách quan tâm nếu em chưa làm vậy. Gia đình em có thể giúp em nếu em không thể tự thêm tên mình. Hãy thêm ngay hôm nay! Em luôn có thể từ chối dịch vụ nếu không cần đến trong tương lai.

Nếu em đã có tên trong danh sách quan tâm và đang chờ dịch vụ, hãy nhớ thường xuyên kiểm tra trạng thái của mình (hoặc kiểm tra tình trạng của trẻ) mỗi năm vào khoảng ngày sinh nhật của em để đảm bảo em vẫn còn trong danh sách.

- » Dịch Vụ Trợ Giúp và Hỗ Trợ Cuộc Sống Cộng Đồng (CLASS) — mọi lứa tuổi
- » Người điếc-mù với nhiều khuyết tật (DBMD) — mọi lứa tuổi
- » Dịch Vụ Dựa Trên Gia Đình và Cộng Đồng (HCS) — mọi lứa tuổi
- » Chương Trình Trẻ Em Phụ Thuộc Về Y Tế (MDCP) — từ 20 tuổi trở xuống
- » Dịch Vụ Dựa Trên Gia Đình và Cộng Đồng STAR+ PLUS (HCBS) — mọi lứa tuổi
- » Texas Home Living (TxHml) — mọi lứa tuổi
- » Dịch Vụ Trao Quyền Cho Thanh Thiếu Niên (YES) — từ 3 đến 18 tuổi

Medicare/Medicaid

Medicaid cung cấp bảo hiểm y tế cho người lớn, trẻ em, phụ nữ mang thai, người cao niên và người khuyết tật có thu nhập thấp đủ điều kiện. **Medicare** cung cấp bảo hiểm y tế cho những người từ 65 tuổi trở lên và một số người trẻ khuyết tật. Một số người đủ điều kiện nhận cả Medicaid và Medicare.

Tài khoản Achieving a Better Life Experience (Vi trải nghiệm cuộc sống tốt hơn, ABLE)

Tài khoản ABLE là tài khoản tiết kiệm đặc biệt cho phép người khuyết tật nhận được tiền lương hoặc tiết kiệm tiền mà không mất đi các quyền lợi cho người khuyết tật như SSI hoặc Medicaid.

Các Chương Trình Trợ Giúp Người Khuyết Tật trong Chương Trình An Sinh Xã Hội

- » Thu Nhập An Ninh Bổ Sung (SSI) trợ cấp chi phí sinh hoạt cho trẻ em hoặc người trưởng thành bị khuyết tật
- » Bảo Hiểm Người Khuyết Tật An Sinh Xã Hội (SSDI) trợ cấp cho người lao động khuyết tật và người phụ thuộc của họ
- » Quyền Lợi cho Trẻ Em Khuyết Tật (Trẻ em khuyết tật) cấp tài trợ dựa trên đóng góp của cha/mẹ vào An Sinh Xã Hội thông qua lịch sử công việc



Sự nghiệp

Các chương trình khuyến khích việc làm

Em sẽ có các lựa chọn để kiếm thêm thu nhập mà không mất đi quyền tiếp cận các dịch vụ. Nếu em nhận được hỗ trợ tài chính hoặc quyền lợi y tế, hãy hỏi cố vấn Phục hồi chức năng (VR) về các chương trình khuyến khích việc làm như:

- » Loại trừ thu nhập kiếm được của Học sinh/Sinh viên (SEIE)
- » Chi phí công việc liên quan đến khiếm khuyết (IRWE)
- » Chi phí công việc của người mù (BWE)
- » Lập kế hoạch để đạt được khả năng tự hỗ trợ (PASS)
- » Thời gian thử việc (TWP)
- » Thời hạn đủ điều kiện kéo dài (EPE)
- » Thời gian ân hạn
- » Vé đi làm (Ticket to Work, TTW)

Xem phần "**Sự nghiệp**" bắt đầu từ [trang 17](#) để biết thêm thông tin về các hỗ trợ VR.



Đại học

- » Có các chương trình trợ cấp tài chính và học bổng có sẵn cho người khuyết tật và không khuyết tật. Em có thể đăng ký học bổng dựa trên khuyết tật cụ thể hoặc các học bổng khác liên quan đến khuyết tật của em.
- » Hoàn thành Đơn Đăng Ký Trợ Cấp Sinh Viên Liên Bang Miễn Phí (FAFSA) là bước đầu tiên để tìm hiểu thêm về trợ cấp tài chính và các cách khác để chi trả học phí đại học. Xem các câu hỏi em nên đặt ra cho cố vấn tại trường trung học trên [trang 27](#) về cách hoàn thành FSA.
- » Một số người đủ điều kiện nhận dịch vụ thông qua VR có thể được hoàn trả học phí hoặc nhận trợ cấp cho các chi phí đại học khác. Hỏi ý kiến cố vấn VR của em về các lựa chọn này.

Việc lập kế hoạch tài chính giúp em như thế nào? Một câu chuyện của cha/mẹ:

Con gái tôi là Lucia, 28 tuổi. Em thích dành thời gian với bạn bè, khiêu vũ và đi nhà hàng. Em bị khuyết tật trí tuệ, rối loạn động kinh, và điếc-mù. Em rất may mắn khi có một gia đình lớn, vì vậy em không bao giờ thấy chán! Lúc nào cũng có ai đó chơi cùng.

Lucia đủ điều kiện nhận dịch vụ giáo dục đặc biệt kể từ khi sinh ra. Các chuyên gia trị liệu và giáo viên đã đề nghị chúng tôi "đưa vào danh sách" nhưng chúng tôi quá bận rộn trong việc giúp điều chỉnh mọi thứ mà em cần.

Chúng tôi cũng từng hy vọng khuyết tật của em sẽ cải thiện khi em lớn lên. Nếu có thể làm lại, chúng tôi sẽ tham gia vào danh sách quan tâm về miễn trừ Medicaid ngay khi em được chẩn đoán lần đầu. Cuối cùng thì chúng tôi cũng thêm tên em vào danh sách khi em 15 tuổi sau khi bắt đầu bị co giật.



Vào năm em 17 tuổi, Hội đồng ARD nói với chúng tôi rằng chúng tôi sẽ mất quyền đưa ra quyết định thay cho em khi em tròn 18 tuổi, mặc dù khuyết tật của em khiến em gặp khó khăn trong việc tìm hiểu các lựa chọn hoặc đưa ra quyết định lớn. Chúng tôi đã dành một khoảng thời gian dài nghĩ về việc giám hộ. Chúng tôi đã quyết định rằng cách tốt nhất là gia đình đưa ra một số quyết định thay cho Lucia. Một thẩm phán đã trao quyền giám hộ hạn chế cho các mục đích tài chính và y tế. Tôi rất vui vì chúng tôi có đủ thời gian để lập kế hoạch như một gia đình, vì vậy chúng tôi đã chuẩn bị sẵn sàng ủng hộ mục tiêu của em. Em giúp chúng ta đưa ra quyết định bằng cách cho chúng tôi biết em thích bác sĩ hay y tá nào, hoặc lựa chọn một việc thú vị để làm sau khi uống thuốc trị co giật.

Lucia đủ điều kiện nhận dịch vụ giáo dục đặc biệt sau khi em nhận đủ tín chỉ tốt nghiệp và tham gia tất cả các bài đánh giá của tiểu bang. Cả gia đình chúng tôi đã đến dự lễ bế giảng và Lucia đã rất vui! Chúng tôi đối xử với em như một sinh viên đã tốt nghiệp, nhưng vào năm sau, em đã quay trở lại với tuổi 18+. Điều đó giúp chúng tôi rất nhiều vì chúng tôi đã bắt đầu hình dung về tình hình của em trong một ngày từ trước và chúng tôi có thể hỗ trợ lịch trình của em như thế nào. Chúng tôi đã đến tìm hiểu một số chương trình đào tạo trong ngày dành cho người trưởng thành trong khu vực và không tìm thấy chương trình nào phù hợp với mục tiêu. Chúng tôi đã làm việc với các giáo viên của em để tìm ra những điều cần thiết khi phỏng vấn các nhân viên chăm sóc cá nhân. Thật khó để tìm được một người biết ngôn ngữ ký hiệu xúc giác, vì vậy chúng tôi đã nói chuyện với nhóm hỗ trợ của em để tìm ra cách dạy mọi người quen trong cuộc sống của em cách giao tiếp với em.

