



Shared Support
Maryland, Inc.

التطلعات مهمة حياتي، اختياري، خطتي دليل التخطيط المتمركز حول الشخص

الدعم المشترك بولاية ميريلاند

ممول بواسطة مجلس ميريلاند للإعاقات النمائية

تم دعم هذا المشروع جزئياً من خلال المنحة رقم CFDA93.630 المقدمة من الإدارة الأمريكية للتعايش المجتمعي ، قسم الصحة والخدمات الإنسانية ، واشنطن العاصمة 20201 . يتم تشجيع المستفيدين من المنح والذين يقومون بمشاريع تحت إشراف حكومي على التعبير بحرية عن ما توصلوا إليه من استنتاجات ، وبالتالي فإن وجهات النظر والآراء لا تمثل بالضرورة السياسة الرسمية لإدارة التعايش المجتمعي.

يتقدم الدعم المشترك بولاية ميريلاند بجزيل الشكر لمجلس الإعاقات النمائية على تقديم هذه المنحة والتي أتاحت الفرصة لهذا التدريب

قائمة المحتويات

| | |
|--|-------|
| مقدمة | 4-5 |
| التخطيط المتمركز حول الشخص وحقوق الإنسان | 6-14 |
| تعريف لكلمات مهمة | 6 |
| ما هو التخطيط المتمركز حول الشخص | 7-6 |
| تاريخ التخطيط المتمركز حول الشخص | 9-7 |
| كرامة الإنسان وحقوقه/حقوقك في التخطيط | 10-11 |
| مبادئ دعم اتخاذ القرار | 12-12 |
| مصادر دعم اتخاذ القرار | 12 |
| دور الأسرة | 12 |
| المساهمون الملتمزمون الآخرون | 13 |
| ملاحظات | 14 |
| قبل التخطيط | 15-25 |
| ممن يتكون فريقك؟ | 15-18 |
| مجال التركيز في خطتك | 19 |
| الأدوات والموارد الأخرى | 19-20 |
| الوصول إلى عملية التخطيط | 20 |
| جداول الأعمال وقوائم التحضير | 20-22 |
| القواعد والارشادات لاجتماعك | 22-23 |
| ما الذي تتطلع إليه وتطلبه | 24-23 |
| ملاحظات | 25 |
| اجتماع التخطيط السنوي وعملية التخطيط | 26-35 |
| الهدف من التخطيط | 26 |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| | |
|--|-------|
| من المسؤول | 26 |
| كيفية جعل الاجتماع في مهمته | 27 |
| كيفية الاستفادة من الإشراف | 27-28 |
| التخطيط والمراجعة | 28-27 |
| وضع خطة عمل | 30-32 |
| كيف تتأكد من أن خطتك تعمل لصالحك | 32 |
| نماذج للأدوات | 33-34 |
| ملاحظات | 35 |
| بعد التخطيط | 36-42 |
| طرق للمضي قدما في خطتك | 36 |
| الجدول الزمنية والتواصل بعد التخطيط | 37 |
| تغيير خطتك | 38 |
| إبقاء فريقك على المسار الصحيح | 38 |
| طرق للبقاء على اتصال | 39 |
| إذا كان لديك مشكلة مع أحد أعضاء الفريق | 39-40 |
| إذا كان لديك مشكلة في تنفيذ الخطة | 40-41 |
| ملاحظات | 42 |
| خاتمة | 43 |
| الموارد | 44-88 |
| فهرس الموارد | 44 |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

المقدمة

التطلعات مهمة: حياتي، اختياري، خطتي دليل التخطيط المتمركز حول الشخص هو مورد يمكن الوصول إليه للأشخاص ذوي الإعاقات النمائية وأسرهم في ميريلاند . يمكن استخدام هذا الدليل في وحدات التدريب الخاصة ب (التطلعات مهمة) نموذج الساعة الواحدة أو الساعتين. كما يمكن استخدامه بمفرده

يحتوي هذا الدليل على موارد مفيدة وأدوات وروابط لمواقع على شبكة الانترنت ونصائح مفيدة لمساعدتك وفريقك في تحديد اتجاه حياتك. في هذا الدليل كلمة أنت، تعني أنت كشخص، أو أنتم كعائلة

يتكون الدليل من أربعة اجراء

- (1) تاريخ التخطيط المتمركز حول الشخص وحقوق الإنسان
- (2) قبل التخطيط
- (3) التخطيط
- (4) بعد التخطيط

لديك صفحة لكتابة الملاحظات والمعلومات الأخرى بعد كل قسم

هناك قائمة جهات اتصال طويلة لموارد ولاية ميريلاند مدرجة في النهاية. يمكنك أيضاً كتابة الأسماء ومعلومات الاتصال لأعضاء فريقك المهمين. هناك طرق عديدة للتخطيط! ستجد في الجزء الخلفي من الدليل قوالب وأمثلة للعديد من الطرق المختلفة للتخطيط.

تم إعداد هذا الدليل بواسطة أشخاص من ذوي الإعاقة وذويهم والشركاء في المجتمع . نود أن نشكر معدي هذا الدليل: : أتلي فورتني ، وجوان روميناب ، وجولي راندال ، وكارا جونز ، وكريستي كولبريث ، وميلوني كلارك ، ومنى جمعة ، وبام هودج ، وباتي سايلور ، وتجاميكا دافنبورت ، وتريسي رايت. شكراً لك ، إليزابيث فاسكيز والثقة النوعية على التقنية، وليديا براون للدعم الفني، وأوتيستسك هوييا فور بلاين لانجويدج للتدقيق، و ايه سي اس أي للترجمة، للترجمة للأسبانية

لكل شخص الحق في العيش والحب والعمل واللعب والعمل على تحقيق أهداف حياته وأعماله.

التخطيط المتمركز حول الشخص وحقوق الإنسان

تعريفات لكلمات مهمة

هناك العديد من الكلمات التي يستخدمها المتخصصون في مجال الإعاقة

فيما يلي بعض التعريفات للكلمات المهمة:

1. المناصرة - التحدث عن نفسك والآخرين :
2. تقرير المصير - الحق في التحكم في حياتك
3. الدمج - الأشخاص ذوي الإعاقة وغير المعاقين معًا
4. حقوق الإنسان - الحرية الأساسية للعيش بالعالم على ما أنت عليه

ما هو التخطيط المتمركز حول الشخص؟

التخطيط المتمركز حول الشخص هو عملية تستمر طوال حياة الشخص. وتبدأ بفهم أن لكل

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

الأشخاص الحق في الحياة والحب والعمل واللعب والسعي لتحقيق أحلامهم في مجتمعهم هناك العديد من الطرق المختلفة للتخطيط والكثير من النماذج المختلفة لاستخدامها. سيساعدك هذا التدريب على فهم الأشياء المهمة التي توجه جميع طرق التخطيط المتمركز حول الشخص.

يدعم التخطيط المتمركز حول الشخص الأشخاص لممارسة حقهم في معرفة ما هو الأكثر أهمية في حياتهم واتخاذ القرار بشأنه والعمل على تحقيقه. يساعد التخطيط المتمركز حول الشخص الأشخاص في جميع تقلبات الحياة. يساعد الناس في الأوقات الصعبة والأوقات الجيدة. كل شخص لديه تعريف فريد لما هو مهم بالنسبة له. هذا مختلف تمامًا لكل شخص وعائلته

تاريخ التخطيط المتمركز حول الشخص

يعتمد التخطيط المتمركز حول الشخص على أفكار من مجموعة متنوعة من النظريات والحركات الهامة مثل حقوق الإعاقة، والمناصرة الذاتية، والعيش المستقل والتطبيع.

وتقول حقوق الإعاقة بأن الأشخاص ذوي الإعاقة يتمتعون بنفس الحقوق والحرية كما الأشخاص غير المعاقين وعدم الاعتراف بهذه الحقيقة يعتبر تمييزاً قائماً على تسمية الإعاقة وتقول حقوق الإعاقة أيضاً إن الأشخاص ذوي الإعاقة متساوون مع الأشخاص غير المعاقين.

تقول المناصرة الذاتية أن الأشخاص ذوي الإعاقة يمكنهم، بل ويجب عليهم أن يتحدثوا عن أنفسهم. هذه المهارة يتم تعلمها من خلال التجربة وبدعم من الأشخاص الآخرين الذين يهتمون بك. كما تقول المناصرة الذاتية أن الأشخاص ذوي الإعاقة هم الخبراء في حياتهم الخاصة وما يحتاجون إليه.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

يقول العيش المستقل أن الأشخاص ذوي الإعاقة يمكنهم العيش بنفس المجتمع مع الأشخاص غير المعاقين. وأثبتت حركة العيش المستقل أنه مع الدعم يمكن حتى للأشخاص ذوي الإعاقات الكبيرة أن يتغلبوا على العوائق التي تحول دون العيش في المجتمعات

يقول العيش المستقل أيضاً أن الأشخاص ذوي الإعاقة غالباً ما يقدمون أفضل دعم يحتاجه أقرانهم للعيش في المجتمع.

إن التطبيع (المعروف الآن باسم "تتمين الدور الاجتماعي") يقول إن الأشخاص ذوي الإعاقة لا بد وأن يحصلوا على نفس الفرص والخبرات التي يتمتع بها أي شخص آخر في المجتمع. وهذا يوضح أن هذه هي الطريقة التي نتعلم بها جميعاً والأشخاص ذوي الإعاقات غالباً ما يتعطلون بسبب عدم توفر الفرصة لتجربة أنماط الحياة المعتادة مثل أي شخص آخر.

حصل "التطبيع" على اسمه عندما وصف وولف وولفنسبيرغر ونيلز إريك بنك ميكلسن أنه عندما يعيش المعوقون حياة أقرب إلى الحياة "الطبيعية" قدر الإمكان ويجربون أشياء جيدة في الحياة ، فمن المرجح أن يكون لهم أدوار قيّمة في المجتمع.

الأدوار الاجتماعية القيمة (مثل الأخت / الأخ ، الجار ، عضو الكنيسة ، الموظف وغيرها الكثير) غالباً ما تكون الأساس للاتصال بالآخرين والمشاركة الهادفة داخل المجتمع. كانت هذه الأفكار أمثلة مبكرة على التكامل المجتمعي والأفكار المبكرة لعيش أفضل حياة .

حركة "التطبيع"، التي بدأت في عام 1959، تدعو لأن يعيش الأشخاص ذوو الإعاقة ويتعلموا في نفس المجتمع مثل الأشخاص غير المعوقين. عندما يكون للأشخاص ذوي الإعاقة مكان في المجتمع ، فإن حياتهم تميل إلى اتباع نمط حياة أكثر "طبيعية" ويجربون أشياء جيدة.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

كما يدعم التخطيط المتمركز حول الشخص أيضا النموذج الاجتماعي للإعاقة. يقول النموذج الاجتماعي للإعاقة أن العالم يفترض أن جميع الناس لديهم نفس القدرات.

