



План для вашего юноши или девушки

Поддержка при составлении индивидуального плана программы (IPP) для юноши или девушки (в возрасте от 14-22 лет) ориентируясь на индивидуальность человека.



Составление индивидуального плана программы (IPP) вашего юноши или девушки ориентируясь на индивидуальность человека.

Это руководство, состоящее из четырех частей, призвано помочь семьям составить индивидуальный план программы (IPP) для своего юноши или девушки (в возрасте от 14-22 лет), ориентированный на человека. В него входит рабочая тетрадь, которая поможет семье определить предпочтения, сильные стороны и потребности юноши или девушки, а также их цели. В этом руководстве содержатся рекомендации для встречи по планированию индивидуального плана. Здесь вы найдете информацию о переходе от школы к услугам для взрослых.

Благодарность

Материалы данного руководства основаны на публикациях **Это мой выбор (Совет губернатора Миннесоты по вопросам нарушений развития)** и **Больше, чем встреча (Департамента социального обеспечения людей с нарушениями в развитии штата Калифорния - DDS)**

Особая благодарность Коллин Вик и Совету губернатора Миннесоты по вопросам нарушений развития за разрешение адаптировать часть материалов и формат публикации *Это мой выбор* для этого руководства в штате Калифорния.

Благодарим также Уильяма Аллена из компании Allen, Shea & Associates и Мэри Лу Борн из компании Person Centered Consulting за их работу над этим руководством.

Лицензия на изображение:

Художник Трейси Мени, "Бабочка" (2020)





СОДЕРЖАНИЕ

Об этом руководстве стр. 2

Прежде чем начать стр. 3

Часть 1 Подготовка к составлению

Индивидуального плана программы для взрослой жизни (ИПР)

для вашего юноши или девушки стр. 5

- **О вашем юноше или девушке** стр. 8
- **Часть 1.5** Планирование переходного периода стр. 17

Часть 2 До встречи по планированию стр. 24

Часть 3 Встреча по планированию стр. 29

Часть 4 После встречи по планированию стр. 36

Примечания стр. 42





ОБ ЭТОМ РУКОВОДСТВЕ

Это руководство предназначено для семей с юношами и девушками в возрасте от 14 до 22 лет с умственной отсталостью или нарушением развития и зачисленными в региональный центр по закону Лантермана. Это руководство подготовлено для того, чтобы помочь юношам и девушкам, а также их родителям, опекунам или другим членам семьи определить и записать предпочтения, сильные стороны и цели юноши или девушки. Все это важные составляющие создания эффективного индивидуального плана. Руководство также поможет вам:

- Продумать, что вы хотите обсудить в процессе создания ИПР и как сосредоточиться на том, что наиболее важно для вашего юноши или девушки и вашей семьи, и определить эти потребности.
- В процессе совместной разработки плана поделиться культурными и языковыми предпочтениями вашего юноши или девушки.
- Узнать о правах вашей семьи и о том, как важно использовать свои права в процессе планирования.
- Проанализировать план вашего подростка, чтобы убедиться, что в нем отражены его предпочтения и потребности, а также наилучший способ оказания ему поддержки.




ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧАТЬ ДОСТУПНЫЙ ЯЗЫК

Это руководство написано доступным языком. При написании текстов доступным языком для объяснения используются обычные слова. Доступный язык означает, что его легко понять. Такой стиль письма демонстрирует уважение ко всем. **Люди с нарушениями развития, их семьи, друзья и защитники интересов должны иметь такой же ДОСТУП к информации, как и другие люди.** Доступ означает получение информации, когда она вам нужна, и понимание написанного, чтобы:

- Люди с нарушениями развития, которые читают руководство, могли читать и пользоваться им.
- Семьи и друзья, которые защищают их интересы тех, кто не умеет читать, могли его легко объяснить.
- Текст легко можно было перевести на другие языки, сохранив тот же смысл.
- Мы все могли одинаково понимать информацию.

ПРИМЕЧАНИЕ О КУЛЬТУРЕ

По всему руководству вы увидите этот символ  для вопросов, которые могут помочь вам рассказать о том, насколько важны культура и индивидуальные особенности для вашей семьи, вашего юноши или девушки. Когда вы увидите этот символ, обязательно поделитесь своими мыслями о культуре и индивидуальных особенностях, которые имеют наибольшее значение для развития вашего юноши или девушки.

ПРИМЕЧАНИЕ О ЯЗЫКЕ

Хотя в этом руководстве используется язык «сначала человек», мы признаем, что некоторые предпочитают язык «сначала идентичность». Какой бы язык вы ни предпочитали, мы все согласны с тем, что именно приоритеты вашего юноши или девушки определяют процесс IPP. Когда речь будет идти о юношах и девушках в возрасте от 14 до 22 лет, мы будем использовать слова "**юноша или девушка**" или "**молодые люди**". Когда речь будет идти об ухаживающем лице, родителе или других ответственных взрослых в жизни юноши или девушки, мы будем использовать слово "**семья**".

Расскажите своему координатору услуг, какие слова вы выбрали для обозначения себя и своего юноши или девушки.



Некоторые слова и термины, используемые при планировании IPP

Слово или термин Что это значит

СФЕРА ЖИЗНИ

Область жизни юноши или девушки, в которой вы можете поставить такие цели, как *трудоустройство, отношения или участие в жизни общества*.

ПОТРЕБНОСТЬ

Здесь говорится о том, что необходимо человеку (например, услуги и поддержка) для достижения цели.

РЕЗУЛЬТАТ

Это то, что происходит на самом деле с той или иной целью, например, *Джерри одевается сам* или *Моника живет в собственной квартире*.

КОРОТКАЯ И ДОЛГОСРОЧНАЯ ПЕРСПЕКТИВА

"Краткосрочная" - это то, что произойдет в ближайшее время. Через год или меньше. "Долгосрочная" - это то, что произойдет, например, в период от двух до двадцати лет.

КООРДИНАТОР УСЛУГ

Координатор услуг - это сотрудник регионального центра, который поможет вам определить, какие услуги и поддержка необходимы вашему юноше или девушке для достижения краткосрочных и долгосрочных целей вашей семьи.

УСПЕХИ/СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ

Это то, что человек умеет или любит делать, о прогрессе в достижении целей прошлого года или о том, чему он научился.

ПЛАНИРОВАНИЕ ПЕРЕХОДА

Планирование, которое помогает молодым людям сменить место жительства, перейти в другую школу, с работы на учебу или в программу для взрослых.