Việc lập kế hoạch chuyển tiếp giúp chúng tôi biết nên kết nối với những cơ quan nào để có tất cả những hỗ trợ thích hợp sau khi em tốt nghiệp. Chúng tôi muốn em có khả năng độc lập và trở thành một phần của cộng đồng. Chúng tôi cũng biết em sẽ cần rất nhiều hỗ trợ. Đôi khi chúng tôi cảm thấy một cuộc sống tốt đẹp cho em là khó mà tưởng tượng nổi, vì vậy cho phép tôi nói rằng việc các em cảm thấy quá tải và lo lắng là hoàn toàn bình thường! Hãy tiếp tục đặt câu hỏi và em sẽ tìm được cách để có được cuộc sống phù hợp với bản thân và gia đình.



Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong quản lý tiền

Hãy nghĩ về sự khác biệt giữa những điều em "cần" và những điều em "muốn".

Tìm hệ thống ngân sách phù hợp với em. Thực hành chi tiêu, tiết kiệm và chia sẻ tiền theo cách giúp em đạt được mục tiêu của mình.

Biết rõ các quyền của em về những người có thể xem hoặc chia sẻ thông tin về tiền bạc của em. Xem lại hồ sơ tài chính của em và yêu cầu một người mà em tin tưởng giúp em tìm hiểu ý nghĩa của hồ sơ tài chính liên quan đến ngân sách của em.

Tham gia chương trình đào tạo giúp quản lý tiền bạc. Em có thể học cách quản lý tiền trong các lớp học ở trường trung học hoặc thông qua các dịch vụ như HCS hoặc Trung Tâm Sống Độc Lập (CIL) tại địa phương.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Gặp Điều phối viên dịch vụ LIDA

Một trong những chương trình cộng đồng có sẵn thông qua Cơ Quan Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh (HHS) được gọi là **cơ quan khuyết tật trí tuệ và phát triển địa phương (LIDDA)**. LIDDA có sẵn cho những người đáp ứng tiêu chí khuyết tật hoặc đáp ứng các tiêu chí dịch vụ khủng hoảng khác. LIDA có thể giúp em thêm tên vào danh sách quan tâm chương trình miễn trừ Medicaid. Em có thể coi LIDA như một cửa hàng hỗ trợ y tế, xã hội, giáo dục và tài chính toàn diện, giúp em nâng cao chất lượng cuộc sống và tham gia vào cộng đồng. Người có thể giúp em điều hướng các dịch vụ có thể được gọi là "điều phối viên dịch vụ" hoặc "quản lý hồ sơ".

Điều phối viên dịch vụ LIDDA có thể:

- » Điều phối các cuộc họp xây dựng Kế Hoạch Định Hướng Cá Nhân (PDP). Kế hoạch này liệt kê các mục tiêu quan trọng với em, dựa trên những gì em chia sẻ trong cuộc họp PDP. Những người thân thiết nhất với em cũng có thể chia sẻ những gì họ biết về những điều quan trọng với em.
- » Xây dựng kế hoạch chăm sóc cá nhân (IPC). Kế hoạch này liệt kê tất cả các dịch vụ từ HCS và các tổ chức khác mà em sẽ nhận được trong năm đó.
- » Hướng dẫn em tìm đến các dịch vụ và phúc lợi khác có thể giúp em trở nên độc lập nhất có thể.

Ngoài ra còn có các chương trình cộng đồng được gọi là **cơ quan y tế tâm thần địa phương (LMHA)** và **cơ quan y tế hành vi địa phương (LBHA)** giúp phối hợp dịch vụ cho những người cần hỗ trợ để quản lý bệnh tâm thần. LBHA cũng có thể hỗ trợ trong trường hợp lạm dụng chất gây nghiện.

Vui lòng liên hệ với chính quyền địa phương nếu em cần các dịch vụ giúp sống độc lập vào bất kỳ thời điểm nào trong cuộc đời.

Để tìm chính quyền địa phương của em, hãy truy cập trang web của HHS: resources.hhs.texas.gov/pages/find-services



Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch hỗ trợ tài chính của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công để cách của em. Xem mục **“Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ”** trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có cần hỗ trợ để quản lý tiền bạc khi trưởng thành không? Nếu có, thầy/cô đề xuất loại hỗ trợ nào?

Học sinh trong trường em có thể học kỹ năng lập ngân sách và quản lý tiền ở đâu?

Em có thể học được những kỹ năng nào trong trường để giúp em quản lý tiền bạc của mình khi trưởng thành?

Em có thể thực hành chia sẻ thông tin về tình trạng khuyết tật của mình và các hỗ trợ phù hợp để giúp em quản lý tiền bạc như thế nào?

Có cơ quan hỗ trợ nào có thể giúp nhu cầu lập kế hoạch tài chính của em không?

Các câu hỏi cần hỏi đại diện của cơ quan hỗ trợ

Người đại diện này là bất kỳ ai bên ngoài trường học có thể giúp em điều hướng các lựa chọn hỗ trợ tài chính. Họ có thể là nhà cung cấp dịch vụ, nhân viên từ Các chương trình khuyến khích việc làm (WIPA) hoặc đại diện từ CIL.

Em đủ điều kiện nhận dịch vụ nào?

Em cần có những giấy tờ gì khi đăng ký dịch vụ?

Thu nhập của gia đình em hay chỉ thu nhập của em được xem xét để xác định đủ điều kiện?

Nếu em nhận được dịch vụ từ các chương trình khác thì có ảnh hưởng đến khả năng đủ điều kiện tham gia chương trình của em không?

Thầy/cô bắt đầu cung cấp dịch vụ ở độ tuổi nào? Có giới hạn độ tuổi nhận dịch vụ không?

Có danh sách chờ nhận dịch vụ không? Khi nào em nên nộp đăng ký?

Em cần gửi những thông tin nào sau khi bắt đầu nhận dịch vụ?

Có cơ quan hoặc chương trình nào khác mà thầy/cô sẽ giới thiệu cho em không?



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch tài chính.

Các nguồn lực giúp lập kế hoạch tài chính

Công cụ sàng lọc tính đủ điều kiện nhận phúc lợi

Tìm các phúc lợi An Sinh Xã Hội do Cơ Quan An Sinh Xã Hội Hoa Kỳ quản lý.

 ssabest.benefits.gov

Cơ Quan An Sinh Xã Hội (SSA)

Tìm hiểu thông tin về quyền lợi hưu trí, khuyết tật và quyền lợi của người sống sót.

 ssa.gov

Special Needs Alliance

Sử dụng danh mục để tìm luật sư giúp lập kế hoạch nhu cầu đặc biệt.

 specialneedsalliance.org

Texas ABLE (Achieving a Better Life Experience)

Tìm hiểu các lựa chọn tiết kiệm tiền để chi trả cho nhiều chi phí liên quan đến khuyết tật, quan trọng trong việc duy trì sức khỏe sinh hoạt, độc lập và chất lượng cuộc sống.

 texasable.org

Các chương trình miễn trừ Dịch Vụ và Hỗ Trợ Dài Hạn Texas (LTSS)

Xem lại danh sách các chương trình và dịch vụ miễn trừ Medicaid.

 hhs.texas.gov/sites/default/files/documents/doing-business-with-hhs/providers/resources/ltss-waivers.pdf

Texas Reality Check

Khám phá trang web do Ban Thông Tin Nghề Nghiệp & Thị Trường Lao Động của Texas Workforce Commission xây dựng. Trang web có những thông tin về mức chi phí sinh hoạt của em và số tiền em sẽ cần kiểm được để thanh toán các chi phí đó.

 texasrealitycheck.com

The Arc's Center for Future Planning

Khám phá thông tin và công cụ để giúp các gia đình lập kế hoạch cho các thành viên khuyết tật trí tuệ và/hoặc phát triển.

 futureplanning.thearc.org

Đường dây trợ giúp chương trình Ticket to Work

Liên hệ với điều phối viên khuyến khích việc làm cộng đồng (CWIC) tại chương trình lập kế hoạch và khuyến khích việc làm (WIPA). Các dự án của WIPA cung cấp tư vấn miễn phí về quyền lợi cho người thụ hưởng Thu Nhập An Sinh Xã Hội và An Sinh Bổ Sung đủ điều kiện để giúp họ đưa ra lựa chọn sáng suốt về công việc.  choosework.ssa.gov/contact

Sức khỏe



Hãy nghĩ về lần cuối cùng em đi khám bác sĩ. Ai đặt lịch hẹn cho em? Ai trao đổi với bác sĩ? Hồ sơ thăm khám đó đang ở đâu? Những câu hỏi này là một phần của kế hoạch chuyển tiếp sang chăm sóc sức khỏe người lớn.