لكن هذا العالم تم تخطيطه وتنظيمه ليناسب احتياجات الأشخاص الذين لا يعانون من أي إعاقة. لذلك ، عندما تكون هناك مبانٍ بها سلالم، يصبح الأشخاص الذين لا يستطيعون المشي معاقين. أو عندما تتقدم الفصول الدراسية بسرعة كبيرة، يصبح الأشخاص الذين يستغرقون وقتًا أطول للتعلم معاقين. يقول النموذج الاجتماعي للإعاقة أنه لا ينبغي أن نحاول إصلاح الأشخاص ذوي الإعاقة. وبدلاً من ذلك ، فإن مساعدة المعاقين تعني تغيير الطريقة التي يعمل بها العالم.

في الماضي ، كتب المهنيون مثل الأخصائيين الاجتماعيين والأطباء وغيرهم ممن ربما لم يعرفوا الشخص، خطأً للأشخاص ذوي الإعاقة. لم تشارك الأسر في التخطيط ولم تسأل المهنيين. ولم يكن للأشخاص ذوي الإعاقة حقوق أو اختيارات حول ما كان في خطتهم ولم يعرفوا حتى ما هو مكتوب عنهم.

بدأ التخطيط المتمركز حول الشخص في عام 1972 كوسيلة للمساعدة في فهم ما يمكن للأشخاص ذوي الإعاقة القيام به.

لقد تجذرت فكرة النظر للإعاقة على أنها عبء معيب في وعي المجتمع. ما زالت وصمة ذوي الإعاقة وعقلية (نحن) في مقابل (هم) باقية بشدة. فكرة التمرکز حول الشخص موجهة لمحاربة تلك الرؤية الخطيرة للتمييز ضد الإعاقة

(كودي درينكوتر، 2009/12)

يتغير هذا الآن في جميع أنحاء العالم بما في ذلك ولاية ميريلاند.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

كرامة الإنسان وحقوقه / حقوقك في التخطيط

يحق لك أن تُعامل بكرامة واحترام. الكرامة تعني أنك جدير وذا قيمة

يختلف كل شخص عن الآخر ولديه مجالات اهتمام مختلفة وأشياء مهمة بالنسبة له. وينطبق هذا على الأشخاص ذوي الإعاقة ، وقد لا يكون للأهم في حياتهم علاقة بإعاقتهم.

غالبا ما يقول الأشخاص ذوو الإعاقة (لا غنى عنا فيما يخصنا) وهذا يعني أن الأشخاص ذوي الإعاقة يجب أن يكونوا جزءا من أي خطة تتعلق بالأشخاص ذوي الإعاقة وهذا يعني أن الأشخاص ذوي الإعاقة مسؤولون عن حياتهم الخاصة.

يمكن للناس المساعدة إذا أردت منهم ذلك لكن لا ينبغي لهم اتخاذ القرارات نيابة عنك أو عن أسرتك. فخطتك هي خطتك أنت. لك الحق في جعل خطتك تبدو بالطريقة التي تريدها وأن تشمل الأمور التي تهتم بها أكثر من غيرها ولا تتضمن أمورا لا تريدها وينبغي أن

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

تكون جزءا من كل الاتصالات بشأن خطتك (المحادثات، رسائل البريد الإلكتروني، المكالمات الهاتفية، الاجتماعات، الخ)

كن مسؤولا عن خطتك. تأكد من فهمك للجدول الزمنية والمواعيد النهائية حتى تكون مستعدا. راجع خطتك قبل أن تذهب إلى أي مكان اطلب المساعدة إذا كنت تحتاج إليها

هل خطتك تقول ما تريد أن تقوله؟ إذا كان هناك شيء لا تريده في خطتك فلا ينبغي أن يكون في الخطة.

قد يوضح شخص ما ان أمورا معينة هي في خطتك لسبب ما. على سبيل المثال قد يكون لها علاقة بالحصول على أفضل قرارات لحياتك ومستقبلك.

يمكن الاتصال بمنسق الخدمة المجتمعية(الخدمة العامة) أو مخطط الدعم أو أخصائي العيش المستقل أو منسق خطة التعليم الفردي أو أي شخص في فريقك تثق به لإجراء التغييرات في أي وقت تريده.

مبادئ دعم اتخاذ القرار

بيرتون بلات انست و ايه اس ايه ان

دعم اتخاذ القرار يعني وجود أشخاص تثق بهم يساعدونك على اتخاذ القرارات

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

فيما يلي قائمة بمبادئ دعم اتخاذ القرار:

1. لكل فرد الحق في اتخاذ قراراته الخاصة لاسيما فيما يتعلق بالأمور التي ستؤثر عليه.
2. افترض أن الناس يمكنهم اتخاذ القرارات.
3. ابذل قصارى جهدك لدعم الناس لاتخاذ قرارات بأنفسهم.
4. يمكن للناس أحيانا اتخاذ بعض القرارات بأنفسهم لكنهم يحتاجون إلى مساعدة لاتخاذ قرارات أخرى.
5. اتخاذ القرارات هي مهارة يمكن تعلمها..
6. للناس الحق في ارتكاب الأخطاء والتعلم من التجربة.
7. للناس الحق في تغيير آرائهم.
8. للناس الحق في اتخاذ قرارات قد لا تعجب الآخرين.
9. للناس الحق في الحصول على المعلومات التي يحتاجونها ليحصلوا على خيارات حقيقية.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

مصادر دعم اتخاذ القرار

1. supporteddecisionmaking.org

2. دعم اتخاذ القرار – نقابة المحامين.

3. البوابة القومية لتقرير المصير.

4. www.dcqualitytrust.org

دور الأسرة

يمكن لأسرتك أن تؤيدك-بصفتك فرد في أسرة- وقد يكون لديها تطلعاتها الخاصة بشأن التخطيط والخدمات. ويجب أن يسمع صوت الجميع ولكن القرارات يتخذها الشخص الذي "يملك" الخطة وهو دائما الشخص الذي يجري التخطيط لحياته.

أعضاء الفريق الآخرين

عندما يكون الأشخاص جزءاً من فريقك ، يجب أن تعرف من هم ولماذا يشاركون في وضع خطتك. لديك الحق أيضا في التحكم في من يشارك في فريقك. يمكنك أن تطلب من شخص ما أن يكون جزءاً من فريقك الآن ، لكن قد تغير رأيك لاحقاً وتطلب منه عدم العودة. يمكنك أيضاً مطالبة شخص جديد بالانضمام إلى فريقك لاحقاً. هذا شيء يجب أن تفكر فيه بعناية!

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

قبل التخطيط

من يكون في فريقك؟

أنت تختار من يكون في فريقك.

من الأفضل دائماً أن تختار الأشخاص الذين يعرفونك جيداً. وينبغي لهم أن يعرفوا نقاط قوتك وضعفك - وأن يحرصوا على رؤيتك تنجح في الأشياء التي تهتم بها أكثر من غيرها.

هؤلاء هم الأشخاص الذين سيناصرونك وسوف يساعدونك على النمو.

تذكر:

1. فكر في من تريده في فريقك ولماذا من المهم بالنسبة لهم أن يشاركوا.. يمكنك أن تطلب من شخص تثق به أن يساعدك في التفكير في الأمر. يمكنك إجراء تغييرات بمرور الوقت عندما تغير رأيك - أو عندما تتغير حاجتك إلى الدعم.
2. قد يكون لدى أحد أفراد الأسرة مشاعر قوية حول ما يريده لك - لكن هذا لن يمنعك من وضع خططك الخاصة. يمكن لخطتك أن تقول ما يأملونه مع وضع أسمائهم بجانبه.
3. يلعب الدعم دوراً مهماً في حياة الجميع. يكون الناس أكثر أماناً عندما يكون لديهم عائلة وأصدقاء ومجتمع وآخرين يشاركون في حياتهم.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

يمكنك دعوة أو إلغاء دعوة الأشخاص الذين يتقاضون رواتبهم للعمل في فريقك (منسق خدمات المجتمع) (منسق الخدمة العامة)، منسق الانتقال إلى المدرسة ، مخطط الدعم ، وسيط الدعم مدراء وكالة الامداد، موظفو الدعم المباشر، الممرضة).

يمكن أن تساعدك الأنماط المختلفة من الناس في الحصول على خدمات أو موارد مختلفة. يمكنك أن تدعو أشخاصا مختلفين في أوقات مختلفة لمساعدتك في فعل ما تريد.

فيما يلي بعض الأمثلة على أنواع الأشخاص الذين يمكن أن تعتبرهم أعضاء في فريقك:

1. منسق الخدمة المجتمعية (العامة): يساعد الأشخاص على الاستفادة من خدمات إدارة الإعاقات النمائية مثل الدعم الشخصي أو دعم العمالة أو الراحة.

2. مخطط الدعم: يساعد الأشخاص على الاستفادة من خدمات (خيار المجتمع الأول) وخدمات ميريلاند الأخرى.

3. مطور الوظائف/ مدرب الوظيفة: يساعدك في الحصول على وظيفة والاحتفاظ بها.

4. الدعم الشخصي: يساعد في تلبية احتياجاتك اليومية مثل الطهي أو ارتداء الملابس أو التنظيف

5. وسيط الدعم: يدربك ويوجهك إذا كنت تقود نفسك

6. مدير البرنامج: يعمل لدى وكالات الإمداد ويساعد الأشخاص الذين يستخدمون خدمات الإمداد.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

7. منسق الانتقال: يعمل في المنطقة المدرسية للمساعدة عندما يخطط الطالب للتخرج والحياة بعد المدرسة

8. واضع خطة التعليم الفردي: يعمل في المدرسة أو في المنطقة المدرسية وينظم خطة التعليم الفردي واجتماعاتها.

9. مدرب التعافي: يعمل مع الأشخاص الذين يعانون من الإدمان النشط والأشخاص الذين يتعافون. التدريب على التعافي هو شكل من أشكال الدعم القائم على نقاط القوة لدى الأشخاص.

10. أخصائي الرعاية الصحية: ممرضة أو طبيب أو معالج يعرفك

11. أخصائي المناصرة الإقليمي: يعمل في المكتب الإقليمي لإدارة الإعاقات النمائية ويساعدك في المناصرة الذاتية.

12. أشخاص موثوقون آخرون: يمكن لأي شخص تختاره أن يدعمك مثل أحد أفراد الأسرة، أو الزوج، أو شريك، أو صديق.

. يمكنك أيضًا دعوة الأشخاص الذين تعرفهم من مجتمعك أو الأشخاص ذوي المهارات المحددة جدًا الذين يمكنهم مساعدتك في تحقيق أهدافك وخططك بطرق أخرى

بعض الأمثلة هي:

1. . سمسار عقارات: يمكن أن يساعدك في العثور على منزل أو شرائه

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. مصمم المواقع الشبكية: يمكنه مساعدتك في إنشاء موقع للهواية أو للعمل

3. جار أو صديق لديه هواية تريد أن تتعلمها

4. المدرب الشخصي أو المدرب: يمكنه أن يساعدك في تحقيق الأهداف الصحية.

إعطاء الأدوار للأشخاص في فريقك يساعدهم على دعمك بشكل أفضل يمكنهم مساعدتك قبل وأثناء وبعد اجتماع التخطيط ويمكن أن يكون للشخص أكثر من دور. ويمكن للأشخاص أيضا أن يكونوا أعضاء في الفريق دون دور آخر.