Если есть другие слова или термины, используемые при планировании IPP, о которых вы хотите спросить своего координатора услуг, просто запишите их и спросите:



Часть 1

**Подготовка к созданию ИРР для
вашего юноши или девушки,
ориентируясь на индивидуальность
человека**



Что такое планирование, ориентированное на человека?

Планирование, ориентированное на человека - это способ для вашей семьи рассказать другим людям о том, что является наиболее важным для вашего юноши или девушки. Оно начинается с разговора родителей с другими помощниками - учителем, друзьями или другими людьми в жизни вашего юноши или девушки. В результате вы сможете описать:

- Жизненные цели вашего юноши или девушки и то, какая поддержка поможет ему достичь этих целей.
- Что ваш подросток любит делать для развлечения.
- Что умеет ваш юноша или девушка и какими способностями, по их мнению, они обладают.

Беседа поможет выяснить, что нравится вашему юноше или девушке и что мешает вашей семье жить так, как вы хотите, в выбранном вами сообществе. Это должно быть сделано так, чтобы все уважали и прислушивались к идеям друг друга.

Самое важное, что нужно помнить о планировании, ориентированном на человека, - это:

- Вы и ваш юноша или девушка - эксперты в их жизни.
- Ваша семья находится в центре внимания.
- Ваш окончательный план должен отражать то, как ваша семья предпочитает жить.





Практика, ориентированная на человека, и ваш индивидуальный план программы (IPP)

(из книги "Руководство пользователя по закону Лантермана")

Закон Лантермана - это закон штата Калифорния, который обещает услуги и поддержку людям с нарушениями развития и их семьям. Эти услуги и поддержка предоставляются через 21 региональный центр и их поставщиков услуг. Индивидуальный план программы (IPP) - это соглашение между вашим юношей или девушкой и семьей и региональным центром. IPP очень важен, потому что в нем перечислены цели вашего юноши или девушки, а также услуги и поддержка, которые региональный центр поможет вам получить. Данное руководство поможет вам подготовиться к этой встрече.

Координатор услуг вашего регионального центра будет использовать методы, ориентированные на человека, работая с вами над следующим IPP вашего юноши или девушки. Новый IPP будет включать в себя следующее:

- Важные сведения **о вашем юноше или девушке** и **информацию о встрече по IPP.**
- Как **общается** ваш юноша или девушка и ваше **представление о его/ее будущем.**
- Как ваш юноша или девушка будет учиться **принимать решения** и какие **сферы жизни** важны для вашего юноши или девушки.
- Что делать в **чрезвычайной ситуации.**

Мероприятия и контрольные списки, содержащиеся в этом руководстве, использовались в различных целях. Любой из материалов может быть скопирован или изменен в соответствии с вашими потребностями.



О вашем юноше или девушке

Эта рабочая
тетрадь посвящена:

О чем здесь идет речь?

На следующих нескольких страницах у вас будет возможность подумать о жизни вашего юноши или девушки. Это возможность записать, какие вещи важны для вашего юноши или девушки и какая поддержка им нужна в повседневной жизни. На каждой странице вы найдете несколько вопросов о вашем юноше или девушке и место для примечаний.

Вы можете принести эту информацию на следующую встречу по планированию, чтобы помочь вам и вашему координатору услуг составить индивидуальный план программы (IPP) для вашего юноши или девушки.

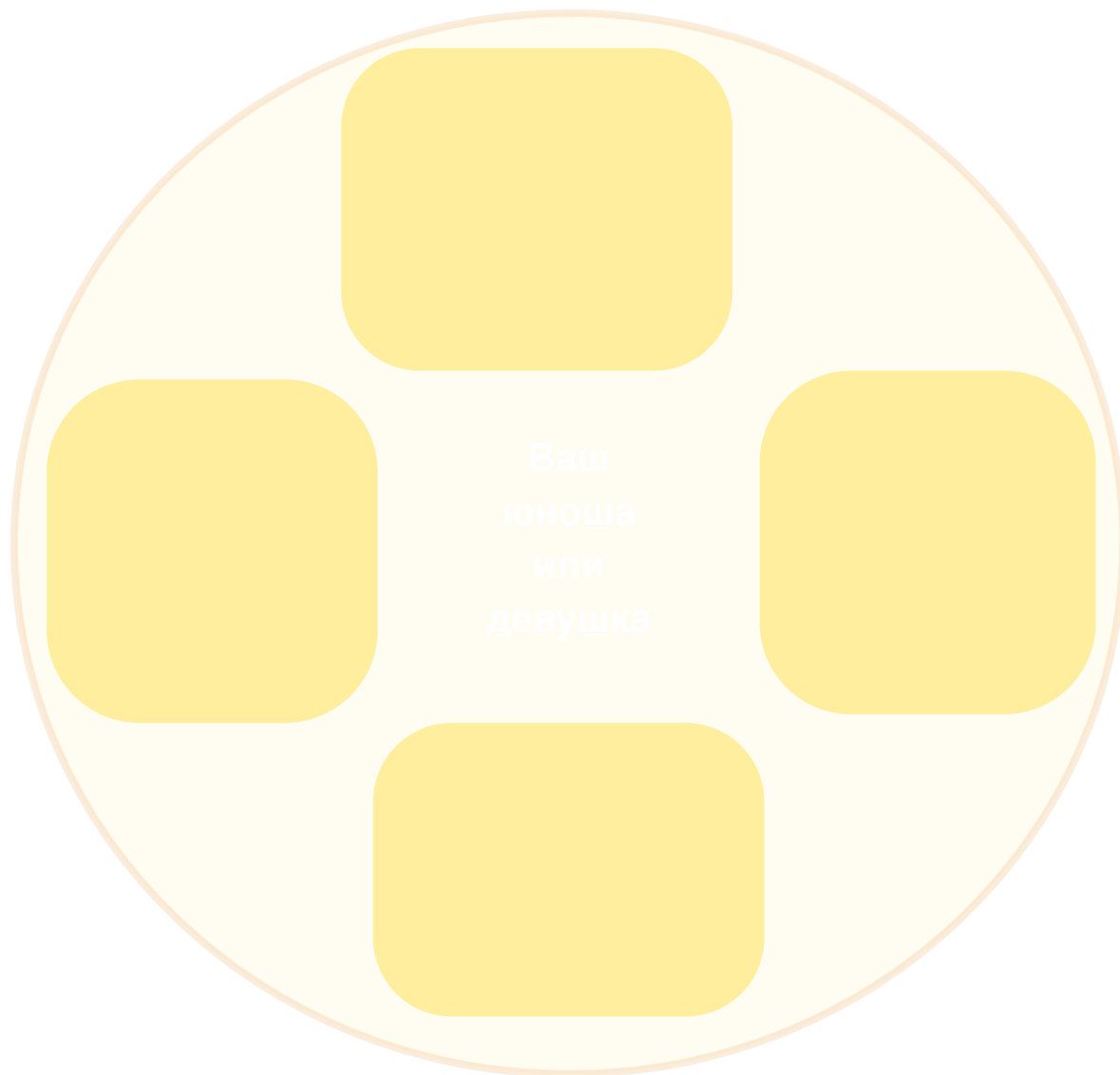
Вы также можете использовать свои записи для составления **описания на одной странице, которое** можно использовать дома, в школе и/или любой службе, оказывающей поддержку вашего юноши или девушки.