Sức khỏe của em bao gồm sức khỏe thể chất và tinh thần. Một số người cần đi khám bác sĩ hoặc gặp nhà trị liệu thường xuyên để kiểm soát sức khỏe, trong khi những người khác đôi khi mới cần đi khám. Mọi người cần hỗ trợ nhiều hơn từ bác sĩ trong khi hồi phục sau chấn thương hoặc điều chỉnh sang một loại thuốc mới, và sẽ cần ít hỗ trợ hơn theo thời gian. Tất cả những người trưởng thành đều cần đưa ra quyết định về sức khỏe của mình trong suốt cuộc đời.

Các bác sĩ điều trị cho trẻ em được gọi là bác sĩ nhi khoa. Khi trưởng thành, các em cần tìm bác sĩ đối xử với mình như người trưởng thành. Khi em đủ 18 tuổi, có một số thay đổi quan trọng trong việc chăm sóc sức khỏe của em.

- » Thông tin y tế của em sẽ không được phép chia sẻ khi chưa có sự đồng ý của em.
- » Bác sĩ sẽ nói chuyện với em, không phải với gia đình em.
- » Em có thể yêu cầu người khác giúp em hiểu rõ các lựa chọn y tế, đưa ra quyết định về sức khỏe của em hoặc nói với bác sĩ điều em muốn.
- » Em có thể nhờ bác sĩ cho phép người mà em tin tưởng xem hồ sơ y tế của em.
- » Em có thể yêu cầu hỗ trợ từ gia đình và bạn bè đáng tin cậy để đưa ra quyết định về sức khỏe của mình.

Em sẽ có các lựa chọn để chi trả chi phí chăm sóc sức khỏe. Em có thể có bảo hiểm tư nhân, hoặc bảo hiểm thông qua công việc của mình. Em có thể được duy trì bảo hiểm theo cha mẹ. Em có thể đủ điều kiện nhận Medicaid hoặc Medicare. Xem chủ đề “**Tài chính**” trên [trang 48](#) để biết thêm thông tin liên quan đến việc chi trả các chi phí chăm sóc sức khỏe.

Hãy nghĩ về những hỗ trợ em sẽ cần để quản lý sức khỏe của mình.

Tìm bác sĩ hoặc chuyên gia mới.

Đặt lịch hẹn y tế.

Giải thích về nhu cầu sức khỏe.

Quản lý thông tin y tế, bao gồm bảo hiểm.

Hiểu rõ các lựa chọn hoặc truyền đạt quyết định về chăm sóc sức khỏe.

Mua thuốc theo toa và mua thêm theo khuyến cáo.

Dùng thuốc theo toa.

Khác: _____

Em có thể tự lo liệu.



Việc lập kế hoạch chuyển tiếp về chăm sóc sức khỏe giúp em như thế nào? Câu chuyện của một học sinh:

Xin chào, tên em là Lorelee. Năm 8 tuổi, các bác sĩ nói với gia đình em rằng em có thể không sống sót sau tai nạn xe hơi. Nhưng giờ em 27 tuổi, và em đã điều chỉnh rất nhiều những vấn đề mà người trưởng thành phải làm.

Kể từ sau vụ tai nạn xe hơi, em đã học cách sử dụng xe lăn với công tắc và máy để nói chuyện. Em có một người hỗ trợ, giúp em ăn uống và mặc quần áo. Chồng em và em sống trong một căn hộ, ngay cạnh nhà là một cặp đôi rất tốt bụng. Chúng em tổ chức bữa tối chủ nhật mỗi tuần và mời hàng xóm và bạn bè khác.

Ban đầu, việc lên kế hoạch chuyển tiếp trong thời gian học trung học rất đáng sợ vì em không thể tưởng tượng được cuộc sống khi không có bố mẹ giúp em. Bố em đặt lịch khám bác sĩ, mẹ kể thì luôn đi cùng em để giải thích những gì bác sĩ cần biết về khuyết tật của em. Bà cũng giúp bác sĩ hiểu rõ về em. Bên ngoài cái xe lăn. Thật tốt khi có ai đó làm việc đó giúp em vì em có thể thấy khó khăn nếu phải tự nói trong một tình huống căng thẳng hoặc khi em nghĩ mọi người đang bàn tán về em. Em đã từng thu mình lại.

Hội đồng ARD đã nói về những hỗ trợ em sẽ cần sau khi tốt nghiệp, và em nhớ rằng lúc đó mình đã nghĩ: "Có điều gì em không cần không?" Em không thể tưởng tượng được "sống độc lập" sẽ như thế nào với em. Họ chia thành từng bước nhỏ hơn mà em có thể làm mỗi năm. Gia đình em đặt lịch hẹn với bác sĩ nhi khoa của em để nói về việc tìm một bác sĩ điều trị cho người lớn. Em đã hỏi vài câu trong lần khám đó. Khi tìm được một bác sĩ mới, mẹ kế của em đã đi cùng em trong một vài cuộc hẹn đầu tiên, nhưng bà ở trong phòng chờ trong khi em tự nói chuyện với bác sĩ. Những việc đó giúp em xây dựng sự tự tin.

Ở trường, giáo viên giúp em lập trình thiết bị để nhanh chóng chia sẻ thông tin về em. Khả năng này giúp ích khi em bị căng thẳng và thu mình. Bác sĩ trị liệu phát âm giúp em tìm một ứng dụng điện thoại để lưu thông tin y tế của em. Em đã thực hành nói về bản thân và đặt câu hỏi với giáo viên và y tá trường học. Ở nhà, chúng em đã xây dựng một bản tóm tắt y tế mà em có thể sử dụng trong các cuộc hẹn thăm khám. Em luôn cập nhật thông tin, đặc biệt là khi thay đổi thuốc hoặc khi em nhận được bảo hiểm mới. Mỗi lần đi khám bác sĩ, em đều xem lại bản tóm tắt đó với bác sĩ để chắc chắn em không quên thông tin gì đó. Chúng em cũng thăm khám với các chuyên gia khác.

Chồng em có Giấy ủy quyền để đưa ra các quyết định y tế nếu em bệnh quá nặng và không thể tự quyết định. Chúng em thuê và sa thải các nhân viên chăm sóc cá nhân. Chúng em không bao giờ thấy chán cả! Chúng em luôn bận rộn với công việc, bạn bè, sự vui vẻ và công việc giấy tờ để quản lý các hỗ trợ này và đảm bảo mình khỏe mạnh và độc lập.





Cuộc sống của em, Tiếng nói của em: Tự quyết định trong chăm sóc sức khỏe

Đưa ra lựa chọn và đặt mục tiêu về sức khỏe của em, chẳng hạn như tập thể dục hoặc thói quen ăn uống lành mạnh.

Học cách mô tả khuyết tật của em và quyết định xem em cảm thấy thoải mái khi nói chuyện với ai về nhu cầu chăm sóc sức khỏe cá nhân/y tế của mình.

Biết rõ các quyền của em về những người có thể xem hoặc chia sẻ thông tin y tế của em.

Thực hành quản lý chăm sóc sức khỏe của em bằng cách mang theo thẻ bảo hiểm, đặt lịch khám bác sĩ hoặc đặt ít nhất một câu hỏi trong khi thăm khám.

Lưu các thông tin như tên bác sĩ, bảo hiểm và người liên hệ khẩn cấp ở nơi em có thể dễ dàng tìm thấy, chẳng hạn như ứng dụng điện thoại thông minh.

Biết nơi tìm hồ sơ y tế và sức khỏe của em. Yêu cầu một người mà em tin tưởng giúp em tìm hiểu những hồ sơ này có ý nghĩa gì với em.

Lập bản tóm tắt y tế một trang. Trao đổi với một thành viên gia đình hoặc bác sĩ đáng tin cậy về những nội dung cần đưa vào bản tóm tắt đó.

Em đã có những kỹ năng nào? Em muốn có thể làm gì tiếp theo?



Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ: Gặp Quản lý hồ sơ Medicaid

Nếu em nhận được Medicaid, em có thể được chỉ định một người quản lý hồ sơ (đôi khi còn được gọi là "điều phối viên dịch vụ") để giúp em quản lý các quyền lợi của mình. Điều phối viên dịch vụ được cung cấp bởi Medicaid hoặc chương trình bảo hiểm y tế trong Chương Trình Bảo Hiểm Y Tế Trẻ Em (CHIP). Quản lý hồ sơ có thể giúp em tìm hiểu các lựa chọn để hỗ trợ nhu cầu sức khỏe của em. Ví dụ: em có thể hỏi người quản lý hồ sơ về việc:

- » Tìm kiếm và nhận dịch vụ liên quan đến sức khỏe thể chất hoặc tinh thần của em
- » Các quyền lợi như nhân viên chăm sóc cá nhân và vật tư chăm sóc cá nhân
- » Giới thiệu đến gặp các chuyên gia
- » Đưa đón để tham gia các cuộc hẹn y tế
- » Giới thiệu đến các tổ chức cộng đồng để được giúp đỡ về các nhu cầu phi y tế
- » Những dịch vụ có thể không được bảo hiểm bởi Medicaid, chẳng hạn như hỗ trợ thực phẩm và nhà ở
- » Các dịch vụ khác hỗ trợ mục tiêu cho cuộc sống của em

Nếu em muốn nhận Medicaid, em có thể liên hệ với 2-1-1 (gọi 2-1-1 trên điện thoại hoặc truy cập 211texas.org) để hỏi về điều kiện nhận quyền lợi, bao gồm giới hạn thu nhập. Em cũng có thể hỏi về:

- » Cách sử dụng quy trình "chỉ tiêu giảm" để tính chi phí y tế theo thu nhập của em
- » Chương trình "mua tích lũy" giúp một số trẻ em có gia đình kiếm được quá nhiều tiền vẫn nhận được Medicaid, và cho phép một số người trưởng thành bị khuyết tật nhưng đang đi làm đủ điều kiện nhận Medicaid.

Em cũng có thể tìm hiểu xem em có đủ điều kiện hay không và nộp đơn bằng cách truy cập YourTexasBenefits.com.



Nếu em muốn biết thêm về kế hoạch chăm sóc sức khỏe của mình thì sao? Trước tiên, hãy xem liệu em có tìm thấy thông tin này trong IEP không. Em, gia đình hoặc người ủng hộ của em luôn có thể yêu cầu một thành viên của hội đồng ARD giúp tìm thông tin. Nếu em có thắc mắc khác, hãy liên hệ với TED của khu học chánh hoặc trường công đặc cách của em. Xem mục “**Tập trung vào các biện pháp hỗ trợ**” trên [trang 6](#) để tìm hiểu thêm về vai trò TED.

Những câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em

Em có cần hỗ trợ để quản lý sức khỏe khi trưởng thành không? Nếu có, thầy/cô đề xuất loại hỗ trợ nào?

Em có thể học được những kỹ năng nào trong trường để giúp em quản lý sức khỏe của mình khi trưởng thành?

Có cơ quan hỗ trợ nào có thể giúp nhu cầu chăm sóc sức khỏe của em không?

Những câu hỏi nên đặt ra cho bác sĩ nhi khoa của em

Khi nào em sẽ phải chuyển sang bác sĩ khác với tư cách là bệnh nhân trưởng thành?

Bác sĩ khuyên em nên đến khám với các bác sĩ nào khi trưởng thành?

Bác sĩ mới cần biết gì về em? Bác sĩ có thể giúp em tạo một bản tóm tắt y tế ngắn gọn để sử dụng với các bác sĩ mới không?

Sử dụng phần để trống này để viết các câu hỏi khác mà em có về quản lý sức khỏe khi trưởng thành.



Xây dựng kết nối

Danh sách sau đây có thể giúp em tìm các cơ quan hỗ trợ, trang web và các tài nguyên khác để hỗ trợ lập kế hoạch chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành về nhu cầu chăm sóc sức khỏe.

Các nguồn lực chăm sóc sức khỏe

Chương Trình Dành Cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên Có Nhu Cầu Chăm Sóc Sức Khỏe Đặc Biệt (CYSHCN)

Trợ giúp trẻ em từ 20 tuổi trở xuống có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt và những người bị xơ nang ở bất kỳ độ tuổi nào cải thiện sức khỏe, hạnh phúc và chất lượng cuộc sống.

☎ 800-222-3986 | ✉ cshcn@hhsc.state.tx.us

🌐 hhs.texas.gov/services/disability/children-special-health-care-needs-program

Cơ Quan Dịch Vụ Y Tế Tiểu Bang (DSHS)

Tìm văn phòng Khu Vực Y Tế Công Cộng (PHR) tại địa phương và yêu cầu thông tin về dịch vụ quản lý hồ sơ.

☎ 888-963-7111 | 🌐 dshs.texas.gov/regional-local-health-operations/public-health-regions

Chương Trình Khuyết Tật (HHS)

Cung cấp một loạt các dịch vụ cho người dân Texas bị khuyết tật giúp đảm bảo sức khỏe, phẩm giá và sự lựa chọn của họ. Các chương trình cũng được áp dụng để hỗ trợ các thành viên gia đình chăm sóc họ.

🌐 hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/programs-services/programs-children-adults-disabilities

Got Transition

Tìm các nguồn lực chuyển tiếp chăm sóc sức khỏe, chẳng hạn như mục tiêu IEP mẫu, đánh giá mức độ sẵn sàng và thiết lập ID y tế trên điện thoại.

🌐 gottransition.org

Medicaid

Tìm hiểu quyền lợi y tế cho trẻ em và gia đình có thu nhập thấp và các dịch vụ dài hạn và hỗ trợ cho người khuyết tật.

🌐 hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip

Cơ Quan Bảo Hiểm Texas

Tìm hiểu về bảo hiểm, kiểm tra tỷ lệ và nhận trợ giúp về các câu hỏi và khiếu nại của em.

🌐 tdi.texas.gov

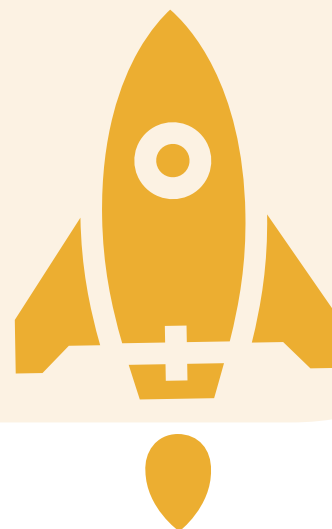
Your Texas Benefits

Nộp đơn và quản lý các phúc lợi như Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung (SNAP), Medicaid, CHIP và trợ cấp tiền mặt Trợ Giúp Tạm Thời Cho Các Gia Đình Nghèo (TANF).

🌐 yourtexasbenefits.com/Learn/Home

Hỏi bác sĩ nhi khoa về việc chuyển sang nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe người lớn.

Hành động



Em và gia đình có thể đang hỏi: Bây giờ chúng tôi có thể làm gì để chuẩn bị cho cuộc sống trưởng thành? Chúng tôi nên bắt đầu từ đâu?

Đọc từng mục trong danh sách ở các trang sau. Bắt đầu với danh sách cho độ tuổi hiện tại của em. Em sẽ tìm thấy *các kỹ năng* (những điều cần học) và *hoạt động* (những việc cần làm).

- » Đánh dấu tất cả các mục em đã hoàn tất.
- » Khoanh tròn bất kỳ mục nào em đang nỗ lực cải thiện hoặc cố gắng áp dụng đúng các hỗ trợ.

Sử dụng danh sách này để trao đổi với những người có thể giúp em lập kế hoạch cho cuộc sống sau trung học. Tìm mục "**Xây dựng kết nối**" trong Cẩm nang này để khám phá các tài nguyên. Cập nhật danh sách sau khi em hoàn thành các mục.

Chỉ thực hiện từng bước một.

Tìm cách tăng tính độc lập khi em gần đến tuổi trưởng thành. Điều quan trọng nhất là đừng bỏ cuộc!

Em có nên đánh dấu vào ô không?

Một số mục trong danh sách này cần nhiều thời gian để học hoặc hoàn thành. Không sao cả. Em có thể cảm thấy tự tin đánh dấu vào một mục nào đó là "đã hoàn thành" nếu:

- » Em có thể thể hiện kỹ năng đó một cách độc lập.
- » Em có thể chứng minh là hoạt động đã hoàn tất. Ví dụ: một bản ghi về thời điểm em đăng ký vào danh sách quan tâm về miễn trừ Medicaid.
- » Em đã thiết lập mạng lưới hỗ trợ lâu dài để có thể thực hiện kỹ năng. Ví dụ: Có người đại diện giúp quản lý ngân sách của em.

Thời thơ ấu: Sơ sinh đến 3 tuổi và/hoặc từ 3 đến 5 tuổi (không phải ở trường mẫu giáo)

Kỹ năng và Hoạt động (được gia đình hỗ trợ)

Xây dựng nhận thức về thể mạnh và sở thích trong khi chơi.