فيما يلي بعض الأمثلة على الأدوار:

1. شخص ما يرسل جدول الأعمال (خطة الاجتماع): يمكن لأي شخص القيام بذلك لكن يجب أن تراجع جدول الأعمال أولا.

2. المنسق: شخص يساعد في استمرار الاجتماع. يبقي المنسق الأشخاص على المسار الصحيح ويحرص على أن يحصل الجميع على فرصة للتحدث. يمكنك أنت أن تنسق اجتماعك كما يمكنك أن تطلب من شخص تثق به القيام بذلك معك أو بدلا عنك.

3. مدون الملاحظات: شخص يتابع ما تتحدث عنه في الاجتماع ويكتب كل ما تم الحديث عنه.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

الأشخاص المختلفين يعرفونك بطرق مختلفة

مجالات التركيز في خطتك:

يجب أن تتضمن خطتك الأشياء الأكثر أهمية بالنسبة لك. وفيما يلي بعض مجالات التركيز التي يمكن أن تظهر أثناء اجتماع التخطيط.

1. التوظيف

2. الحياة المجتمعية

3. العلاقات والروحانيات

4. المنزل والمسكن

5. التعلم مدى الحياة

6. الصحة والعافية

7. المواطنة والمناصرة

8. التمويل

9. دعم الأسرة

الأدوات والموارد الأخرى

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

منسق خدمات المجتمع الخاص بك، أو مخطط الدعم أو أي شخص آخر للدعم قد يكون لديه أشكال و أدوات مختلفة لمساعدتك على وضع خطة متركزة حول الشخص.

1. يجب أن تتمكن من رؤية جميع النماذج والتقارير أو أي أوراق أخرى قبل الاجتماع بما لا يقل عن أسبوعين مما يتيح لك الوقت للتفكير في كل شيء.

2. يمكنك طرح أسئلة حول الأدوات في أي وقت.

3. يمكنك أن تطلب من شخص ما مساعدتك في فهم الأدوات.

4. لا بأس في تغيير رأيك - في أي وقت.

[الوصول إلى عملية التخطيط](#)

يمكنك الحصول على جميع الموارد والمعلومات بالتنسيق الذي تريده. على سبيل المثال، يمكنك الحصول على معلومات على الورق أو على شريط أو عبر الإنترنت.

يمكن أن يساعدك التحضير للاجتماع مع شخص ما على الشعور بالراحة في الاجتماع. إذا كنت تعرف الأسئلة التي سيطرحها الناس عليك أو المواضيع التي ستحدث عنها، يمكنك البدء في إعداد إجاباتك وما تريد مشاركته. يمكنك أن تطلب من منسق الخدمات المجتمعية أو مخطط الدعم أو أي عضو آخر في الفريق تثق به التحدث إليك قبل الاجتماع.

[جدول الأعمال وتحضير قائمة التدقيق](#)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

ضع جدول أعمال وقائمة تدقيق لكي.....

1. تعرف ما الذي ستتحدث عنه

2. تستطيع متابعة أين أنت في الاجتماع

3. لا يفوتك شيء

كل شخص مختلف عن الآخر. سيكون هناك أشياء تريد التحدث عنها وأشياء أخرى لا تريد التحدث عنها.

فيما يلي بعض الأمثلة لما قد تريد التحدث عنه:

1. الأشياء التي تريدها في الخطة.

2. من أنت وماذا تريد أن تكون.

فيما يلي بعض الأمثلة لما قد لا تريد التحدث عنه:

1. المواعيد والعلاقات

2. قضايا عائلية

3. المعلومات الطبية

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

يمكنك مقابلة واحد أو أكثر من أعضاء فريقك قبل الاجتماع إذا كانت هناك أشياء لا تريد التحدث عنها في الاجتماع مع جميع الأشخاص. تحدث معهم عن ما تريد قوله للفريق، ويمكنهم دعمك في الاجتماع إذا طرح أي شخص موضوعاً لا تريد التحدث عنه. إنه اجتماعك أنت ويجب أن تكون الموضوعات المطروحة هي أكثر ما يهيك حتى يكون لدى الجميع صورة واضحة لما تريده في حياتك. إليك بعض الأشياء التي يمكنك التحدث عنها في اجتماعك إذا أردت:

1. ما هي بعض الأشياء التي تحب القيام بها؟

2. هل يسألك الناس عما تريد؟

3. من الذي يصغي إليك؟

4. تكون الأحلام واضحة بمقدار ما أنجز الشخص في حياته.

5. فكر في كل احتمالات الحلم.

6. جلسات العصف الذهني.

7. تفاصيل كيفية تحقيق كل هدف محدد

8. ما هي الفوائد؟ كيف يمكن للفوائد أن تساعدك؟

القواعد والارشادات لاجتماعك

القواعد والارشادات مفيدة لاجتماعك. فهي يمكن أن تساعدك علي:

1. البقاء على المسار الصحيح.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. الاستفادة من وقتك بحكمة.

3. الحديث عن كل ما هو مهم بالنسبة لك.

يتحسن الجميع في إدارة الاجتماعات بالممارسة. فيما يلي بعض الاقتراحات حول الإرشادات والقواعد التي قد تستخدمها أثناء اجتماع التخطيط الخاص بك:

1. تناوب الحديث

2. الحديث عن موضوع واحد في المرة

3. اختر ميسراً لمساعدتك في قيادة الاجتماع

4. حاول تقليل مصادر الإلهاء مثل الرسائل النصية ، وسماعات الأذن والألعاب والتلفزيون والموسيقى وما إلى ذلك

ما الذي نتطلع إليه وتطلبه:

تريد أن تشعر بالراحة أثناء اجتماع التخطيط الخاص بك، وهناك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لمساعدتك على الشعور براحة أكبر. التفكير في الأشياء التي ستناسبك هو شيء آخر يجب القيام به قبل اجتماع فريقك.

إليك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها في اجتماعك ، وربما يكون بعضها مثيراً للاهتمام بالنسبة لك:

1. . ا طرح سؤالاً ممتعاً لمساعدة الأشخاص على التعرف على بعضهم البعض (مثل "أين عطلة أحلامك؟")

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. . قم بعمل عرض شرائح أو ملصقات عنك.

3. . اختر الوجبات الخفيفة والمشروبات التي تحبها

4. اختر مكانا للاجتماع

5. اجلس على كرسي مريح

6. ارتد ملابس تجعلك تشعر بالراحة

7. خذ فترات راحة عندما تشعر بالإرهاق أو التوتر

إذا كنت تواجه صعوبة في التخطيط لاجتماعك بنفسك فلا تتردد في طلب المساعدة. يحتاج الجميع إلى القليل من المساعدة في بعض الأحيان خاصة عندما يتعلمون أشياء جديدة. وإليك بعض الأشخاص الذين يمكنك طلب المساعدة منهم:

1. منسق الخدمة المجتمعية أو مخطط الدعم

2. وسيط الدعم الخاص بك (إذا كنت تدير خدماتك بنفسك)

3. . موظفو وكالة تقديم الخدمات (مدير الحالة ، موظفو الدعم المباشر ، الشخص الذي تثق به كثيرًا)

4. منظمات المناصرة (مثل الأشخاص في منظمة إما الفناء أو حقوق المعاقين في ميريلاند)

5. المكتب الإقليمي لإدارة الإعاقات النمائية (خاصة الفريق المتخصص في المناصرة)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

اجتماع التخطيط السنوي وعملية التخطيط

الهدف من التخطيط

ما هم الهدف من جلسة التخطيط؟

1. التحدث عن مواهبك ونقاط قوتك
2. أن تقرر كيف تريد أن تعيش حياتك
3. مساعدتك على صنع خياراتك
4. الإصغاء إلى ما تريد أن تقول
5. احترام اختياراتك واهتماماتك وأحلامك وأفكارك

من المسؤول

أهم شيء يجب أخذه في الاعتبار هو أنك أنت المسؤول عن تخطيطك. أنت وحدك من يمكنه أن يعرف ويقرر ما هو مهم في حياتك. أنت تختار موعد اجتماعات التخطيط كما تختار عدد المرات التي تجتمع فيها للتخطيط.

تأكد من الحصول على المساعدة التي تحتاجها للبقاء مسؤولاً عن التخطيط الخاص بك. يجب أن يعود فريقك إليك دائماً لاتخاذ القرارات النهائية واحرص على أن يكون صوتك هو الأعلى والأكثر احتراماً بين الجميع على طاولة التخطيط.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

يمكنك أن تطلب من أعضاء الفريق الآخرين تحمل مسؤولية بعض المهام مثل الحصول على المشروبات أو عمل جدول زمني. لكن هذه هي خطة حياتك وعليك اتخاذ جميع القرارات النهائية.

كيفية جعل الاجتماع في مهمته

إن إدارة اجتماع جيد هو مهارة يمكن تعلمها. هناك نصائح وأدوات يمكنك استخدامها للحفاظ على اجتماعك في مهمته. فيما يلي بعض الوسائل التي تستخدم غالبًا:

1. جدول الأعمال: الالتزام بخطة الاجتماع.
2. مساحة انتظار: إذا أراد شخص ما أن يقول شيئًا خارج الموضوع، فقم بتدوينه لوقت لاحق.

3. عصا التحدث: يمكن لأعضاء الفريق الحديث فقط عندما يمسون بعصا التحدث.
4. العمل الجماعي: إذا طرح أحدهم سؤالاً ، فليست مضطراً للإجابة عليه بنفسك. يمكنك أن تطلب من المجموعة مساعدتك في التوصل إلى إجابة.

كيفية الاستفادة من الإشراف

يحرص المشرف على أن يبقى الاجتماع في مساره الصحيح. يمكنك أن تقوم بالإشراف بنفسك إذا أردت ذلك – أو اطلب من شخص آخر أن يقوم بذلك معك أو بدلا عنك.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

إذا احتجت لمساعدة الإشراف فيمكن للمشرف أن يساعدك في تحديد اختياراتك كما يمكنك أن تطلب من أحد المشرفين المساعدة في الاجتماع لكن دون ابداء آرائه.

فيما يلي بعض الوسائل المهمة التي يمكن للمشرفين أن يساعدوا من خلالها:

1. يساعد المشرفون الأشخاص على متابعة جدول أعمال الاجتماع أو الخطة وهذا يعني التأكد من أن الناس يتحدثون عن المواضيع وفق الترتيب ويعني أيضا الحرص على أن لا يتحدث الناس لفترة طويلة جدا عن موضوع بعينه.

2. . يساعد المشرفون في جعل المساحة مريحة للجميع. هذا يعني مساعدة الناس على الشعور بالاحترام. كما يعني التأكد من أن الأشخاص يشعرون بالراحة في الغرفة

3. يشرح المشرفون الأفكار الصعبة حتى يفهمها الجميع

4. يصغي المشرفون إلى الموضوعات المهمة أو المخاوف أو المشاعر

5. يساعد المشرفون في إنهاء الاجتماع. ويتتبعون ما يجب على الجميع فعله بعد الاجتماع.