Примечание: Это лишь один из способов начать создание IPP. Посмотрите **Примечания** в конце этого руководства, где приводится перечень других способов начать планирование, или спросите своего координатора услуг о местных ресурсах.



Люди, которые играют важную роль в жизни вашего юноши или девушки

Подумайте о людях, к которым ваш юноша или девушка наиболее привязаны. Это могут быть люди, к которым ваши юноша или девушка обращаются за помощью или с которыми им веселее всего. Люди, которые лучше всех знают вашего юношу или девушку и заботятся о них. Это люди, которые могут помочь вам описать, что важно для вашего юноши или девушки. Запишите их имена в цветной круг вокруг центрального круга со словами «Ваш юноша или девушка». Это могут быть родственники, люди в школе, друзья и соседи. Предложите им поделиться своими мыслями, пока вы отвечаете на вопросы на следующих страницах.





Что вы цените и отмечаете в вашем юноше или девушке

Это место, где можно рассказать обо всех замечательных вещах, которые вы и другие ценят в вашем юноше или девушке. Ваши записи могут включать в себя:

- Положительные качества, сильные стороны и способности
- Что вам и другим нравится в вашем юноше или девушке
- Что ваш юноша или девушка делает такого, что заставляет других людей улыбаться
- Чем вы и другие восхищаются или что ценят в вашем юноше или девушке

Ваши примечания





Важно для вашего юноши или девушки

Что важно для вашего юноши или девушки с их точки зрения:

- Вещи в жизни, которые помогают вашему юноше или девушке чувствовать удовлетворение, удовольствие, комфорт, самореализацию и радость
- Люди, с которыми он или она предпочитает быть вместе, или отношения, на которые он или она больше всего полагается
- Любимые занятия и места для посещения (хобби/интересы, когда и как часто)
- Важные повседневные действия
- Их индивидуальные особенности, группы людей, с которыми он или она предпочитают быть связан(а)
- Какие аспекты собственного наследия ему или ей наиболее близки

Ваши примечания





Важно для вашего юноши или девушки

Это те вещи, которые вы и другие считают необходимыми для поддержки вашего юноши или девушки:

- оставаться в безопасности и быть здоровыми;
- не поддаваться страху, например, запугиванию или издевательствам;
- быть ценным и полезным членом сообщества, которое он или она выбрал(а); и
- научиться брать на себя ответственность.

Ваши примечания





Что нужно знать людям, чтобы наилучшим образом поддержать вашего юношу или девушку?

- Какая поддержка может быть полезной?
- Какую информацию нужно знать, чтобы поддержать вашего юношу или девушку?
- Есть ли места, где требуется разная поддержка?
- Какие навыки необходимы?
- Какой тип людей лучше всего подходит для вашего юноши или девушки?
- Что необходимо для того, чтобы помочь другим общаться с вашим юношей или девушкой?

Ваши примечания



Вы можете использовать информацию, записанную здесь, для создания **описания на одну страницу**. Его можно использовать в качестве справочного руководства для домашнего, вспомогательного персонала и работников программы. **Дополнительную информацию см. на стр. 15.**



Перспектива на будущее

- Каковы ваши планы на будущее и долгосрочные цели для вашего юноши или девушки?
- Что вы хотите, чтобы ваш юноша или девушка умел(а) делать, когда он или она закончит школу?
- Как может выглядеть идеальная жизнь для вашего юноши или девушки? Где он или она будет жить? Учиться или на работать? Заниматься общественной деятельностью? Формировать отношения? Получать услуги и поддержку?
- Какие шаги нужно предпринять вам и другим, чтобы помочь вашему юноше или девушке достичь этих целей?

Ваши примечания



Такая перспектива на будущее поможет вам сформировать долгосрочные цели как для школьного индивидуального плана обучения (IEP), так и для IPP регионального центра. Посмотрите **Примечания** в конце этого руководства, где приводится перечень других способов определить перспективу на будущее. Пересматривайте свою перспективу каждый год, чтобы проверить прогресс и при необходимости внести в нее коррективы.



Описание на одной странице

Когда у вас будет время, вы можете воспользоваться информацией из раздела **О вашем юноше или девушке** и составить описание на одну страницу. Здесь находится описание Софи на одну страницу. Ее родители используют его для представления ее новым учителям средней школы. Вы можете использовать его в различных целях. Например, когда ваш юноша или девушка начинает новый год в школе, записывается в клуб или новую спортивную команду либо переходит в новую школу, службу для взрослых или переезжает на новое место жительства.

Цель состоит в том, чтобы содействовать оказанию помощи, ориентированной на человека, в какой бы обстановке он или она ни находились. На следующей странице вы найдете место для вашего «описания на одну страницу», а также контрольный список, который поможет поддержать вашего юношу или девушку в планировании перехода.

Профили или описания на одну страницу были впервые разработаны Хелен Сандерсон и учебным сообществом по лично-ориентированному мышлению.