Đưa ra lựa chọn về chi tiêu hoặc tiết kiệm tiền, chẳng hạn như heo đất.

Tham gia làm việc nhà.

Nói về công việc trong gia đình.

Đưa tên trẻ vào danh sách quan tâm cho các chương trình miễn trừ Medicaid ngay khi xác định được tình trạng khuyết tật. Giữ hồ sơ xác nhận.

Tìm hiểu về người hỗ trợ cộng đồng.

Phối hợp với giáo viên của trẻ để xây dựng IEP và lên kế hoạch chuyển tiếp sang trường tiểu học.

Suy ngẫm:

Gia đình: Quý vị có thể hỗ trợ con mình xây dựng các kỹ năng tự quyết bằng cách nào?

Điều gì hỗ trợ tốt nhất cho trẻ để có thể đưa ra lựa chọn, giải quyết vấn đề hoặc điều chỉnh cảm xúc?

Quý vị làm gì để giúp trẻ học được cách làm cho chính mình?

Lưu ý:

Trường tiểu học: Mẫu giáo - Lớp 5

Kỹ năng và Hoạt động (được gia đình hỗ trợ)

Xác định thể mạnh, khó khăn và phong cách học tập.

Tìm hiểu mục đích và nội dung của chương trình giáo dục cá nhân hóa (IEP) của em.

Phát triển các kỹ năng quản lý tiền tệ, chẳng hạn như lập ngân sách trợ cấp.

Tìm hiểu về quyền và trách nhiệm của em trong trường học, ở nhà và trong cộng đồng.

Nói với mọi người về cảm giác của em và điều gì quan trọng với em. Sử dụng giọng nói, Ngôn ngữ ký hiệu Hoa Kỳ (ASL), thiết bị giao tiếp bổ sung và thay thế (AAC), ký hiệu hình ảnh hoặc bất kỳ cách nào phù hợp để giúp em giao tiếp.

Khám phá các loại nghề nghiệp và trò chuyện với gia đình về loại công việc em muốn làm khi lớn lên.

Tham dự cuộc họp ARD: Giới thiệu các thành viên hội đồng ARD và chia sẻ ý kiến của em về các lựa chọn trong trường học.

Nếu em đã có tên trong danh sách quan tâm về chương trình miễn trừ Medicaid, hãy kiểm tra tình trạng của em mỗi năm. Ghi nhớ bằng cách kiểm tra vào khoảng thời gian gần sinh nhật của em.

Tìm hiểu những việc cần làm trong trường hợp khẩn cấp.

Thực hành làm việc với người khác thông qua các hoạt động thể thao hoặc giải trí.

Suy nghĩ:

Học sinh: Hãy nghĩ về danh sách trên trang này. Chọn một điều em muốn làm trước sinh nhật tiếp theo. Ai có thể giúp em?

Lưu ý:

Gia đình: Với từng mục, hãy suy nghĩ xem việc đó quan trọng VỚI trẻ hay quan trọng CHO trẻ. Ví dụ: việc lập ngân sách trợ cấp có thể là một kỹ năng quan trọng CHO trẻ, nhưng việc mua sắm những thứ con thích có thể quan trọng nhất VỚI trẻ. Giải quyết ưu tiên và sở thích của trẻ trong khi củng cố các kỹ năng.

Sơ trung/Trung học: Lớp 6-8

Kỹ năng và Hoạt động (do học sinh dẫn dắt, có hỗ trợ khi cần thiết)

Mô tả thể mạnh, khó khăn và phong cách học tập của em.

Tham gia các bài đánh giá năng lực chuyển tiếp.

Thực hành sử dụng ngân sách để lập kế hoạch chi tiêu, tiết kiệm và chia sẻ.

Chịu trách nhiệm về bài tập ở trường, giữ ngăn nắp tài sản cá nhân và lịch trình hằng ngày của em.

Nói với mọi người về cảm giác của em và điều gì quan trọng với em bằng giọng nói, ASL, thiết bị AAC, ký hiệu hình ảnh hoặc bất kỳ cách nào phù hợp để giúp em giao tiếp.

Nghiên cứu các loại nghề nghiệp mà em quan tâm và bắt đầu tìm hiểu về các yêu cầu giáo dục cho các lĩnh vực đó.

Tìm hiểu về tình trạng sức khỏe, dị ứng hoặc thuốc mà em có và hỏi bác sĩ về độ tuổi mà họ sẽ không còn chăm sóc cho thanh thiếu niên nữa.

Tham gia cuộc họp ARD. Chia sẻ những gì phù hợp nhất với em trong lớp học.

Khám phá lộ trình tốt nghiệp trung học, bao gồm cả chứng nhận. Hoàn thành kế hoạch tốt nghiệp cá nhân (PGP) trong lớp 8 hoặc 9.

Tìm hiểu về các lớp giáo dục nghề nghiệp và kỹ thuật (CTE) có sẵn ở bậc sơ trung và trung học.

Nếu em đã có tên trong danh sách quan tâm về chương trình miễn trừ Medicaid, hãy kiểm tra tình trạng của em mỗi năm. Ghi nhớ bằng cách kiểm tra vào khoảng thời gian gần sinh nhật của em.

Chọn các lớp học phù hợp với sở thích nghề nghiệp của em và tăng tùy chọn giáo dục sau trung học.

Sắp xếp các cuộc phỏng vấn cung cấp thông tin hoặc theo dõi công việc để có thể hình dung về việc làm trong nghề nghiệp mà em đã chọn.

Suy nghĩ:

Học sinh: Hãy nghĩ về danh sách trên trang này. Chọn một điều em muốn làm hoặc học trước năm học tiếp theo. Ai có thể giúp em?

Gia đình: Với từng mục, hãy suy nghĩ về cách tăng khả năng độc lập của trẻ. Ví dụ: trẻ có thể đóng vai trò tích cực hơn trong việc đưa ra lựa chọn không? Trẻ có thể thực hiện một phần của kỹ năng không? Trẻ có thể tự mình thực hành kỹ năng với người lớn sẵn sàng hỗ trợ không? Phối hợp với giáo viên và hội đồng ARD để tìm cách tăng khả năng độc lập của trẻ một cách an toàn.

Lưu ý:

Trung học: Lớp 9-12

Kỹ năng và Hoạt động (do học sinh dẫn dắt, có hỗ trợ khi cần thiết)

Trao đổi với cố vấn của trường và hội đồng ARD về các lộ trình tốt nghiệp, bao gồm chứng nhận và các chương trình nghiên cứu CTE, có sẵn tại trường của em.

Theo đuổi kế hoạch tốt nghiệp cho phép em đáp ứng các mục tiêu sau trung học, bao gồm các lớp học CTE và các cơ hội học tập khác trên công việc phù hợp với mục tiêu sự nghiệp của em.

Cập nhật Kế hoạch tốt nghiệp cá nhân (PGP) mỗi năm để hiển thị các lớp học em đã tham gia và bất kỳ thay đổi nào về các khóa học em muốn tham gia.

Lưu danh sách các hoạt động ngoại khóa, giải thưởng và danh dự.

Điền và gửi Đơn Đăng Ký Trợ Cấp Sinh Viên Liên Bang Miễn Phí (FAFSA) hoặc Đơn Đăng Ký Trợ Cấp Tài Chính Tiểu Bang Texas (TASFA) với sự trợ giúp từ cố vấn trường học hoặc ký vào biểu mẫu không tham gia nếu em chọn không điền hoặc gửi các đơn này.

Xây dựng bản tóm tắt thành tích (SOP) cùng với giáo viên của em trước khi tốt nghiệp.

Tìm hiểu xem em có đủ điều kiện nhận các dịch vụ giáo dục đặc biệt sau khi đáp ứng các yêu cầu tốt nghiệp hay không. Các dịch vụ này thường được gọi là dịch vụ sau tuổi 18 (18+).

Nghiên cứu các yêu cầu đầu vào và chi phí cho bất kỳ chương trình giáo dục sau trung học nào mà em muốn theo đuổi.

Trao đổi với cố vấn của trường về các điều chỉnh thích nghi em cần cho kỳ thi tuyển sinh đại học.

Tìm hiểu về sự khác biệt trong các yêu cầu pháp lý đối với các trường công lập trong việc phục vụ học sinh khuyết tật theo Đạo Luật Cá Nhân Khuyết Tật trong Giáo Dục (IDEN) so với các biện pháp bảo vệ pháp lý cho người khuyết tật ở đại học, trong cộng đồng hoặc khi đi làm theo Đạo Luật Người Khuyết Tật Hoa Kỳ (ADA).