التخطيط والمراجعة

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

يمكن التحدث عن العديد من الأشياء المختلفة في اجتماع التخطيط الخاص بك، لذا فكر في الموضوعات الأكثر أهمية بالنسبة لك ولمستقبلك. فيما يلي بعض الأشياء التي يجب التفكير فيها عند اتخاذ قرار بشأن ما يجب مراجعته في اجتماعك:

1. . تحتاج إلى مراجعة الأشياء التي تهلك. على سبيل المثال ، قد ترغب في مراجعة الخطط الخاصة بالمكان الذي ستعيش فيه في المستقبل.

2. أنت بحاجة إلى مراجعة أي تغييرات يمكن أن تؤثر على خطتك.

3. تحتاج إلى الحديث عن التحديات التي قد تعترض أو ستعترض طريقك لتحقيق أهدافك. ما الذي يمنعك من فعل ما تريد؟ يمكن لفريقك أيضا القيام بأشياء لمساعدتك على الالتفاف حول أو التخلص من العوائق التي قد تكون في طريقك.

. يجب أن يكون اجتماع التخطيط هو الوقت الذي تستطيع فيه الحصول على المساعدة من الأشخاص الذين يريدون رؤيتك تنجح. بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لتحقيق أقصى استفادة من اجتماع التخطيط وفريقك هي:

1. . اطرح أسئلة - خاصة إذا كنت لا تفهم شيئاً ما

2. استمع للآخرين. قد يكون من المهم أن تفهم أن الآخرين قد يرون الأشياء بشكل مختلف عما تراه أنت.

3. حاول أن تتعلم. استغل هذا الوقت للتعلم من الأشخاص الذين جمعتهم لمساعدتك. قد يعرفون طرقاً للقيام بالأشياء وموارداً يمكن أن تساعدك على أنك لم تفكر في استخدامها.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

4. ضع خطة "عمل" للوصول إلى أهدافك. خطتك ليست قائمة أمنيات - إنها خريطةك للحصول على ما تريد. لذا كن محددًا جدًا بشأن ما ستفعله - وما سيفعله الآخرون لتحقيق أهدافك.

وضع خطة عمل

انظر الصفحات 67-69 لخطة عمل فارغة.

تحتاج خطط العمل الجيدة إلى تفاصيل من وماذا ومتى وكيف يتم وصفها حتى يعرف الجميع ما يفترض أن يفعله - بما فيهم أنت! فيما يلي بعض الأسئلة التي يجب طرحها عند وضع خطط العمل الخاصة بك:

1. ماذا تريد أن تفعل في اجتماعك؟
2. ماذا عليك أن تفعل للوصول إلى هدفك (أهدافك)؟
3. ما الذي يمكن إنجازه في اجتماعك؟
4. ماذا تحتاج أيضا؟
5. ما هي الموارد وخطط الدعم التي يمكن أن تساعدك؟
6. إلى من تحتاج كمورد؟
7. ما هي المعلومات التي يمكنهم مشاركتها؟

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

8. من سيساعدك في أنشطة بعينها؟ وكيف سيساعدونك؟

9. كيف سيتحقق الفريق من رؤية ماذا تفعل وماذا تحتاج أيضا؟

10. ما هي الجداول الزمنية؟

11 كيف ستعرف أنك حققت هدفك (أهدافك)؟

تساعد الجداول الزمنية الأشخاص على فعل ما يقولون إنهم سيفعلونه. وهي أيضا أداة جيدة لاستخدامها عندما تحاول قياس مدى نجاحك أنت وفريقك في جعل خطتك تعمل من أجلك. وعند التفكير في الجداول الزمنية ، اطرح الأسئلة التالية:

1. ما مدى سرعة إنجاز المهمة؟

2. هل تتطلب هذه المهمة الكثير من البحث أو العمل؟

3. هل يجب القيام بهذه المهمة قبل القيام بعمل آخر أم يمكن أن تنتظر؟

4. هل منحت عضو الفريق الوقت الكافي للقيام بالمهمة بشكل صحيح؟

إحدى الأدوات التي يمكنك استخدامها هي النجمة المتكاملة. تُظهر أجزاء مختلفة من حياتك وكيف تعمل معًا. هذه الأجزاء هي:

1. التكنولوجيا

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. المجتمع المحلي

3. تحديد الأهلية (إذا كان بإمكانك الحصول على دعم من الحكومة)

4. نقاط القوة والممتلكات الشخصية (ما تملكه وما أنت ماهر فيه)

5. قائمة على العلاقات

كيف تتأكد من ان خطتك تعمل لصالحك

1. راجع كل شيء مع مدون الملاحظات

2. . اطلب نسخة من المسودة الأولى

3. . فكر في نقاط القوة لكل شخص في الفريق

4. امنح الأعضاء المهام التي تناسب مهاراتهم

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

(<https://www.lifecoursetools.com/lifecourse-library/lifecourse-framework/>)



وفيما يلي علامات خطة عمل جيدة:

1. محددة بوضوح

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. لها جداول زمنية
3. تركز خطط العمل على المستقبل
4. قابلة للقياس
5. يمكن تحديثها عندما تريد

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

بعد التخطيط

طرق للمضي قدما في خطتك

بعد اجتماع التخطيط ، يتعين على أعضاء فريقك اتخاذ إجراء لإنجاح الخطة. يجب عليك التأكد من أن كل عضو في الفريق لديه معلومات حول ما تريده أن يفعله. إحدى طرق للقيام بذلك هي التأكد من أن كل شخص لديه نسخة من الخطة أو يمكنه الحصول على نسخة لمراجعتها.

ينبغي أن تتضمن الخطة اسم كل شخص معني بالقيام بأي مهمة مدرجة في الخطة حتى يعرف الجميع ما هي مهمتهم.

فيما يلي بعض الأمثلة على المهام:

1. ستطلب أنت أو مناصرك من صديق الحضور إلى اجتماع الفريق التالي.
2. سيتحدث مقدم الخدمة الخاص بك إلى الموظفين غدا حول تغيير روتينهم.
3. سيرسل منسق الخدمة العامة تعديل الميزانية لإدارة الإعاقات النمائية بحلول نهاية الأسبوع.
4. سيبحث مخطط الدعم الخاص بك عن موفري خدمة جدد لتختار منهم.
5. سيساعدك مدربك الوظيفي لمناقشة تغيير في ساعات العمل في وظيفتك.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

الجدول الزمنية والتواصل بعد التخطيط

يمكنك اختيار الوقت الذي يحتاج فيه الأشخاص للقيام بكل مهمة أثناء الاجتماع. هذا لكي يعرف الجميع مدى سرعة حدوث الأشياء. يمكنك أيضا تغيير الجدول الزمنية إذا كنت بحاجة إلى ذلك أو إذا حدث شيء لم يخطط أحد لحدوثه.

فيما يلي بعض الأسئلة التي يجب طرحها عند وضع الجدول الزمنية للمهام:

1. هل يلزم القيام بذلك هذا الأسبوع؟

2. أم يمكن أن يتم ذلك في أي وقت قبل الاجتماع المقبل؟

تأكد من موافقة جميع أعضاء الفريق على الجدول الزمنية حتى يتم تهيئتك أنت والفريق للنجاح! قد ترغب في حدوث شيء أسرع مما يمكن لشخص ما فعله. يمكنك بعد ذلك العثور على شخص آخر للمساعدة يمكنه إنجاز ذلك في الوقت الذي تريده أو اتخاذ قرار آخر مثل الانتظار. من المهم أن تكون واضحاً بشأن الجدول الزمنية حتى يتمكن الجميع من القيام بأفضل ما لديهم. يمكن للخطط أن تنجح فقط إذا نفذ الأشخاص ما تنص عليه الخطة، وقد يكون الأشخاص الذين يستغرقون وقتاً طويلاً لمساعدتك سيئين لحياتك.

عليك أنت والفريق مواصلة الحديث بعد الاجتماع. سوف ترغب في التفكير عن يجب الاتصال به إذا كانت لديك أسئلة حول خطتك أو إذا كنت تعتقد أن شيئاً ما لا يسير بالطريقة

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

التي تريدها. من المرجح أن تنجح في خطتك إذا كان بإمكانك أنت وأعضاء فريقك الاتفاق في الاجتماع حول كيفية البقاء على اتصال أثناء وضع الخطة موضع التنفيذ.

تغيير خطتك

يجب أن تعكس خطتك ما أنت عليه اليوم. ستتغير الخطط كلما تغيرت أنت! تحدث تغييرات صغيرة في الحياة في كل وقت. ربما ترغب في تغيير أجزاء من حياتك (وخطتك) بين اجتماعات التخطيط. وأيضاً، إذا كانت هناك حالة طارئة ، فيمكنك طلب المساعدة على الفور وتغيير خطتك.

يمكنك تغيير خطتك في أي وقت.

إليك كيفية تغيير خطتك:

1. تحدث إلى الفريق! أخبرهم ما الذي تغير. إذا كانت لديك فكرة لكنك تحتاج إلى مساعدة في التفاصيل، فبإمكان فريقك مساعدتك في التفكير في طرق لتنفيذها.
2. قد يحتاج منسق الخدمة العامة أو مخطط الدعم لإرسال ما يحتاج إلى تغيير للموافقة عليه (بناء على ما يحتاج إلى تغيير)

إبقاء فريقك على المسار الصحيح

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

هناك أدوات يمكن استخدامها لمساعدة الفريق على البقاء على المسار الصحيح. يمكنك انتقاء واختيار ما يناسبك ويناسب فريقك. إحدى الطرق هي استخدام التقويم لتذكيرك أو تذكير فريقك بتسجيل الدخول أو تقديم تقرير عن جدول زمني. تستخدم أجهزة الكمبيوتر لمساعدة الأشخاص على تذكر التواريخ والجدول الزمنية طوال الوقت.

طرق للبقاء على اتصال

هناك العديد من الطرق للبقاء على اتصال مع فريقك. إنها لفكرة جيدة أن نتحدث عما سينجح بشكل أفضل مع الأشخاص المختلفين. فبعض الأشخاص يكونون أفضل عند إجراء مكالمات هاتفية - ويكون أداء بعض الأشخاص أفضل في الاجتماعات. إليك بعض الأشياء التي قد تستخدمها للبقاء على اتصال بفريقك.

1. أرسل خطط العمل عن طريق البريد العادي
2. المكالمات الهاتفية المخطط لها للمتابعة والمكالمات الجماعية
3. عقد اجتماعات افتراضية مثل زووم أو جوجل ميتينج أو سكايب أو فيستاييم
4. جدولة اجتماعات المتابعة المنتظمة

تأكد من الاحتفاظ بالملاحظات والمعلومات الجديدة بين الاجتماعات لمشاركتها مع فريقك عند تسجيل الدخول لست مضطرا لفعل ذلك بمفردك يمكنك اختيار شخص لدعمك أو حتى ليكون مسؤولا عن هذه الأدوات.