Описание на одной странице для: Софи

Что людям нравится во мне и чем они восхищаются:

- Лепкий характер
- Самостоятельно принимаю решения
- Руководжу встречами по своему планированию
- Даю другим понять, чего хочу
- Моя любовь к книгам
- Я не позволяю себе расстраиваться

Как лучше всего поддерживать меня:

- Найдите время, чтобы лучше меня узнать
- Дайте мне время попрактиковаться делать новые вещи
- Когда я злюсь, помогите мне справиться с гневом
- Поощряйте меня за участие в школьных мероприятиях
- Напоминайте мне о необходимости принимать лекарства от припадков
- Знайте мой план действий во время припадков и будьте готовы его использовать
- Я застенчива, и мне трудно привыкнуть к новым учителям и другим ученикам



Что для меня важно:

- Самостоятельно принимаю решения
- Посещать библиотеку
- Занятия на свежем воздухе в школе и дома
- Получать необходимую поддержку во время припадков
- Моя семья, родные и друзья из старого района
- Навещать сестру в колледже
- Посещать школьные спортивные мероприятия
- Люди, которые честны со мной и понимают меня
- Ездить в летний лагерь
- Добиваться поставленных целей и хорошо выполнять свою работу
- Знать, куда обратиться, если мне нужна помощь



Образец описание на одной странице

Описание на одной странице для:

Что людям нравится и чем они восхищаются

Как лучше поддерживать

Добавить фото

Что важно для



Часть 1.5

Подготовка: планирование перехода

Примечание: Если вы думаете о переходе вашего юноши или девушки из школы к услугам для взрослых, этот раздел для вас. Если вы уже разработали план перехода или еще не готовы, вы можете перейти к части 2.



Планирование перехода с командой вашего регионального центра

Когда ваш юноша или девушка переходит в среднюю школу, вашей семье уже пора начинать думать о переходе из школы. Школа, в которой учится ваш юноша или девушка, отвечает за разработку индивидуального плана перехода как части индивидуального плана образования (IEP). Однако вы также можете начать планировать переход из школы вместе с командой IPP вашего регионального центра. Вот некоторые вещи, которые вы можете сделать или обсудить со своим координатором услуг и группой планирования IPP.

Рассмотрите возможность внесения дополнений в IPP вашего юноши или девушки:

- Перспектива на будущее и цели, необходимые для ее поддержки.
- Навыки мобильности по месту жительства, обучение пользованию общественным транспортом и поездкам по мере необходимости.
- Цели, касающиеся безопасности в обществе и навыков оказания экстренной помощи, по мере необходимости.

Спросите об этом свою команду планирования:

- Финансовые ресурсы, которые будут доступны вашему юноше или девушке, такие как Social Security, SSI/SSP или Medi-Cal.
- Варианты проживания, такие как лицензированные дома, услуги поддерживаемого проживания или услуги для независимого проживания, а также 8-я программа.
- Возможности трудоустройства, дневные и профессиональные услуги для взрослых.
- Медицинские указания, доверенности, назначение представителя, трасты для лиц с особыми потребностями и опекуны.

Узнайте больше о возможностях школы и общества:

- Общественные мероприятия, доступные через местные департаменты парков и отдыха.
- Образовательные и переходные программы, доступные в вашей школе.
- Муниципальные колледжи и четырехлетние университеты.
- Волонтерство и общественная работа.
- Получение удостоверения личности через Департамент транспортных средств (DMV), регистрация для голосования.
- Регистрация в системе воинского учета.



Региональные центры и школы совместно работают над переходным периодом

Цель совместной работы региональных центров и школ - обеспечить плавный переход к взрослой жизни для учащихся с ограниченными возможностями. Вот некоторые способы, с помощью которых региональные центры и школы могут совместно работать над планами перехода:

- **Контактные лица для переходного периода:** Региональные центры могут наладить партнерские отношения с местными школьными округами, чтобы помочь детям перейти из средней школы к услугам для взрослых.
- **Индивидуальные планы программы (IPP):** Региональные центры могут помочь разработать IPP, в которых указаны услуги и поддержка, необходимые и предпочтительные для ученика. Встречи по IPP ориентированы на человека, то есть они сосредоточены на выборе и предпочтениях ученика.
- **Межведомственное сотрудничество:** Школьный персонал и представители общественности могут совместно работать над созданием команд, которые будут решать вопросы, связанные с переходом после окончания школы.
- **Консультанты Департамента реабилитации (DOR):** Консультанты DOR могут помочь с планированием перехода к трудоустройству, включая составление индивидуального плана по трудоустройству.

Ресурсы, которые могут помочь в планировании перехода, включают:

- **Основные принципы успеха:** Документ, определяющий основные меры по развитию образования и карьеры.
- **Политика «занятость превыше всего»:** Ресурсы и рекомендации по оказанию помощи молодым людям переходного возраста в разработке целей по окончании средней школы.



Навыки переходного периода, которые следует включить в IPR и IEP вашего юноши или девушки

Переход от школы к взрослой жизни - сложная задача для всех учеников. Существует ряд навыков, которые могут облегчить этот переход. Навыки переходного периода для подростков и молодых людей могут включать в себя:

- **Уход за собой:** Базовый уход за собой, стоматология, зрение, медицинское обслуживание, сексуальность и психическое здоровье.
- **Управление денежными средствами:** Составление бюджета, отслеживание расходов, подсчет сдачи и открытие чекового счета.
- **Бытовые навыки:** Планирование питания, приготовление пищи, стирка, утилизация и уборка.
- **Социальные навыки:** Эффективное общение, построение отношений, понимание социальных ситуаций и знакомства.
- **Самозащита:** Понимание того, как ваши ограниченные возможности влияют на вас и умение постоять за себя.
- **Решение проблем:** Решение распространенных проблем в повседневной жизни.
- **Безопасность:** Обеспечение безопасности в обществе и защита частной жизни.
- **Транспорт:** Обучение вождению и пользование общественным транспортом.
- **Профессиональные навыки:** Компьютерные навыки, этикет на рабочем месте и навыки обучения.

На следующей странице приведены некоторые советы по обучению навыкам перехода.



Советы по обучению навыкам переходного периода

Важно подумать о том, как увеличить шансы молодых людей получить навыки, которые помогут им в переходный период, и убедиться, что эти возможности включены в IPP.

В плане вашего юноши или девушки должны быть перечислены виды поддержки и услуг, которые помогут ему или ей научиться тому, что будет способствовать достижению целей перехода - например, ездить на автобусе, одеваться или ладить с другими людьми.

Подростки и молодые люди часто учатся новым навыкам у тех, кто их окружает, и в местах, где эти навыки используются естественным образом. Ниже приведены другие примеры того, когда молодые люди учатся лучше всего.

- **Когда они используют реальные вещи** - например, используют настоящие деньги, покупая что-то в магазине.
- **Когда они осваивают новые навыки в то время, когда это обычно происходит,** - например, как ездить на автобусе, совершая поездку в школу, или как готовить, помогая готовить еду.
- **Наблюдая за другими людьми** - например, они учатся делать работу по дому, наблюдая за другими людьми или помогая им.
- **Когда то, чему они учатся, приносит пользу** - например, использование смарт-часов или компьютера, игра с другими подростками или езда на велосипеде.