Tìm hiểu các hỗ trợ được cung cấp bởi văn phòng dịch vụ khuyết tật tại các trường đại học mà em quan tâm.

Tích lũy kinh nghiệm công việc thông qua các công việc ở trường, cuối tuần hoặc mùa hè, hoặc các cơ hội tình nguyện.

Viết sơ yếu lý lịch.

Thực hành điền đơn xin việc và quy trình phỏng vấn.

Hỏi Cố vấn phục hồi chức năng chuyển tiếp (TVRC) hoặc hội đồng ARD về các cơ hội Dịch Vụ Chuyển Tiếp Trước Khi Làm Việc (ETS) có sẵn thông qua chương trình Phục hồi chức năng (VR).

Khám phá các lựa chọn sống trong cộng đồng, chẳng hạn như sở hữu, thuê, nhà ở, ký túc xá và các tùy chọn dân cư khác.

Khám phá các tùy chọn giao thông trong cộng đồng của em (giấy phép lái xe, xe buýt, taxi, khác).

Nếu cần, khám phá các tùy chọn đi lại chuyên dụng trong cộng đồng của em và tham gia khóa đào tạo đi lại để tìm hiểu cách thức di chuyển trong cộng đồng một cách độc lập. Khóa đào tạo đi lại có thể được cung cấp trong trường.

Liên hệ với các cơ quan có thể cung cấp các dịch vụ cần thiết ở tuổi trưởng thành để tìm hiểu về tính đủ điều kiện và quy trình nộp đơn đăng ký.

Nếu em đã có tên trong danh sách quan tâm về chương trình miễn trừ Medicaid, hãy kiểm tra tình trạng của em mỗi năm. Ghi nhớ bằng cách kiểm tra vào khoảng thời gian gần sinh nhật của em.

Xây dựng mạng lưới hỗ trợ. Tiếp cận những người thân thiết có thể muốn giúp em đạt được mục tiêu của mình trong cuộc sống. Hỏi trường học về kế hoạch tập trung vào cá nhân giúp em thiết lập mạng lưới của mình.

Nếu em nhận được Thu Nhập An Sinh Bổ Sung (SSI), hãy hỏi TVRC về các chương trình khuyến khích việc làm để đảm bảo em duy trì được quyền lợi này trong khi đi làm kiếm thu nhập.

Tìm hiểu về quản lý tiền bạc, bao gồm thẻ tín dụng và phí ngân hàng.

Thi lấy giấy phép lái xe hoặc ID tiểu bang.

Trao đổi với bác sĩ và công ty bảo hiểm hoặc nhà cung cấp phúc lợi về những thay đổi khi em trưởng thành.

Tìm các bác sĩ chăm sóc chính và chuyên khoa chấp nhận thăm khám cho người trưởng thành.

Lập bản tóm tắt y tế để sử dụng trong các lần khám bác sĩ.

Thực hành quản lý chăm sóc sức khỏe của riêng em, chẳng hạn như mua thuốc theo toa và tuân theo lịch dùng thuốc hoặc mô tả tình trạng sức khỏe.

Thực hành nói về khuyết tật của em với các giáo viên đáng tin cậy. Mô tả những hỗ trợ em cần để thành công ở trường học, ở nhà hoặc trong cộng đồng.

Thực hành mô tả các thế mạnh của em.

Tìm hiểu về những hỗ trợ giúp đưa ra quyết định pháp lý, chẳng hạn như sử dụng thỏa thuận ra quyết định có hỗ trợ (SDMA) để cho phép một người hỗ trợ xem xét các lựa chọn cùng với em và truyền đạt quyết định của em.

Quản lý lịch trình và hoạt động của em.

Quyết định xem em có muốn trường học chia sẻ thông tin về em với các công ty dịch vụ hoặc mời đại diện của các cơ quan đến dự cuộc họp ARD của em hay không.

Dẫn dắt cuộc họp ARD bằng cách chia sẻ thông tin về thế mạnh, sở thích, mục tiêu và nhu cầu liên quan đến khuyết tật của em.

Cân nhắc các cơ hội lãnh đạo, chẳng hạn như cố vấn cho học sinh trẻ hoặc tham gia các câu lạc bộ học sinh, sinh viên.

Vào ngày sinh nhật 17 tuổi, xem lại thông tin mà trường học chia sẻ về việc chuyển giao các quyền.

Trước sinh nhật 18 tuổi, quyết định xem em có cần hỗ trợ để đưa ra các quyết định pháp lý và các quyết định khác không. Nếu em quyết định cần hỗ trợ chính thức cho các quyết định ở tuổi trưởng thành, hãy đảm bảo em chuẩn bị sẵn các giấy tờ cần thiết trước 18 tuổi.

Ở tuổi 18: Đăng ký bỏ phiếu nếu em quyết định muốn tham gia các cuộc bầu cử.

Ở tuổi 18: Nếu em là nam giới, đăng ký Dịch Vụ Chọn Lọc vào ngày sinh nhật thứ 18.

Suy nghĩ:

Học sinh: Xem danh sách trong chương này. Em muốn bổ sung thêm điều gì vào kế hoạch chuyển tiếp của mình? Em sẽ nói chuyện với hội đồng ARD về điều em muốn như thế nào?

Gia đình: Tìm cách lùi lại và để cho trẻ tự đưa ra quyết định cho nhiều lĩnh vực hơn trong cuộc sống. Nói chuyện như một gia đình về những hỗ trợ cho trẻ khi đủ tuổi trưởng thành, bao gồm đưa ra các quyết định pháp lý.

Lưu ý:

Sau trung học: 18-22 tuổi và suốt tuổi trưởng thành

Kỹ năng và Hoạt động (do người trưởng thành dẫn dắt, có hỗ trợ khi cần thiết)

Mô tả các thể mạnh, nhu cầu của em và giải thích các hỗ trợ có hiệu quả với em.

Nói với mọi người về những điều em muốn trong cuộc sống bằng phương pháp giao tiếp ưa thích.

Quản lý tiền bạc của em, bao gồm mọi phúc lợi, tiền lương và thu nhập khác.

Quản lý giấy tờ cần thiết cho bất kỳ dịch vụ hoặc phúc lợi nào em nhận được.

Quản lý chăm sóc sức khỏe của em, bao gồm bảo hiểm và chi phí y tế.

Sử dụng kỹ năng công việc để thăng tiến trong sự nghiệp của em.

Sử dụng các lựa chọn giao thông trong cộng đồng của em.

Nộp đơn đăng ký Thu Nhập An Sinh Bổ Sung (SSI) khi đủ 18 tuổi dựa trên thu nhập của em.

Yêu cầu cần thiết tại nơi làm việc của em.

Yêu cầu điều chỉnh thích nghi với văn phòng dịch vụ khuyết tật của trường đại học.

Xác định xem em có muốn một thành viên gia đình hoặc người hỗ trợ xem thông tin về tài khoản ngân hàng, thẻ tín dụng, hồ sơ y tế hoặc thẻ báo cáo ở đại học hay không.

Suy ngẫm:

Nếu em tiếp tục được đăng ký vào trường để nhận các dịch vụ giáo dục đặc biệt sau khi đáp ứng các yêu cầu tốt nghiệp: Em hình dung một ngày của mình sẽ như thế nào khi em 25 tuổi? Em sẽ đi đâu? Em sẽ làm công việc gì? Bạn bè của em là ai? Em có thể đi lại như thế nào nếu không có xe buýt trường học? Em muốn học điều gì? Em có muốn theo đuổi chương trình cấp bằng hay chứng chỉ nào không?

Sử dụng thời gian em có với hỗ trợ của trường để thiết lập lịch trình cho người trưởng thành và mọi hỗ trợ cần thiết.

Lưu ý:



Những điều cần biết về các lựa chọn tốt nghiệp của em!

Chương Trình Trung Học Đại Cương

Chương Trình Trung Học Đại Cương (tea.texas.gov/about-tea/news-and-multimedia/brochures/tea-brochures) xác định các yêu cầu mà tất cả học sinh trường công lập Texas phải đáp ứng để được nhận bằng tốt nghiệp trung học. Thông tin trên trang này có thể giúp em hiểu rõ các yêu cầu tốt nghiệp. Điều quan trọng là em phải biết về các cơ hội có sẵn tại trường học và các lựa chọn để giúp em nhận hỗ trợ.