إذا كان لديك مشكلة مع أحد أعضاء الفريق

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

ليس شرطاً أن من ينتظر منهم مساعدتنا يكونون مفيدين لنا دائماً. فإذا لم تكن راضياً عن الطريقة التي يساعدك بها شخص ما في فريقك، تواصل مع من تثق به للحديث معه عن ذلك. يمكنك مناصرة نفسك أو أن يكون معك من تثق به يناصرك في محاولة لإصلاح كل ما يثير قلقك.

بعض الأشياء التي يجب تذكرها:

1. أنت تختار من يكون في فريقك. إذا كان هناك شخص ما لا يتحدث معك أو لا ينجز مهامه، يمكنك التحدث معه عن ذلك.

2. إذا كنت قلقاً بشأن التحدث إلى أحد أعضاء الفريق، فيمكنك كتابة رسالة أو إرسال بريد إلكتروني أو الاتصال بالهاتف أو طلب المساعدة من صديق. قد تكون فكرة رائعة أن تلعب دور المحادثة مع شخص تثق به قبل الحديث الحقيقي.

3. يمكنك استخدام وسيط. الوسيط مثل المشرف. يساعد الوسيط في حل المشاكل، خاصة التي تكون بين الأشخاص.

إذا كان لديك مشكلة في تنفيذ الخطة

في بعض الأحيان لا تعمل أفضل الخطط بالطريقة التي ظن الجميع أنها ستنجح. يمكنك الحصول على المساعدة. هذا هو الوقت الذي سوف ترغب في التفكير في طرق لجعل خطتك تنجح. مرة أخرى الأشياء التي يجب تذكرها هي:

1. لا تستسلم! هناك العديد من الطرق للوصول إلى نفس الوجهة!

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

2. ما الذي يعترض الطريق؟ ربما كان هناك شيء لم تراه من قبل؟

3. هل حان الوقت لابتكار طرق جديدة لجعل خطتك تعمل لصالحك؟

وهناك أيضا مجموعات في المجتمع يمكنك طلب المساعدة منها:

1. مراكز العيش المستقل

2. أخصائي المناصرة بإدارة الإعاقات النمائية

3. الثقة النوعية

4. حقوق الإعاقة بولاية ميريلاند

5. قسم خدمات إعادة التأهيل

6. وغيرها الكثير

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

خاتمة

يعتبر دليل التخطيط المتمركز حول الشخص هذا أداة تساعدك على تعلم ما يجب القيام به لكنه ليس قائمة بالقواعد. فبصفتك الشخص المسؤول عن خطتك ، يمكنك اختيار أجزاء الدليل التي تريد استخدامها.

النقطة الأساسية هي أن الخطة هي **خطتك**

أنت المسؤول عن خطتك. عليك أن تتخذ كل القرارات. يمكنك اختيار أكبر عدد ممكن من الأشخاص ليكونوا في فريقك كما تريد. كل فرد في فريقك موجود لدعمك ودعم قراراتك. عندما يتعلق الأمر بخطتك ، يجب أن يكون صوتك دائماً هو الأعلى. لديك القول الفصل في كل قرار. يمكنك تغيير خطتك متى تشاء.

فهرس الموارد

| | |
|---|-------|
| من يمكنه المساعدة - قائمة جهات الاتصال الشخصية | 45-47 |
| من يمكنه المساعدة - قائمة جهات اتصال المؤسسات | 48-53 |
| المصادر والروابط عبر الانترنت | 54-55 |
| أدوات فارغة لدورة الحياة | 56-65 |
| قالب فارغ لخطة عمل | 66-68 |
| خطة باز | 69-75 |
| نموذج اجتماع الدائرة | 76 |
| مجالات التركيز للاستكشاف لإدارة الإعاقات النمائية | 77-86 |
| صفحة ملخص التخطيط المتمركز حول الشخص | 87-88 |

من يمكنه المساعدة - قائمة جهات الاتصال الشخصية

جهات الاتصال الخاصة بي

قد لا يكون لديك كل هؤلاء الأشخاص أو الأدوار في فريقك. املأ النموذج للأشخاص الذين تريد الاتصال بهم

1. منسق الخدمة المجتمعية الخاص بي لخدمات إدارة الإعاقات النمائية هو:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الإلكتروني:

منسق الخدمة العامة يعمل لدى (شركة):

2. مخطط الدعم الخاص بي لخدمات (خيار المجتمع الأول) هو:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الإلكتروني:

مخطط الدعم يعمل لدى (شركة):

3. وكالة مزودي الخدمة هي:

الخدمات التي يزودني بها:

مدير حالتي/ جهة الاتصال:

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

4. مستشاري في خدمة إعادة التأهيل المهني هو

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

5. وسيط الدعم الخاص بي لخدمات التوجيه الذاتي بإدارة الإعاقات النمائية هو

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

6. مقدم خدمات الإدارة المالية لخدمات التوجيه الذاتي الخاص بي هو

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

7. شخص آخر مهم بالنسبة لي هو

علاقته بي:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

8. شخص آخر مهم بالنسبة لي هو

علاقته بي:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

9. شخص آخر مهم بالنسبة لي هو

علاقته بي:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

10. شخص آخر مهم بالنسبة لي هو

علاقته بي:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الالكتروني:

11. شخص آخر مهم بالنسبة لي هو

علاقته بي:

رقم الهاتف:

عنوان البريد الإلكتروني:

من يمكنه المساعدة - قائمة اتصال المؤسسات

التطلعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي

البريد الإلكتروني: mylifemychoice@shredsupportmd.org

رقم الهاتف: 4281-437-240

الموقع الإلكتروني: <https://www.personcenteredplanningmd.com>

شبكة المناصرة الذاتية للتوحد (ايه.اس.ايه.ان)

العنوان: PO Box 66122, Washington, DC, 20035

البريد الإلكتروني: info@autisticadvocacy.org

الثقة النوعية دي.سي للأفراد ذوي الإعاقة

الموقع الإلكتروني: [/https://www.dcqualitytrust.org](https://www.dcqualitytrust.org)

البريد الإلكتروني: info@dcqualitytrust.org

رقم الهاتف: (202) 1450-448

وسطاء الشاطئ الشرقي

العنوان: P.O. Box 123, Whaleyville, Maryland, 21872

رقم الهاتف: 2967-726-410

الهاتف المحمول: 8873-614-443

البريد الإلكتروني: easternshorebrokers@yahoo.com

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

الموقع الإلكتروني: easternshorebrokers.com

جمعية ميريلاند للخدمات المجتمعية (ام.سي.ايه.اس)

العنوان: Columbia, 100 Parkway, Unit P, Columbia, MD, 21045 8835

رقم الهاتف: 5125-740-410

البريد الإلكتروني: macs@macsonline.org

الموقع الإلكتروني: macsonline.org

تنفيذ المشروع:

البريد الإلكتروني: pholton@dcqualitytrust.org

رقم الهاتف: 1458-448-202

مراكز العيش المستقل في ميريلاند

مقاطعات آن أرونديل وهوارد

موارد متاحة لتحقيق الاستقلال (ايه.آر.أي)

العنوان: B Crain Highway South, Suite 206, Glen Burnie, MD, 21061-1406

رقم الهاتف: 2274-636-410

الفاكس: 3909-713-443

الموقع الإلكتروني: <http://arinow.org>

مقاطعات أليغاني وغاريت وواشنطن

موارد للاستقلال

العنوان: North Mechanic Street, Unit B, Cumberland, MD 21502 30

رقم الهاتف: ext. 101 1774-784-301

الموقع الإلكتروني: <http://www.rficil.org>

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

مقاطعات بالتيمور سيتي وبالتيمور وهارفورد
مركز الصور في ميريلاند

العنوان: East. Joppa Road, Suite 302, Towson, MD 21286 300

رقم الهاتف: 6311-982-410

الموقع الإلكتروني: www.imagemd.org

مقاطعات كالفيرت وتشارليز وسانت ماري
مركز جنوب ميريلاند للعيش المستقل

العنوان: Brett Way, Suite 1, Mechanicsville, MD 20659 38588

رقم الهاتف: 4498-884-301

الموقع الإلكتروني: www.smcil.org

مقاطعات كارول وفريدريك
مركز الحرية

العنوان: Highland Street, Suite 510, Frederick, MD, 21701 550

رقم الهاتف: (301) 7811-846

الموقع الإلكتروني: www.thefreedomcenter-md.org

مقاطعات كارولين وسيسيل ودورشيستر وكوين آن وسومرست وتالبوت وويكوميكو
وورسستر

منطقة الخليج سي.آي.إل

العنوان: Progress Circle, Suite 300, Salisbury, MD 21804 909

رقم الهاتف: 0822-260-443

الموقع الإلكتروني: [/http://discoverhci.org](http://discoverhci.org)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

مقاطعات مونتغمري وبرينس جورج
الاستقلال الآن

العنوان: Old Columbia Pike, Suite 101, Silver Spring, MD 20904 12301

رقم الهاتف: 2839-277-301

الموقع الإلكتروني: www.innow.org

المكاتب الإقليمية لإدارة الإعاقات النمائية

المكتب الإقليمي لجنوب ميريلاند

الموقع الإلكتروني: DDA Southern Maryland Regional Office

البريد الإلكتروني: smro.dda@maryland.gov

رقم الهاتف: (301) 5100-362

رقم الهاتف: (301) 5131-362 الرقم المجاني: (888) 2479-207

المكتب الإقليمي لوسط ميريلاند

الموقع الإلكتروني: DDA Central Maryland Regional Office

رقم الهاتف: (410) 8200-234

الرقم المجاني: (877) 2494-874

المكتب الإقليمي لغرب ميريلاند

الموقع الإلكتروني: DDA Western Maryland Regional Office

البريد الإلكتروني: stacey.walters@maryland.gov

رقم الهاتف: (301) 4670-791

الرقم المجاني: (888) 0193-791

المكتب الإقليمي للشاطئ الشرقي بميريلاند

الموقع الإلكتروني: DDA Eastern Shore Regional Office

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

البريد الإلكتروني: carriea.day@maryland.gov

رقم الهاتف: (410) 5920-572

الرقم المجاني: (888) 0478-219 (800) 735-2258 TDD:

أخصائيو المناصرة بإدارة الإعاقات النمائية

المكتب الإقليمي لجنوب ميريلاند

رقم الهاتف: (301) 5141-362

المكتب الإقليمي لوسط ميريلاند

شيريل غوتليب

البريد الإلكتروني: cheryl.gottlieb@maryland.gov

رقم الهاتف: (410) 8210-234

المكتب الإقليمي لغرب ميريلاند

جيسكا ستاين

البريد الإلكتروني: jessica.stine@maryland.gov

رقم الهاتف: (301) 4670-791

المكتب الإقليمي للشاطئ الشرقي بميريلاند

كودي درينكووتر

البريد الإلكتروني: cody.drinkwater@maryland.gov

رقم الهاتف: (410) 5949-572

روابط لقوائم منسقي وكالات الخدمة المجتمعية من خلال إدارة الإعاقات النمائية

- **Central Maryland Region CCS Providers** تخدم مقاطعات آن أرونديل وبالتييمور سيتي و بالتيمور وهارفورد وهوارد.
- **Eastern Shore Region CCS Providers** تخدم مقاطعات كارولين وسيسيل وودورتشستر وكنت وكوين آن وسومرست وتالبوت وويكوميكو ووستر.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

• **Southern Maryland Region CCS Providers** تخدم مقاطعات كالفيرت وتشارليز ومنتغمري وديرنس جورج وسانت ماري.