Контрольный список для планирования перехода от школы к услугам для взрослых

Вы можете использовать приведенный ниже контрольный список вместе с **описанием на одной странице** и **перспективой на будущее**, чтобы помочь себе и своему юноше или девушке в планировании перехода. Сядьте вместе с вашим юношей или девушкой и прочтите контрольный список. Вы можете взять это с собой на встречи в школе (IEP) и региональном центре (IPP), чтобы помочь себе и своему подростку составить план перехода, ориентированный на конкретного человека. Вы также можете использовать его для подготовки ответов на вопросы о **сферах жизни для постановки целей** для следующей встречи по IPP на странице 25. Если вам нужна дополнительная информация об услугах, обратитесь к представителю школы или регионального центра.

Жилье

Где/с кем вы хотите жить после окончания школы?

- дома с семьей?
- самостоятельно?
- с соседями по комнате?
- другое:

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

- собственный дом
- опека совершеннолетних
- поддерживаемое проживание
- дом для совместного проживания
- модификации дома
- другое:

Поддержка на дому

Вам нужна поддержка, чтобы позаботиться о себе?

- ездить на автобусе?
- стирать?
- покупать еду?
- оплачивать счета?
- готовить и убирать?
- другое:

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

- социальные навыки
- управление денежными средствами
- личный уход
- ведение домашнего хозяйства
- другое:

Здравоохранение/Здоровье

Вам нужна поддержка, чтобы сохранить здоровье?

- принимать лекарства?
- питаться здоровой пищей и вести активный образ жизни?
- добираться до врача и обратно?
- другое:

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

- уход за зубами
- медицинское страхование
- профилактические медицинские осмотры
- физическая активность/тренировки
- питание
- сексуальность
- инвалидность и специальное медицинское обслуживание
- другое:



Контрольный список для планирования перехода от школы к услугам для взрослых (продолжение)

Трудоустройство

Будете ли вы искать работу или услуги по обучению?

вам нужна помощь в поиске работы?

вам нужна помощь в сохранении работы?

существуют ли услуги по обучению, которые могут помочь вам на рынке труда?

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

работа с поддержкой

обучение по месту жительства

программы муниципальных колледжей

образование для взрослых

волонтерство

другое:

Личный/эмоциональный рост

Какая поддержка вам понадобится от других людей?

для встречи с друзьями и семьей?

для общественной деятельности и отдыха?

для свиданий?

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

личный помощник/ассистент

религиозные общины

социально-оздоровительные мероприятия

семейная жизнь

социальные сети

другое:

Выбор/Защита интересов

Какая поддержка вам нужна, чтобы защищать свои интересы?

обучение навыкам уверенности в себе?

понимание прав?

понимание льгот?

Возможно, вам понадобится дополнительная информация:

группы по защите собственных прав

консультирование

юридическая помощь

голосование

другое:



Часть 2

До встречи по планированию



Сферы жизни для постановки целей на встрече по IPP

Во время встречи по IPP вы и ваш юноша или девушка определите одну или несколько целей IPP. Эти цели будут относиться к одной или нескольким из перечисленных ниже сфер жизни, исходя из того, что вы знаете о сильных сторонах вашего юноши или девушки и его/ее потребностях в поддержке. Просмотрите свои **Примечания** в разделе **О вашем юноше или девушке** и (если вы его заполнили) **Контрольный список для переходного периода** и отметьте ниже те сферы жизни, которые лучше всего отражают то, что вы записали.

Сферы жизни

Цели, о которых вы, возможно, захотите поговорить

Выбор/Защита интересов	<input type="checkbox"/>	Выборы и решения, которые, как вы надеетесь, ваш юноша или девушка будет принимать в будущем. Для юноши или девушки это может быть обучение каким-либо обязанностям или выбор одежды, обучение самовыражению и установлению личных границ. Нуждается ли ваш юноша или девушка в защитнике интересов? Возникнет ли такая потребность в будущем?
Участие в жизни общества	<input type="checkbox"/>	Интересы, хобби, занятия и места, которые нравятся вашему юноше или девушке. Новые способы, с помощью которых вашему юноше или девушке хотелось бы проводить время в обществе.
Образование/Обучение	<input type="checkbox"/>	Цели в школе для вашего юноши или девушки. Или новые вещи, которым вашему юноше или девушке хотелось бы научиться.
Трудоустройство	<input type="checkbox"/>	Найти работу или сменить ее. Поддержка, которая нужна вашему юноше или девушке, чтобы найти и сохранить работу.
Здравоохранение/Здоровье	<input type="checkbox"/>	Изменения в медицинских потребностях или лекарствах вашего юноши или девушки. Новые врачи или новые проблемы со здоровьем в вашей жизни.
Домашняя жизнь/Жилье	<input type="checkbox"/>	Изменения в услугах и поддержке, в которых нуждается ваш юноша или девушка дома, смена жилья или повышение доступности и безопасности вашего дома.

Продолжение на следующей странице



Сферы жизни

Цели, о которых вы, возможно, захотите поговорить

Доходы/Финансы

Возможно, вы захотите поговорить о льготах, которые получает ваш юноша или девушка, или о том, как он/она может зарабатывать деньги в будущем, или о том, научиться тратить и копить деньги.

**Личный/
эмоциональный
рост**

Услуги и поддержка, которые могут понадобиться вашему юноше или девушке для обеспечения его/ее эмоционального благополучия и/или психического здоровья.

Отношения

Помощь, которая может понадобиться вашему юноше или девушке в построении здоровых отношений с друзьями, семьей и другими людьми

Безопасность

Любые идеи, которые есть у вас или у вашей команды по поводу безопасности юноши или девушки дома или в обществе. Помочь вашему юноше или девушке начать понимать границы

**Поддержка
на дому**

Изменения в предпочтениях, потребностях и поддержке вашего юноши или девушки дома

Транспорт

Способы, с помощью которых ваш юноша или девушка передвигается в обществе сейчас, и изменения в транспортных услугах, которые помогут ему/ей быть вовлеченным в жизнь общества.

Дополнительные области целей поддержки, которые вы хотите включить в IPP вашего юноши или девушки:

Вы почти готовы к встрече! Есть еще несколько моментов, о которых стоит подумать, и вы найдете их в части 2: До встречи по планированию.



Помощь юноше или девушке в принятии решений

Важная часть взросления - это научиться говорить за себя и со временем принимать все более важные решения. Это помогает сформировать важные навыки, необходимые для самозащиты во взрослой жизни. Используйте следующую таблицу в качестве руководства для работы с юношей или девушкой и для планирования целей.