Để nhận được bằng tốt nghiệp thông qua Chương Trình Trung Học Đại Cương, em cần đạt ít nhất 22 tín chỉ (hoặc nhiều hơn nếu trường học yêu cầu) trong các lĩnh vực sau:

- » 4 tín chỉ Tiếng Anh
- » 3 tín chỉ Toán học
- » 3 tín chỉ Khoa học
- » 3 tín chỉ Nghiên cứu xã hội
- » 2 tín chỉ ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh
- » 1 tín chỉ Mỹ thuật
- » 1 tín chỉ Giáo dục thể chất
- » 5 tín chỉ Môn tự chọn

Khóa học là cơ hội học tập (thường là lớp học) đề cập đến chương trình giảng dạy trong một lĩnh vực chủ đề. **Tín chỉ** là một đơn vị đo lường được trao khi hoàn thành khóa học trung học thành công.

Ngoài tín chỉ học tập, em cần tham gia các bài đánh giá cuối khóa học (EOC) cho môn Tiếng Anh I và II, Đại số I, Sinh học và Lịch sử Hoa Kỳ. Cố vấn trường học có thể giúp em tìm hiểu các yêu cầu khác, chẳng hạn như thể hiện trình độ thành thạo trong một số kỹ năng nói/giao tiếp nhất định.

Hỗ trợ cho người khuyết tật

Hội đồng nhập học, xét duyệt và rời trường (ARD) sẽ giúp em cân nhắc các dịch vụ giáo dục đặc biệt cho lớp học của mình. Hãy cùng xem một vài ví dụ về điều chỉnh thích ứng cho học sinh khuyết tật.

Điều chỉnh thích nghi giúp giảm hoặc thậm chí loại bỏ ảnh hưởng của khuyết tật đến các nhiệm vụ học tập, nhưng không thay đổi kỳ vọng học tập. Điều chỉnh thích nghi có thể thay đổi cách em học thông tin mới hoặc cách em thể hiện những gì đã học. Các điều chỉnh này không thay đổi mức độ thành thạo cho tất cả học sinh trong khóa học.

Sửa đổi giúp giảm số lượng hoặc mức độ phức tạp trong chương trình đào tạo cho một khóa học. Em sẽ học được những điều tương tự, nhưng sẽ không được kỳ vọng đáp ứng mức độ thành thạo giống như tất cả học sinh trong khóa học.

Hãy nghĩ về một trong những lớp học em sẽ tham gia năm nay. Em có biết mình đang nhận điều chỉnh thích nghi hay sửa đổi trong lớp học đó không? Có lẽ em không cần điều chỉnh thích ứng nào trong lớp đó!

Mỗi học sinh đủ điều kiện nhận bằng tốt nghiệp giống nhau ở Texas, bất kể các em cần loại hỗ trợ nào. Nếu em cần sửa đổi trong bất kỳ lớp học nào, hãy trao đổi với hội đồng ARD về việc điều đó có thay đổi các lựa chọn tốt nghiệp mà em muốn theo đuổi hay không.

Chứng nhận

Em có thể nhận được một hoặc nhiều xác nhận đặc biệt được gọi là chứng nhận như là một phần của bằng tốt nghiệp trung học. Chứng nhận là một chuỗi các lớp học được nhóm theo bộ sở thích hoặc kỹ năng. Các lớp học giúp em học hỏi nhiều về một chủ đề hoặc chuẩn bị cho một công việc tốt. Mọi chương trình giáo dục nghề nghiệp và kỹ thuật (CTE) đều có chứng nhận. Không phải tất cả các trường đều cung cấp chứng nhận, vì vậy hãy kiểm tra với cố vấn trường về những chứng nhận mà trường học của em cung cấp.

Để nhận được chứng nhận, em cần đạt đủ 26 tín chỉ, bao gồm các tín chỉ bổ sung về toán, khoa học và môn tự chọn.

Các lĩnh vực chứng nhận

- » Khoa học, Công nghệ, Kỹ thuật và Toán học (STEM)
- » Kinh doanh và Công nghiệp
- » Nghệ thuật và Nhân văn
- » Dịch vụ công cộng
- » Nghiên cứu đa ngành

Em có thể chọn nhận thêm các ghi nhận bổ sung được gọi là **Xác Nhận Thành Tích** và **Mức Thành Tích Xuất Sắc**.

Xác Nhận Thành Tích

- » Các khóa học tín chỉ kép/đại học
- » Song ngữ
- » PSAT, PreACT, SAT, hoặc ACT
- » Kỳ thi Xếp lớp nâng cao (AP) hoặc kỳ thi tú tài quốc tế (IB)
- » Nhận giấy phép hoặc chứng nhận kinh doanh được liên bang hoặc quốc tế công nhận

Mức Thành Tích Xuất Sắc

- » 4 tín chỉ Toán (phải bao gồm Đại số II)
- » 4 tín chỉ Khoa học
- » Yêu cầu chương trình giảng dạy cho Chương Trình Trung Học Đại Cương và ít nhất một lĩnh vực chứng nhận

Trao đổi với cố vấn của trường về kế hoạch học tập cho bậc trung học và sau đó. Sử dụng kế hoạch tốt nghiệp cá nhân của em để thảo luận về các lớp học em muốn tham gia và lịch trình để nhận bằng tốt nghiệp. Xem danh sách các câu hỏi nên đặt ra cho hội đồng ARD của em trên trang 8 và 27 để biết ý tưởng về những điều cần thảo luận khi em lập kế hoạch nhận bằng tốt nghiệp.

Ứng phó với những thay đổi trong cuộc sống trưởng thành: *Em phải làm gì nếu mọi chuyện không như kế hoạch*

Cuộc sống có thể có những thay đổi bất ngờ, và người trưởng thành cần sẵn sàng ứng phó với những thay đổi. Các cơ quan hỗ trợ luôn sẵn sàng giúp em giải quyết những lo ngại mà em có thể có liên quan đến khuyết tật của mình.



Phân biệt đối xử với người khuyết tật

Văn Phòng Quyền Dân Sự

hhs.gov/civil-rights/for-individuals/disability

Disability Rights Texas

drtx.org



Nhận các dịch vụ thích hợp từ Cơ quan hỗ trợ

Phân biệt đối xử với người khuyết tật của Texas Workforce Commission (TWC)

twc.texas.gov/jobseekers/disability-discrimination

Đường Dây Nóng Pháp Lý cho người dân Texas

texaslawhelp.org/directory/legal-resource/legal-hotline-texans-texas-legal-services-center



Điều chỉnh thích nghi trong giáo dục đại học

Hội Đồng Điều Phối Giáo Dục Đại Học Texas

highereds.texas.gov/student-complaints



Mất việc

Liên hệ với văn phòng Phục hồi chức năng (VR) tại địa phương

webp.twc.state.tx.us/services/VRLookup

Liên hệ với văn phòng Giải Pháp Nhân Lực tại địa phương

twc.texas.gov/directory-workforce-solutions-offices-services

Đăng ký làm việc tại Texas

workintexas.com/vosnet



Tài chính hoặc Nhà ở

Your Texas Benefits

yourtexasbenefits.com/Learn

Tìm trợ giúp

findhelp.org



An toàn của em

Trang web Đường dây nóng về lạm dụng của Ban Dịch Vụ Gia Đình và Bảo Vệ

txabusehotline.org | 1-800-252-5400

Ủy Ban Dịch Vụ Y Tế và Nhân Sinh (HHSC) tư vấn cho các nạn nhân bạo lực gia đình gọi đến Đường Dây Nóng Bạo Lực Gia Đình Liên Bang 24 giờ theo số 800-799-SAFE (7233) hoặc TDD 800-787-3224.

Nếu em đang trong tình huống khẩn cấp và cần trợ giúp ngay từ sở cảnh sát địa phương, hãy gọi số 9-1-1.

Xây dựng kết nối



Ai có thể giúp đỡ?

Khi em lập kế hoạch chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành, em không cần phải tự mình làm mọi thứ. Hãy kết nối với các cơ quan hỗ trợ, con người và địa điểm có thể giúp em.

Em có thấy các phần "**Xây dựng kết nối**" cho mỗi chủ đề trong cẩm nang này không? Sử dụng các danh sách đó để tập trung vào các hỗ trợ cho một chủ đề cụ thể. Khoanh tròn bất kỳ nguồn lực nào em muốn tìm hiểu thêm. Danh sách trên các trang sau đây bao gồm các nguồn lực trong nhiều lĩnh vực khác nhau giúp lập kế hoạch chuyển tiếp.