• **Western Maryland Region CCS Providers** تخدم مقاطعات أليغيني وكارول وفريديريك وغاريت وواشنطن.

حقوق الإعاقة بميريلاند

الموقع الإلكتروني: [/https://disabilityrightsmd.org](https://disabilityrightsmd.org)

رقم الهاتف: 6352-727-410

الرقم المجاني: 7201-233-800-1

قسم خدمات إعادة التأهيل

الموقع الإلكتروني: [/https://dors.maryland.gov](https://dors.maryland.gov)

البريد الإلكتروني: dors@maryland.gov

رقم الهاتف: 9442-554-410

الرقم المجاني: 0334-554-888

الهاتف المرئي: 2840-798-443 (للصم وضعاف السمع فقط)

إدارة ميريلاند للإعاقة

العنوان: East Redwood Street, Suite 1300, Baltimore, MD, 21202 217

الموقع الإلكتروني: [/http://mdod.maryland.gov](http://mdod.maryland.gov)

الهاتف: 3660-767-410

الفاكس: 6674-333-410

البريد الإلكتروني: info.mdod@maryland.gov

إدارة ميريلاند للشيخوخة

العنوان: West Preston Street, Suite 1007 301, بالتيمور, MD, 21201

رقم الهاتف: 1100-767-410

الرقم المجاني: 3425-243-800

الفاكس: 7943-333-410

الموقع الإلكتروني: [/https://aging.maryland.gov](https://aging.maryland.gov)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

MD ABLÉ Accounts

[/https://www.able-now.com](https://www.able-now.com) :: الموقع الإلكتروني

رقم الهاتف: 1-844-669-2253

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

روابط ومصادر على الانترنت

إذا كنت تقرأ نسخة ورقية يمكنك البحث عن هذه الروابط على الانترنت. يمكنك أيضا طلب المساعدة.

مركز تطوير الممارسات والنظم المتمركزة حول الشخص

الموقع الالكتروني [/https://ncapps.acl.gov](https://ncapps.acl.gov)

تخطيط مسار الحياة

الموقع الالكتروني [Lifecoursetools.com](http://lifecoursetools.com)

LifeCourse Framework – LifeCourse Nexus

المركز الوطني للوالدين المعني بالانتقال والعمالة

الموقع الالكتروني: www.pacer.org

مكان الآباء في ميريلاند

الموقع الالكتروني: [/https://www.ppmmd.org](https://www.ppmmd.org)

شبكة التعليم الانتقالي المشروع 10 (مصدر مقره فلوريدا)

الموقع الالكتروني: <http://project10.info/DPage.php?ID=103>

التحضير لمرحلة البلوغ (مصدر مقره المملكة المتحدة)

الموقع الالكتروني: www.preparingforadulthood.org

أدوات دعم اتخاذ القرار

الثقة النوعية (ضمان الجودة) لذوي الإعاقة

الموقع الالكتروني: dcqualitytrust.org

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

دعم قراري

الموقع الإلكتروني: supportmydecision.org

مركز الموارد الوطنية لدعم اتخاذ القرار

الموقع الإلكتروني: supporteddecisionmaking.org

الدمج

الموقع الإلكتروني: <https://inclusion.com>

اتحاد الحريات المدنية الأمريكية – دعم اتخاذ القرار

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

تخطيط مسار الحياة

ما هو تخطيط مسار الحياة؟

تخطيط مسار الحياة هو إطار تم وضعه لمساعدة الأفراد والأسر على اختلاف قدراتهم وفي أي عمر أو مرحلة من مراحل الحياة على وضع تصور لحياة جيدة، والتفكير فيما يجب معرفته أو فعله وتحديد كيف يمكن العثور على الدعم أو تطويره واكتشاف ما يلزم لكي يعيشوا الحياة التي يريدونها. قد يركز الأفراد على وضعهم الحالي وحياتهم الراهنة، لكنهم قد يجدون أنه من المفيد أيضا التطلع إلى المستقبل والبدء في التفكير في تجارب الحاضر التي ستساعد على دفعهم نحو حياة شاملة ومنتجة في المستقبل. وقد صمم هذا الإطار لمساعدة أي مواطن على التفكير في حياته، وليس فقط الأفراد المعروفين لدى نظام الخدمة.

وعلى الرغم من أن الإطار قد وضع أصلا للأفراد ذوي الإعاقة، فإنه مصمم على الصعيد العالمي ويمكن لأي أسرة أن تستخدمه في وضع خطة للحياة، سواء كان لديها فرد ذو إعاقة أم لا.

أساس إطار مسار الحياة

المعتقد الأساسي: من حق جميع الناس ان يعيشوا ويحبوا ويعملوا ويلعبوا ويسعوا لتحقيق طموحاتهم في الحياة تماما كما يفعل الآخرون في مجتمعهم

كل الناس

كل الناس بغض النظر عن العمر أو القدرة أو الدور الأسري تتم مراعاتهم في رؤيتنا وقيمنا وسياساتنا وممارساتنا لدعم الأفراد والأسر. الخيارات وسبل الحصول على الدعم متاحة لجميع الأسر سواء كانوا معروفين لدى نظام خدمات الإعاقة أم لا.

النظام والدورات الأسرية

الناس موجودون ولهم أدوارهم من الأخذ والعطاء داخل نظام أسري يتكيف مع تغير الأعضاء وتقدمهم في السن. ويحتاج الأفراد والأسر إلى دعم يتناول جميع جوانب الحياة ويتكيف مع تغير أدوار واحتياجات جميع أفراد الأسرة مع التقدم في السن خلال الدورات الأسرية.

نتائج الحياة

يركز الأفراد والأسر على التجارب التي تشير إلى المسار نحو نوعية حياة جيدة. واستنادا إلى نظم الدعم الحالية التي تركز على تقرير المصير والحياة المجتمعية ورأس المال الاجتماعي والاقتصادي، فإن التركيز يكون على التخطيط لنتائج الحياة وليس فقط الخدمات.



مجالات الحياة

يعيش الناس حياة كاملة تتشكل من مجالات محددة ومترابطة ومتكاملة وهي مهمة لنوعية حياة جيدة ويشمل ذلك الحياة اليومية، والسلامة والأمن، والحياة المجتمعية، وأسلوب الحياة الصحي، والاجتماعية، والروحانية، والمواطنة والمناصرة.



التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

تخطيط مسار الحياة © ○ ○ ○ ○ ○ ○

مراحل الحياة ومسارها

يمكن للأفراد وللأسر التركيز على مرحلة حياة محددة مع الوعي بمدى تأثير مراحل الحياة السابقة والحالية والمستقبلية وتجاربها على مسار الحياة. ومن المهم أن يكون لدينا تصور لحياة جيدة وأن نتاح لنا الفرص والخبرات والدعم لتحريك مسار الحياة في اتجاه ايجابي.

○○○○○

دعم الفرد والأسرة

يدعم هذا الطراز معالجة كافة جوانب الحياة والتكيف مع تغير أدوار واحتياجات جميع أفراد الأسرة. وقد تشمل أنواع الدعم الاكتشاف والتنقل. (المعلومات والتعليم وبناء المهارات)؛ الاتصال والتواصل (دعم النظير)؛ والسلع والخدمات (المعيشة اليومية والدعم المالي).

توصيل الدعم بشكل متكامل

يستخدم الأفراد والأسر مجموعة من أشكال الدعم المتكاملة لتحقيق الحياة الجيدة المنشودة، بما في ذلك تلك التي تمول من القطاع العام أو الخاص وتستند إلى الأهلية، والدعم المجتمعي المتاح لأي شخص، والدعم القائم على العلاقات، والتكنولوجيا، والتي تأخذ في الاعتبار أصول وقدرات الفرد والأسرة.

السياسات والنظم

يشارك الأفراد والأسر في وضع السياسات على نحو مرضي بحيث يؤثر في تخطيط وسياسة وتنفيذ وتقييم ومراجعة الممارسات التي تؤثر عليهم. ويجب على كل برنامج ومنظمة ونظام وصانع سياسة أن يفكر دائماً في شخص في سياق الأسرة.

للتواصل مع إطار ومواد لايف كورس من خلال الموقع: lifecoursetools.com.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

ميريلاند
قسم الصحة

إدارة الإعاقات النمائية. الدعم والخدمات

أداة التخطيط

الاسم: _____ تاريخ المقابلة: _____

التاريخ الأولي لأداة التخطيط: _____
تاريخ الإحالة إلى إدارة الإعاقات النمائية: _____ تاريخ الاتصال الأولي _____

المنطقة (حدد واحد) CMRO ESRO SMRO WMRO

| |
|-------------------|
| العنوان: |
| المقاطعة: |
| رقم الهاتف: |
| البريد الإلكتروني |

منسق الخدمة المجتمعية المعين

الاسم / الوكالة: _____

(دائرة الدعم) ممثل معتمد، عائلة، أصدقاء، أشخاص يعرفونك بشكل أفضل |

من هم الأعضاء الأساسيون في دائرة دعمك؟ هل هم موجودون؟

| الاسم | العلاقة | بيانات الاتصال | موجود (نعم/لا) |
|-------|---------|----------------|----------------|
| | | | |
| | | | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

تحديد الأهداف والتفضيلات

الجميع يريد حياة جيدة. ماذا تعني لك الحياة الجيدة؟ المساعدة في تحديد ما تريده وما لا تريده. على سبيل المثال بالنسبة إلى كثيرين، تشمل الحياة الجيدة العيش في منازلهم والحصول على الأصدقاء والعائلة في حياتهم والعمل وغير ذلك. سنستخدم هذه المعلومات للمساعدة في التخطيط لتجارب الحياة والدعم والخدمات التي توجهك نحو حياتك الجيدة.

رؤية لحياة جيدة

| ماذا تريد؟ | |
|-----------------------------------|--|
| منظور دائرة الدعم لديك (إن أمكن): | صف كيف تريد أن تبدو حياتك الجيدة بشكل عام: |
| ماذا تريد | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| | |
|----------------------------------|--------------------------|
| منظور دائرة الدعم لديك (إن أمكن) | صف ما لا تريده في حياتك: |
|----------------------------------|--------------------------|

تحديد مواطن القوة

لماذا يعجب الناس بك ويفدرونك؟ ما هي مواهبك ونقاط قوتك ومهاراتك؟

محادثة موجهة حول التوظيف والحياة اليومية

1. هل تعمل حالياً أم عملت في الماضي؟ إذا كنت لا تعمل حالياً هل أنت مهتم بالعمل؟ إذا لم يكن، لم لا؟
2. إذا كنت منخرطاً في عمل تطوعي أو أي نشاط مماثل آخر فهل ترغب في التفكير في وظيفة يمكنك فيها القيام بأنواع مماثلة من الأنشطة؟
3. هل هناك أي شيء تعتقد أنه يتحدى قدرتك على القيام بالأشياء التي تحبها أو التي تهتم بها خلال اليوم؟

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

نجمة الدعم المتكاملة ورقة النصائح

توفر ورقة النصائح هذه نظرة عامة حول كيف ولماذا نستخدم نجمة الدعم المتكاملة

نظرة عامة على مبدأ نجمة الدعم المتكاملة

يعد هذا المبدأ بمثابة تذكير بأن كل شخص يستفيد من مجموعة متنوعة من أشكال الدعم لتلبية احتياجاته اليومية، أو دعم تحقيق أهداف طويلة الأجل أو قصيرة الأجل، أو حل المشاكل، أو تحسين نوعية الحياة.