Ответственность и навыки принятия решений	В каком возрасте этот навык важен для моего юноши или девушки?	Как этому можно научиться? Какая поддержка необходима?
Передвижение по городу		
Управление денежными средствами		
Покупки личных вещей		
Проживание самостоятельно или с соседями по комнате		
Понимание социальных границ и границ взаимоотношений		
Получение и сохранение работы		
Принятие безопасных решений		



Индивидуальное планирование программы и права вашего юноши или девушки

Нелишним будет ознакомиться с вашими правами до встречи по планированию.

Права молодых людей и их семей в процессе создания IPP включают:

Кто присутствует на встрече -

- Пригласите людей, которых вы и ваш юноша или девушка хотели бы видеть на встрече по его/ее IPP.
- Пригласите людей, которым вы доверяете, чтобы они поддержали вашего юношу или девушку.
- Переводчик или координатор (помощник), если он вам нужен.

Как проводится встреча -

- К вам будут обращаться по имени и с употреблением личных местоимений по вашему выбору.
- Вы получите информацию на родном языке вашего юноши или девушки и семьи.

Качество встречи -

- Скажите, когда и где должна состояться встреча.
- Получите ответы на все вопросы и проблемы как можно скорее.
- Выберите услуги и поддержку, которые необходимы вашему юноше или девушке, чтобы жить и работать более независимо.
- Выберите услуги и поддержку для своего юноши или девушки в максимально интегрированных условиях и в выбранном ими сообществе.

Когда вы не согласны с частью встречи или плана -

- Знайте, что делать, если вашему юноше или девушке или вам что-то не нравится в плане.
- Вы можете выразить несогласие с изменениями в услугах, включенных в IPP вашего юноши или девушки.



Часть 3

Встреча по планированию



ЧТО СЛЕДУЕТ СДЕЛАТЬ ДО ВСТРЕЧИ ПО IPP:

Если у вашего юноши или девушки есть план, составленный в прошлом году, просмотрите его. Подумайте и поговорите о том, что было хорошо, а что не очень. Просмотрите **контрольный список сфер жизни для постановки целей**, чтобы убедиться, что он охватывает все, что вы хотите включить в свою встречу. Убедитесь, что на встречу приглашены все, кого вы хотите, а сама встреча проходит в удобном для вашей семьи месте и в удобное время. Если вам нужен переводчик, обязательно попросите его. Если у вас есть вопросы по поводу целей или поддержки, которую получает ваш юноша или девушка в настоящее время, обязательно запишите их.

ВОТ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ДЕЛАТЬ НА ВСТРЕЧЕ ПО IPP:

- Просмотрите эту тетрадь и принесите все имеющиеся у вас записи, чтобы убедиться, что вы рассказали обо всем, что есть в вашем списке.
- Будьте позитивны, это встреча для вашей семьи, и все присутствующие хотят вам помочь.
- Поощряйте своего юношу или девушку высказывать свое мнение и участвовать в разработке своего плана.
- Задавайте вопросы и делайте паузы, чтобы убедиться, что юноша или девушка понимает, о чем идет речь.
- Делайте записи или приведите человека, который будет делать записи за вас.
- Напомните людям, что вы здесь для того, чтобы составить план, который поможет вашему юноше или девушке научиться делать больше вещей самостоятельно дома, в школе, на работе и в обществе.
- Если вы не согласны с тем, что написано в IPP, обратитесь к своему координатору услуг и узнайте о возможностях обжалования.



Индивидуальный план программы (ИРР) вашего юноши или девушки

На следующих страницах вы увидите, как выглядят разделы индивидуального плана программы. Все региональные центры в Калифорнии используют ИРР, включающий эти разделы. ИРР будет разработан с использованием процесса, ориентированного на человека. Вот некоторая информация, которую должен содержать ИРР вашего юноши или девушки:

- Что происходит в жизни вашего юноши или девушки;
- Уникальное сочетание сильных сторон, качеств, способностей и навыков вашего юноши или девушки;
- Что важно для вашего юноши или девушки;
- Цели и перспектива на будущее вашего юноши или девушки;
- Список услуг и поддержки, который вы и ваша группа планирования согласовали.

Встречи ИРР могут проводиться настолько часто, насколько это необходимо по мере изменения потребностей или целей вашего юноши или девушки.

Вы можете собрать свою группу планирования, связавшись с вашим координатором услуг.



Разделы, которые вы найдете в IPR вашего юноши или девушки

Введение

Здесь вы расскажете о важных моментах, которые, как вы считаете, людям следует знать о вашем юноше или девушке, что людям нравится и чем они восхищаются в вашем юноше или девушке, и чем он/она сам(а) больше всего гордится в своей жизни.

Как разрабатывался этот план

Речь идет о встрече по планированию. Где проходила встреча? Кто был на встрече? Как все участвовали во встрече?

Перспектива на будущее

Здесь вы делитесь информацией о краткосрочных и долгосрочных целях вашего юноши или девушки. "Краткосрочная" -это то, что произойдет в ближайшее время, например, через год или меньше. "Долгосрочная" - это то, что произойдет, например, в период от двух до двадцати лет.

Общение

То, как мы общаемся, очень важно. Вы хотите, чтобы люди понимали вашего юношу или девушку. Здесь вы расскажете о том, как ваш юноша или девушка любит общаться. Как лучше всего общаться с вашим юношей или девушкой? Что нужно знать другим, чтобы общаться с вашим юношей или девушкой? Есть ли у вашего юноши или девушки вспомогательные средства или приспособления, необходимые ему/ей для общения? Как ваш юноша или девушка показывает, что он/она понимает? Подумайте, какой еще важной информацией вы хотите поделиться.

Продолжение на следующей странице



Использовали ли вы раздел **О вашем юноше или девушке** этой рабочей тетради при подготовке к встрече? Если вы это сделали, информацию об этих частях вашего IPR можно найти в следующих разделах:

- Что вы цените и отмечаете в вашем юноше или девушке
- Что полезно и что важно для вашего юноши или девушки
- Что нужно знать людям, чтобы наилучшим образом поддерживать вашего юношу или девушку?
- Перспектива на будущее
- Описание на одной странице



Другие разделы, которые вы найдете в IPP вашего юноши или девушки



Принятие решений

Какие решения вы принимаете за своего юношу или девушку?
Какие решения принимает ваш юноша или девушка? Участвует ли еще кто-нибудь в принятии решений в отношении вашего юноши или девушки?