Xây dựng kết nối để được hỗ trợ cho kế hoạch chuyển tiếp CỦA EM bắt đầu tại đây! Sử dụng kế hoạch hành động trên [trang 69](#) để bắt đầu các bước tiếp theo liên quan đến hỗ trợ. Em sẽ có các nguồn lực cần thiết để đáp ứng các mục tiêu sau trung học, thậm chí trước khi em để ý đến.



*Lộ trình hướng tới
Nguồn Lực Chuyển Tiếp
của Texas*

Nguồn lực

2-1-1 Texas

Kết nối với các dịch vụ bằng cách gọi đến đường dây nóng dịch vụ xã hội ẩn danh miễn phí hoạt động 24 giờ/ngày, 7 ngày/tuần, 365 ngày/năm.

Quay số 2-1-1 hoặc (877) 541-7905 | 211texas.org

Cơ Quan Dịch Vụ Gia Đình và Bảo Vệ (DFPS)

Tìm hiểu về các dịch vụ trong cộng đồng thúc đẩy gia đình an toàn và lành mạnh, đồng thời bảo vệ các nhóm trẻ em và người lớn dễ bị lạm dụng, bỏ bê và bóc lột.

dfps.texas.gov/1_Am/foster-youth.asp

Cơ Quan Dịch Vụ Y Tế Tiểu Bang (DSHS)

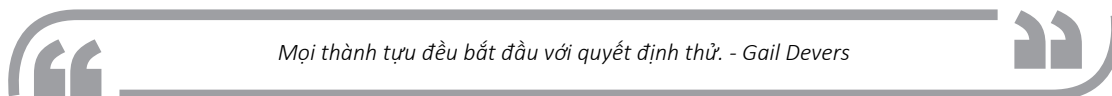
Tìm hiểu về các dịch vụ giúp bảo vệ sức khỏe của con người và cộng đồng nơi họ sống, học hỏi, làm việc, thờ phượng và giải trí.

888-963-7111 | dshs.texas.gov

Danh Mục Nguồn Lực Cộng Đồng Dành Cho Người Khuyết Tật

Khám phá các tổ chức và cơ quan ở Texas cung cấp các tài nguyên và dịch vụ dành riêng cho người khuyết tật.

dcr.tamu.edu



Nguồn lực(tiếp)

Ủy Ban Dịch Vụ Y Tế và Nhân Sinh (HHSC)

Tìm hiểu về các chương trình hỗ trợ thực phẩm, chăm sóc sức khỏe, an toàn và dịch vụ thảm họa cho các gia đình. Các chương trình này bao gồm các chương trình Hỗ Trợ Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Em (WIC), Medicaid của Trẻ Em và Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung (SNAP).

☎ 1-877-787-8999 | 🌐 hhs.texas.gov

Chương trình miễn trừ Medicaid

Tìm hiểu tổng quan về các dịch vụ và tính đủ điều kiện, thông tin liên hệ và liên kết đến trang web HHSC cho từng chương trình miễn trừ Medicaid.

🌐 txhealthsteps.com/static/courses/waivers/sections/section-1-4.html

SPEDTex

Khám phá thông tin và tài nguyên giúp em hiểu rõ tình trạng khuyết tật của mình, cũng như các quyền và trách nhiệm của em theo Đạo Luật Giáo Dục cho Cá Nhân Khuyết Tật (IDEA).

🌐 spedtex.org | ☎ 1-855-773-3839 | ✉ inquire@spedtex.org

Texas Workforce Solutions

Tìm các dịch vụ phát triển lực lượng lao động để giúp em tìm và duy trì công việc tốt.

Danh mục các văn phòng & dịch vụ Giải Pháp Nhân Lực

🌐 twc.texas.gov/directory-workforce-solutions-offices-services

Nhóm tương tác nhanh TWS: Trình định vị văn phòng VR

☎ 512-936-6400 | 🌐 webp.twc.state.tx.us/services/VRLookup | ✉ vr.office.locator@twc.state.tx.us

WorkInTexas.com: Dịch Vụ Kết Nối Việc Làm

🌐 workintexas.com/vosnet

Nếu em không có quyền tiếp cận máy tính, hãy yêu cầu hội đồng ARD hoặc TED giúp em tìm thông tin cần thiết.

Các kết nối của em

Những lĩnh vực em muốn tìm hỗ trợ:

Lập kế hoạch chuyển tiếp trong IEP của em

Đi lại

Quyền hợp pháp và quyền tự quyết

Công nghệ

Sự nghiệp

Tài chính

Đại học

Sức khỏe

Cộng đồng

Một trang web em sẽ truy cập tuần này: _____

Một số điện thoại em sẽ gọi vào tháng này: _____

Một dịch vụ em sẽ thiết lập trước khi rời trường trung học: _____



Quá trình chuyển tiếp sang giai đoạn trưởng thành của em như thế nào?

Khảo sát kết quả sau trung học

Một năm sau khi em rời trường công lập, em có thể được mời tham gia khảo sát ngắn. Đó là Khảo sát kết quả sau trung học (PSOS).

Mỗi tiểu bang được yêu cầu triển khai PSOS trong Kế Hoạch Thành Tích Tiểu Bang (SPP). Mục đích của PSOS là tìm hiểu xem học sinh làm việc như thế nào sau khi tốt nghiệp. Học sinh có đăng ký chương trình giáo dục sau trung học, chẳng hạn như đại học hoặc chương trình đào tạo không? Học sinh có đi làm không? Những phần nào trong trải nghiệm học tập của học sinh có ích nhất giúp kết nối em với kết quả học tập tích cực? Việc thu thập dữ liệu này có thể được sử dụng để hướng dẫn những cải tiến cho các dịch vụ giáo dục và chuyển tiếp đặc biệt ở địa phương.

Em sẽ được liên hệ bằng cách nào?

Em có thể nhận được cuộc gọi, tin nhắn, email hoặc bưu thiếp yêu cầu em tham gia PSOS. Nếu em có bất kỳ lo ngại nào về lời mời nhận được, hãy liên hệ với **SPEDTex**:



1-855-773-3839



inquire@spedtex.org

Ai có thể hoàn thành PSOS?

Các học sinh đã rời trường hoặc gia đình các em có thể hoàn thành khảo sát. Số định danh cá nhân (PIN) được gán cho mỗi học sinh đã tốt nghiệp để đảm bảo không đếm các phản hồi trùng lặp hai lần. Ví dụ: nếu em đang sống ở trường đại học và hoàn thành khảo sát sau khi nhận được tin nhắn văn bản và cha mẹ của em cũng hoàn thành khảo sát sau khi nhận được cuộc gọi điện thoại thì cả hai câu trả lời sẽ được kết nối với cùng mã PIN.

Điều gì sẽ xảy ra với thông tin của em nếu em quyết định tham gia khảo sát?

Kết quả khảo sát được báo cáo theo định dạng số và tỷ lệ phần trăm. Họ tên và thông tin mật khác sẽ không được chia sẻ. Báo cáo không bao gồm thông tin định danh cá nhân của học sinh hoặc gia đình.

Làm thế nào em có thể chắc chắn rằng em đã tham gia?

Khi tốt nghiệp trường công lập, hãy chia sẻ thông tin liên hệ của em với trường học. **Trao đổi với viên chức đăng ký để đảm bảo địa chỉ email cá nhân và số điện thoại của em được liệt kê trong hệ thống của họ.** Địa chỉ email trường học của em sẽ không còn khả dụng sau khi em tốt nghiệp. Cung cấp cho họ thông tin liên hệ mà em có thể vẫn đang sử dụng một năm sau khi tốt nghiệp hoặc rời trường.

Tham gia khảo sát này sẽ có lợi cho các học sinh trên khắp Texas. Có càng nhiều học sinh cũ tham gia thì dữ liệu sẽ càng đáng tin cậy và hữu ích, đặc biệt là ở cấp địa phương.



Để tìm hiểu thêm về PSOS ở Texas, hãy truy cập:
[spedsupport.tea.texas.gov/
resource-library/sppi-14-post-school-
outcomes-survey](https://spedsupport.tea.texas.gov/resource-library/sppi-14-post-school-outcomes-survey)





TEA/Texas SPED Support trân trọng ghi nhận đóng góp của các đối tác trong việc xây dựng cẩm nang này. Trong đó có nhiều học sinh, cha mẹ, nhà giáo dục, viên chức quản trị, nhà vận động, người ủng hộ, đại diện cơ quan hỗ trợ và nhà cung cấp cộng đồng đã dành thời gian, đưa ra quan điểm và đề xuất thấu đáo.