من الذي يجب أن يستخدمها ولماذا؟

يمكن لأي شخص (أفراد، أسر، محترفين) استخدام نجمة الدعم المتكاملة لتعيين الخدمات والدعم الحاليين أو حل المشاكل لحاجة محددة، أو التخطيط لكيفية الحصول على الدعم في المستقبل. يمكن استخدام هذه الأداة لتوجيه محادثة عبر الهاتف أو تسهيل اجتماع تخطيط شخصي لشخص واحد أو مجموعة من أشخاص. يمكن لأي شخص استخدام نجمة الدعم المتكاملة لتوجيه تفكيره

كل واحد منا يحصل على مجموعة متنوعة من الدعم لتحقيق حياته الجيدة المتكاملة. كان التخطيط لدعم الفرد وأفراد الأسرة يركز بشكل أساسي على الحكومة أو الخدمات المتكاملة وكثيراً ما يستبعد الأصول والشوارد المعينة التي يمكن الاستفادة منها لتلبية احتياجات الشخص. تتوسع نجمة الدعم المتكاملة على الفصول التي خدسة مجالات رئيسية لتقديم

- تمويل عام أو خصص على أساس الأهلية
- أماكن المصنوع والخدمات المتكاملة
- لأبي، شخص العلاقات
- تكنولوجيا برمجية تكيفية
- الممتلكات، وإعطاء القوة للفرد والأسرة

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

أشياء مهمة يجب تذكرها عن نجمة الدعم المتكاملة:



تساعد نجمة الدعم المتكاملة على تنظيم الأفكار وتوليدها ويمكن القيام بذلك باستخدام الأداة الفعلية أو مجرد تذكر النقاط الخمس للنجمة أثناء التخطيط وحل المشاكل.

استخدم النجمة لاتخاذ القرارات اليومية أو استخدمها للتخطيط للمستقبل كما يمكن أن تساعد عند إجراء محادثات مع أعضاء فريق الدعم الآخرين حول أفكار جديدة أو التحدث بجدية عن المواضيع.

لا توجد طريقة خاطئة للبدء أو مكان خاطئ لوضع أفكارك. وهي مصممة لتوسيع أفكارك ومساعدتك على معرفة كيفية الاستفادة من أنواع الدعم المختلفة وربطها.

لا ينبغي أن يكون الهدف أبدا هو إكمال النجمة من أجل إكمال النموذج. تم تصميم الأداة لمساعدتك على إجراء محادثات تفاعلية وتنظيم أفكارك بصريا.

كن مدركا أن الحديث عن حياة أو مستقبل شخص ما هو أمر شخصي جدا. من المهم التعرف على تنوع التجارب

نجمة الدعم المتكاملة ورقة النصح

الخطوات المقترحة لكيفية استخدام نجمة الدعم المتكاملة:

حدد الغرض:

يمكن استخدام نجمة الدعم المتكاملة لاستكشاف العديد من المواقف المختلفة. حدد ما إذا كنت تقوم بتعيين الدعم أو استخدامه للعمل على هدف محدد ثم استخدم الجزء الأوسط من النجمة لكتابة هذا الغرض. إذا كنت تحل مشكلة، ضع المشكلة أو الهدف المحدد. إذا كنت تقوم بتعيين دعم حالي أو مستقبلي اكتب اسم الشخص محل التركيز.

استكشف كل جزء من النجمة:

استخدم كل جزء من النجمة وابدأ في التفكير في أنماط الأشياء المستخدمة حاليا او التي قد تكون متاحة للمساعدة في تحقيق الهدف أو حل المشكلة. استخدم النجمة الموجودة في مقدمة ورقة النصح لتوجيهك خلال كل قسم. ابدأ بالقسم الذي يبدو أنه أسهل لإضافة دعم محدد ثم قم بشق طريقك حول الأقسام الأخرى. سوف تفقز حول الأقسام المختلفة من النجمة وستعود لكل قسم لإضافة المزيد من المعلومات كلما تعلمت الجديد.

الاستخدام المستمر للنجمة:

أداة النجمة مصممة لكي تستخدم مرارا وتكرارا. يمكنك انشاء نجمة مختلفة لكل موقف او الاستمرار في البناء على نجمتك الحالية وإضافة وتعديل البيانات أثناء انتقالك من موقف لآخر. تساعدك النجمة المتكاملة على توصيل ما تريده أثناء حديثك مع الآخرين. يمكنك أخذ النجمة إلى اجتماع لتساعدك في شرح أنواع الدعم التي تحتاج إليها أو المناصرة. وهي مصممة لمساعدتك على البقاء منظما واستكشاف امكانيات جديدة أثناء مواصلة رحلتك لتحقيق أهدافك ورؤيتك اليومية.

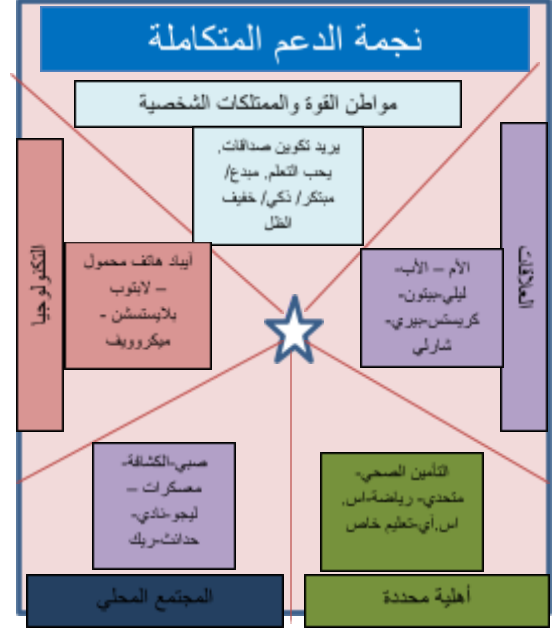
التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

نجمة كونر للدعم المتكامل

كتب فريق دعم كونر اسم كونر في وسط النجمة لأنهم كانوا يستكشفون الدعم الذي من شأنه أن يساعده الآن في حياته. وعند الاستماع بشكل فعال إلى كونر وعائلته وهم يناقشون مخاوفهم، أدرك المشرف أن النجمة قد تساعد في إظهار الدعم المتوفر بشكل مرئي مما يساعد في عملية التخطيط.

استكشف فريق كونر كل منطقة من مناطق النجمة وسوف يعودون لملء مناطق أخرى كلما تعلموا المزيد. وقد ساعدت النجمة في تسليط الضوء على اهتمامات كونر وعدد الأشخاص الذين يحوزهم في حياته. كما أوضحت أنه يريد حقاً أن يبقى نشطاً في المجتمع. يدرك الفريق مدى أهمية التكنولوجيا ويحدد سبل استخدامها الآن وفي المستقبل. وقد خصصوا خدمات وتمويلات جديدة لدفع تكاليف الموظفين أو التكنولوجيا المساعدة للمساعدة خلال اليوم.

ودائماً ما تستخدم الأسرة نجمة كونر للدعم المتكامل عندما يكون لديهم اجتماع مع مدير الحالة. كما استخدم كونر النجمة أثناء اجتماع خطة التعليم الفردي للمساعدة في تحديد أهداف العام. حتى أنه أخذها معه إلى مواعده الطبي عند التخطيط لجراحة مقبلة.



تم دعم ورقة النصح هذه جزئياً من خلال منحة مقدمة من الإدارة الأمريكية للتعايش المجتمعي ، قسم الصحة والخدمات الإنسانية ، واشنطن العاصمة 2021. يتم تشجيع المستفيدين من المنح والذين يقومون بمشاريع تحت إشراف حكومي على التعبير بحرية عن ما توصلوا إليه من استنتاجات ، وبالتالي فإن وجهات النظر والآراء لا تمثل بالضرورة السياسة الرسمية لإدارة التعايش المجتمعي

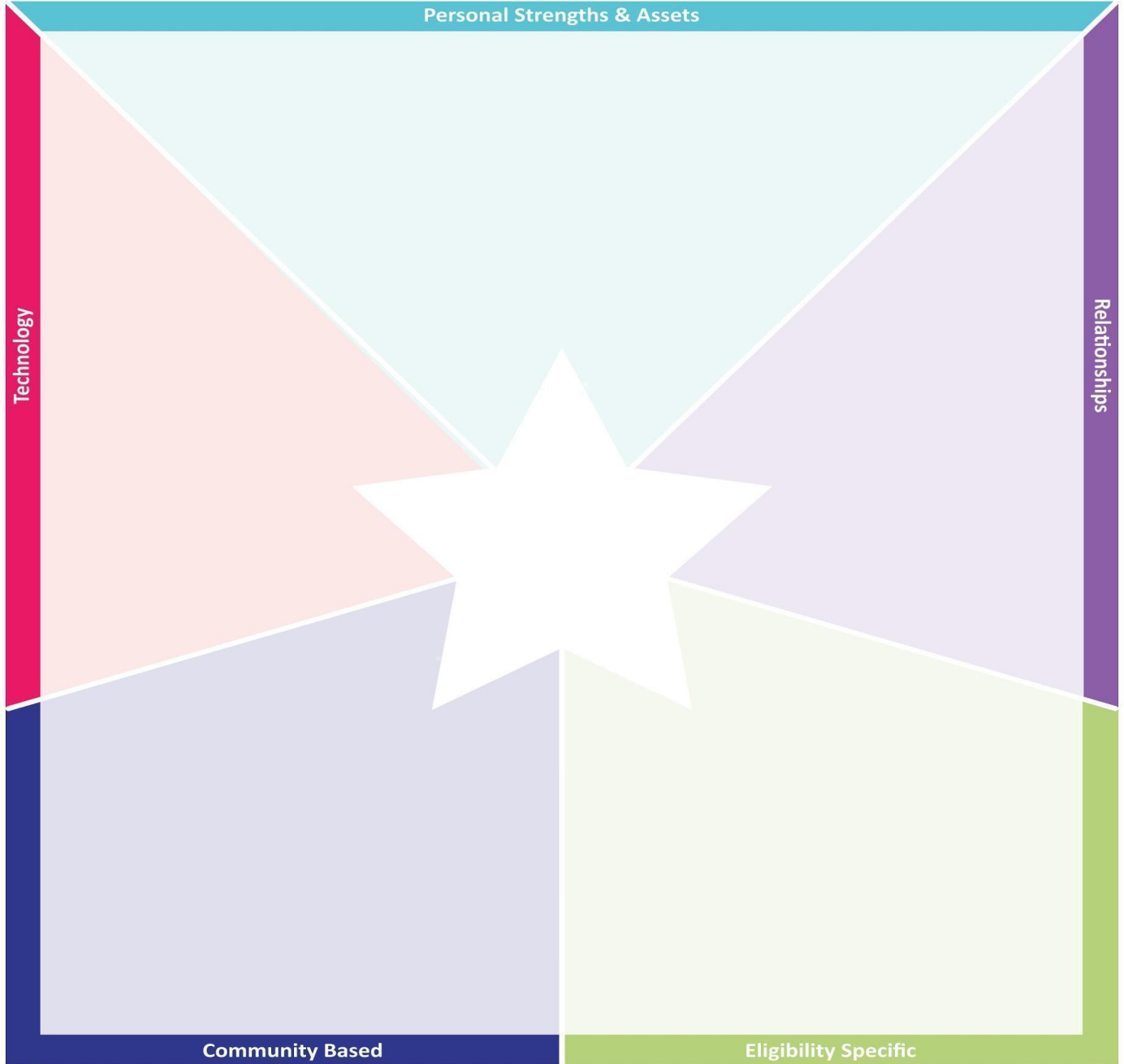
ACL

إدارة التعايش المجتمعي

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)