Сфера жизни

Это способ рассказать о целях вашего юноши или девушки и поддержке, необходимой для достижения этих целей. В каждой сфере жизни вы найдете желаемый результат и цель для наиболее важных аспектов жизни вашего юноши или девушки. Там также будет информация о том, что нужно сделать, чтобы помочь вашему юноше или девушке достичь этой цели. Вы можете включить столько сфер жизни, сколько захотите. В IPP должна быть указана хотя бы одна сфера жизни.

План действий в чрезвычайной ситуации

Каждый человек может столкнуться с чрезвычайной ситуацией в своей жизни, но наличие плана поможет вашему юноше или девушке и окружающим людям знать, что делать. Есть ли у вас план действий в чрезвычайных ситуациях для вашего юноши или девушки? Какие меры необходимо предпринять, чтобы сохранить здоровье и безопасность вашего юноши или девушки в чрезвычайной ситуации? С кем следует связаться в случае чрезвычайной ситуации? Что необходимо знать и делать, чтобы поддержать юношу или девушку в чрезвычайной ситуации?

Использовали ли вы раздел **О вашем юноше или девушке** в этой рабочей тетради при подготовке к встрече? Если да, то эту информацию можно найти в разделе:

- Перспектива на будущее
- Сферы жизни для постановки целей на встрече по IPP
- Что полезно и что важно для вашего юноши или девушки
- Что нужно знать людям, чтобы наилучшим образом поддерживать вашего юношу или девушку?



Соглашение об индивидуальном плане программы для вашего юноши или девушки и бланк для подписания

Услуги и поддержка

Во время встречи по IPP вы обсудите желаемые цели вашего юноши или девушки в различных сферах жизни. Сюда будет добавлена информация об услугах и поддержке, которые необходимы ему/ей для достижения этих целей. Вы найдете следующую информацию:

- Кто будет предоставлять услуги
- Когда начнется и когда закончится действие плана
- Какой объем услуг будет предоставляться
- Как часто ваш юноша или девушка будет получать услугу
- Кто оплачивает услугу

Договор об оказании услуг

В этом разделе вы укажете, согласны ли вы на все услуги или только на некоторые из них. Вы также можете принять решение о проведении еще одной встречи по IPP в течение 15 дней или позже, чтобы подробнее обсудить услуги для вашего юноши или девушки, если вы и региональный центр не пришли к согласию. Если вы и региональный центр все равно не пришли к согласию, вы можете попросить, чтобы вам направили уведомление о принятом решении. Это письменный документ, объясняющий принятое решение.

Договор об IPP и бланк для подписания должны быть заполнены на встрече по IPP вашего юноши или девушки. **Это важный бланк.**

Когда все покинут встречу по IPP, вы должны знать:

- Желаемые результаты для каждой цели в жизни вашего юноши или девушки.
- Услуги и поддержка, которые помогут вашему юноше или девушке достичь этих целей.
- Услуги, с которыми вы согласны, или услуги, с которыми вы не согласны.
- Как часто вы будете проводить встречи по IPP.
- Какие потребности могут возникнуть у вашего юноши или девушки в будущем.
- Как вы хотите получить копию IPP вашего юноши или девушки.
- Программы и услуги, доступные для вашего юноши или девушки.
- Как подать жалобу или сообщить о нарушении закона.



Благодарность

Этот раздел показывает, что координатор услуг вашего юноши или девушки предоставил вам информацию во время встречи по IPP. Они должны поговорить с вами о следующем:

- Какие услуги и поддержку предоставлялись вашему юноше или девушке в прошлом году.
- Что может потребоваться вам в будущем.
- Как часто будут проходить встречи по IPP вашего юноши или девушки.
- Как вы хотите получить копию IPP вашего юноши или девушки.
- Программы, предоставляющие больше возможностей выбора того, кто и как будет предоставлять услуги.
- Как подать жалобу или сообщить о нарушении закона.
- Информация о трудоустройстве вашего юноши или девушки.
- Как зарегистрироваться для голосования в молодом возрасте.
- Если вашему юноше или девушке нужен план, чтобы обрести большую независимость и путешествовать туда, куда он/она хочет.

Подписи

IPP должен быть подписан родителем, законным представителем или опекуном, если вашему юноше или девушке еще не исполнилось 18 лет. Юноши и девушки, которым уже исполнилось 18 лет, должны сами подписывать свои IPP. Координатор услуг также подпишет IPP. Подписание этой страницы означает ваше согласие с идеями и действиями, изложенными в IPP.

Опрос об IPP

После завершения IPP вашего юноши или девушки у вас будет возможность рассказать нам о встрече.

Вы сами решите, принимать ли участие в этом опросе.

Мы не будем спрашивать вашего имени, чтобы вы могли отвечать открыто и прямо.

Вы можете пройти опрос по телефону или на компьютере. Мы также можем отправить вам бумажную копию опроса по почте.



Часть 4

После встречи по планирова нию



Как определить, хорошо ли прошла встреча по планированию для вашего юноши или девушки

- Все ли люди, которых вы хотели видеть, присутствовали на встрече?
- Все ли захотели посмотреть эту рабочую тетрадь и ваши записи?
- Помогали ли ваша семья и юноша или девушка решать, что будет написано в плане?
- Получили ли вы информацию о том, какие услуги вам необходимы для поддержки вашего юноши или девушки?
- У вас была возможность задать все ваши вопросы?
- Вы получили ответы на все свои вопросы?
- Являются ли цели и результаты в плане вашего юноши или девушки теми, которые вы хотели получить?

ДА НЕТ

Что было самым лучшим в этой встрече?

Что могло бы быть лучше?

Если на эти вопросы много ответов "нет", узнайте больше на странице **Советы о том, что делать, если что-то не получается.**



Шестимесячный пересмотр

Примерно раз в полгода заглядывайте в эту рабочую тетрадь, чтобы проверить, все ли идет так, как написано в IPP вашего юноши или девушки.

Ваш юноша или девушка:

- Работает над целями своего IPP?
- Получает необходимую поддержку, чтобы жить, работать и вести активный образ жизни в выбранном сообществе?
- Участвует в любых групповых или развлекательных мероприятиях по своему выбору?
- Проводит время с друзьями и дальними родственниками так часто, как ему или ей хочется?

ДА НЕТ

Что может быть улучшено?

Если на эти вопросы много ответов "нет", узнайте больше на странице **Советы о том, что делать, если что-то не получается.**



Что делать, если план вашего юноши или девушки не работает?

Если что-то из этого произошло во время или после встречи, смотрите на следующей странице **Советы о том, что делать, если что-то не получается.**

Кто присутствует на встрече

- Людей, которых ваш юноша или девушка и семья хотели видеть на встрече, там не было.
- Вашему юноше или девушке и его/ее семье нужен был переводчик, а его не предоставили.

Качество встречи

- Команда не обсуждала идеи из этой рабочей тетради по планированию.
- Ваш юноша или девушка и семья не смогли принять окончательные решения о том, что записано в плане вашего юноши или девушки.
- Информация об услугах и поддержке не была предоставлена вашему юноше или девушке и семье.
- Вопросы вашего юноши или девушки и семьи остались без ответа.
- Команда по планированию не проявляла уважение и не учитывала предпочтения вашего юноши или девушки.

Качество плана

- Не указаны сроки для завершения целей вашего юноши или девушки.
- Ваш юноша или девушка и семья не получают необходимой поддержки для обновления плана по мере изменений в жизни.

Когда вы частично не согласны со встречей или планом

- Цели и результаты в плане вашего юноши или девушки не совпадают с тем, чего хотели ваш юноша или девушка и семья.



Советы о том, что делать, если план вашего юноши или девушки не работает

Иногда в жизни вашего юноши или девушки могут произойти изменения, из-за которых IPP перестанет соответствовать его или ее потребностям. В других случаях услуги IPP могут предоставляться не так, как указано в плане. Вы всегда должны сначала поговорить со своим координатором услуг о том, что не работает в плане вашего юноши или девушки. Если вам нужно изменить индивидуальный план обслуживания вашего юноши или девушки, попросите координатора услуг провести встречу по планированию. Когда вы попросите региональный центр о встрече, открыто поговорите с ними о необходимых вам изменениях. Таким образом, координатор услуг сможет подготовиться к встрече и решить, готов ли он предоставить услуги и поддержку, в которых нуждается ваш юноша или девушка.

Также помните:

- Если хотите, вы можете взять с собой друга, защитника интересов или человека, который знает и поддерживает вашего юношу или девушку.
- Убедитесь, что вы понимаете, что говорят люди, даже если вы сами не говорите по-английски. Если вам понадобится переводчик, региональный центр вам его предоставит.
- В конце встречи региональный центр предоставит вам список услуг, которые они будут оказывать. Если вы не согласны со списком, вы можете подать апелляцию.
- Вы также можете [подать жалобу](#) в Департамент социального обеспечения людей с нарушениями в развитии, если что-то пойдет не так.

[Примечание:](#) Эти советы сокращены и адаптированы для использования в тексте из публикации *организации Disability Rights of California.*



Другие советы о том, что делать, если план вашего юноши или девушки не работает

В дополнение к предыдущим советам вы также можете:

- **Помочь своему координатору услуг познакомиться с вашим юношей или девушкой и вашей семьей.** Поговорите с координатором услуг, чтобы помочь ему лучше узнать вашего юношу или девушку и вашу семью. Сообщите координатору, как вы хотите, чтобы с вами связались по электронной почте, телефону или с помощью текстовых сообщений. Храните номер телефона и адрес электронной почты координатора в надежном месте. Вы также можете узнать имя, номер телефона и адрес электронной почты его руководителя.
- **После встречи по IPP воспользуйтесь этой рабочей тетрадью и запишите все изменения в симпатиях и антипатиях, предпочтениях и планах на будущее вашего юноши или девушки.** Это поможет вашему координатору услуг выяснить, какие услуги и поддержка могут понадобиться вашему юноше или девушке.
- **Храните все документы регионального центра в одном месте.** Заведите папку или скоросшиватель с документами регионального центра или папку на компьютере.

[Примечание: Эти советы сокращены и адаптированы для использования в тексте из публикации организации Disability Rights of California.](#)



ПРИМЕЧАНИЯ: Ресурсы для плана вашего юноши или девушки

На основе элементов публикаций "Это мой выбор", "Послушай меня", "Твой личный паспорт", "Больше, чем встреча: Краткое руководство по индивидуальному плану программы, ориентированному на человека", "Планы образа жизни" (Essential Lifestyle Plans), "Семьи планируют вместе" (Families Planning Together) и Helen Sanderson and Associates.

Примеры альтернативных способов планирования

Вот несколько примеров планирования, которые вы можете использовать, чтобы подготовиться к встрече по ИРР для вашего юноши или девушки. Хотя они могут отличаться друг от друга, цель всех - помочь людям составить план с целями, основанными на выборе, предпочтениях и участии в жизни общества. Узнайте у своего координатора услуг о местных ресурсах планирования, ориентированного на человека, или найдите их в Интернете.

- [Круг поддержки и друзей](#) - группы людей, которых вы приглашаете, чтобы они оказали вам поддержку и помогли спланировать ваше будущее.
- [Курс жизни \(LifeCourse\)](#) - создан для того, чтобы помочь людям и семьям разработать перспективу хорошей жизни и определить или разработать поддержку, необходимую для такой жизни.
- [КАРТЫ \(MAPS\) и ПУТЬ \(PATH\)](#) - способы планирования, разработанные для определения осуществимых шагов в направлении желаемого будущего.
- [Мышление и планирование, ориентированные на человека](#) - помогает людям определить сильные стороны, цели и потребности в услугах на базе сообщества, а также желаемые результаты.



Другие ресурсы Департамента социального обеспечения людей с нарушениями в развитии (DDS)

Услуги и описания региональных центров: Более подробная информация о деятельности региональных центров и предлагаемых ими услугах на разных языках.

Найдите свой региональный центр: Если вы не знаете, в какой региональный центр вам следует обратиться, вы можете узнать об этом здесь.

Управление омбудсмена: Поможет вам и вашей семье получить доступ к услугам регионального центра, доступным для вас в соответствии с законом Лантермана.

Информация для частных лиц и семей: Для семей, друзей и защитников, которые помогают им жить наилучшей жизнью.

Программа самоопределения: Предоставляет людям и их семьям больше свободы, контроля и ответственности при выборе услуг и поддержки.

Готовность к чрезвычайным ситуациям: Планирование помогает людям и семьям быть готовыми к любым бедствиям.

Апелляции и жалобы: Способы решения проблем, когда ничего не помогает.



План вашего юноши или девушки

Поддержка при создании
Индивидуального план программы
(IPP) вашего юноши или девушки (в
возрасте от 14-22 лет) с использованием
инструментов, ориентированных на
человека



1215 O Street, Sacramento, CA 95814

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