INTEGRATED SUPPORTS STAR



Developed by the Charting the LifeCourse Nexus - LifeCourseTools.com
© 2020 Curators of the University of Missouri | UMKC IHD • March2020

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

1- نقاط القوة والممتلكات الشخصية

2- دعم العلاقات

3- التكنولوجيا

4- دعم المجتمع المحلي

5- دعم أهلية محددة

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

الخدمات واحتياجات الدعم المتوقعة

منظورك:

| ما الذي يناسبني؟ | ما الذي لا يناسبني؟ |
|------------------|---------------------|
| | |

منظور دائرة دعمك:

| ما الذي يناسبني؟ | ما الذي لا يناسبني؟ |
|------------------|---------------------|
| | |

تم إصداره في 5 أكتوبر 2018

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

النتيجة (ما تريده)

Outcome (What You Want)



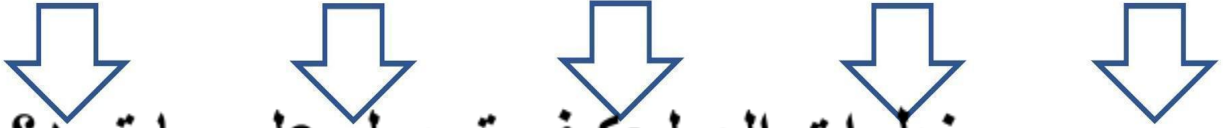
خطوات العمل: كيف تحصل على ما تريد؟

Action Steps (How do you get what you want?)

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

Outcome (What You Want) **النتيجة (ما تريده)**



خطوات العمل: كيف تحصل على ما تريد؟

Resources (What can help you get what you want?)

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

النتيجة (ما تريده) Outcome (What You Want)



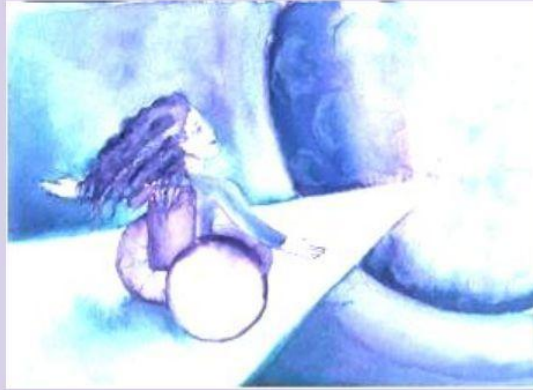
التقدم (كيف ستعرف أنك حققت ما تريد؟)
Progress (How will you know you've gotten what you want?)

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

خطة باز

هذا مثال على خطة متمحورة حول الشخص. هناك العديد من الخطط المختلفة. خطة كل شخص ستكون مختلفة.

باز Paz



التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

من يمثل جزءا من خطط باز المستقبلية

- ٢١ شخصا في المدرسة العام الأخير قبل التخرج
- ١٥ شخصا لتحديد اللوجستية قبل وضع الصيغة النهائية للخطة ودائما! باز ووالداها وأختها في المقدمة

نجمة باز الشمالية

حياة غنية وشاملة في بيئة مدعومة من أسرتها ومن أشخاص يحبونها ويقبلونها في كل حالاتها ويقدرونها لما هي عليه ولما يمكن أن تقدمه بطريقتها الخاصة

اتي، اختياري،

أود أن أرى باز في مكان تكون فيه محاطة بأشخاص يهتمون بأمرها ويتفاعلون معها باستمرار. أتمنى أن أراها في بيئة تكون فيها نافعة للآخرين

القدرات والهدايا

- هدايا اليد - القدرات والمهارات التي يستطيع الشخص أن يشارك بها
- الرأس - المعرفة و الأسئلة والخبرة و المعلومات التي يمكن للشخص أن يشارك بها
- القلب - الاهتمامات والحماس والشغف الشخصي ومكاسب العلاقات التي يمكن للشخص أن يشارك بها
- التاريخ و الهوية - الخبرة والمعرفة والمسؤوليات والاهتمامات و الولاء الذي يتولد من الانتماء لأسرة الشخص أو جماعة دينية أو وطنية أو عرقية والمواطنة

من هي باز؟

- باز هي شخص مشارك تتواصل بشكل رائع دون أن تتحدث ، تقدم حبا غير مشروط وتقبل الجميع ولديها صبر بلا حدود واحتمال لكل ما تلقيه الحياة في طريقها، تحب الناس والموسيقى والنسيم وتحب أن يُقرأ لها، تحب الفاكهة والشوكولاتة وأن تحصل على جلسة تدليك بمستحضر للجسم وأن يتم تجميل أظافرها.
- تعبيرات وجه باز ولغة جسدها معبرة جدا عن مشاعرها ومتجاوبة مع بيئتها المحيطة. عندما تبتسم تجعل كل من حولها يبتسم. واحدة من أجمل لحظات العام كانت عندما ضغطت على الزر بنفسها أثناء عرض درس اليوم، كان الطلاب في غاية الحماسة و كنت سعيدة جدا. يلاحظ من يقف بمحاذاة باز أنها تحرك رأسها ونصفها العلوي عندما تستمع للموسيقى. تحب عندما يقرأ لها التلاميذ بصوت عال وعندما تعمل في مجموعات . كما تحب بازيا الأفلام وتستجيب بشكل غير لفظي للتفاعل مع أقرانها. يقول الطلاب أنهم يعرفون أنها تفهمهم وإن لم يكن بوسعها أن تتحدث إليهم . إن باز طالبة ملهمة فهي تجلب المرح باستمرار لزملائها في الصف. لدى باز أيضا موهبة تهدئة الطلاب والوصول مع الطلاب الذين عادة ما يجدون صعوبة في التهيئة للاندماج مع الآخرين بسرعة.

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

من هي باز؟

- عندما لا تكون باز في الصف فإنك تفتقد لها - فهي تجعل الأشخاص يشعرون بطاقة إيجابية. عندما يواجه شخص ما يوماً سيئاً يمكنه الذهاب للتحدث مع باز.
- تقدر باز التجارب المختلفة فهي تتجاوب مع الأمور الجديدة والمختلفة.
- ستفعل أي شيء
- غير ناقدة وصبورة
- باز لديها روح المغامرة
- حب غير مشروط للناس - أولئك الذين يعرفونها حقاً

!!!!باز

- اجتماعية وسلوك هادئ وروح ايجابية
- تحدث مع باز - هي تحب أن يتحدث الناس معها
- تجعل الناس يقدروا الأشياء البسيطة في الحياة - يروا الأشياء بمنظورها
- ذكاء عاطفي
- باز تحب العمل الجماعي
- باز تجمع الأطفال معا - إذا كانوا مختلفين .. إذا لم يستطيعوا أن يركزوا .. إنها موحدة .. نشاط الصف بأكمله يتغير بوجود باز
- الجميع يحبون العمل مع باز

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

علاقات باز

المتحدثين

الأم ليزلي - الأب روس - الأخت ربيكا
- الجدة جون - العم غلين - العم ديفيد -
العمة ليزا - أقارب آخرون - بيرل -
ممرضة المدرسة - كريستال - سارة

الحلفاء

شارنيل - كارلتون - تيلين - ديون - شانتيل
- بريونا - داجاي - لويس - أسرة مونتز -
أسرة تريفور - ديستيني - عاليه - السيدة
ستيلارت - دي أندريا - السيدة وليام (رئيس
خطة التعليم الفردي) - السيد جي - السيد ام
- يعقوب - أبي - هيثر - رايا - نعومي -
أبناء العم - الطباخ هيثر - السيد (مديرة
الحالة) - معلمة الإنجليزية

الدعم المشترك المسجل
بولاية ميريلاند،
مدينة بالتيمور
المدرسة الحكومية
فريق التحول

٥٦٥ كسيرا

،، رونالد ماكدونالد
المؤسسة الخيرية

سارة - المنسق - السيد رومن المشرف
رايا ومجموعة من أطباء الأطفال والتعلم
بالمعهد - معالج الموسيقى - أخصائي العظام
- أطباء - مقيم الخدمات - REM -
معالجين - صيدلية - إلخ - يساعدون
على إبقاء باز بصحة جيدة ومنسجمة بنجاح
في المدرسة ويساعدوننا على النجاح في
الحفاظ عليها داخل البيت.

المساعدين

جدول أعمالها

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

إمكانات باز واهتماماتها ودورها الاجتماعي وعملها

| ما الذي يمكنك فعله للحصول على أجر؟ | ما هي الأدوار الاجتماعية الممكنة؟ | الإمكانات | الاهتمامات |
|--|--|--------------------------------------|------------------------------|
| موظفة استقبال في متجر, مضييفة في مطعم, مقدمة العينات في نادي سام | | المشاركة تقدم العلاج للطلاب | فنون الطبخ |
| | القراءات - الجولات القراءة التطوعية في المدارس، أن يقرأ لها الأطفال. (PPPCS ~ بعد البرنامج المدرسي ~ 20 دقيقة يوميا للصف الثاني) التدريب على الكلام - البحث عن كل شيء يقرأه الأطفال والأشخاص - تفسير | | الشعر تحب أن يقرأ لها أحد |
| | الأفلام في الحديقة | | الأفلام |
| منح البرامج في الحفلات الموسيقية | مجموعة الكورال - الفرقة الموسيقية | | الموسيقى |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

- عصف ذهني ~ الحياة داخل المجتمع والرّفاهية التي تحظى بها في المدرسة ~ خارج المدرسة.....
- شارنيل ~ باز وشارنيل سنتصلان ببعضهما ويخرجان سويا خارج المدرسة
 - أن تكون موظفة استقبال في متجر
 - البقاء مع الأطفال ~ الأطفال لهم نموذجهم الخاص والمختلف، لا يمثلون مشكلة كما قد يبدو ~ هم جميعا معا
 - كيف يمكن أن يبقى الأطفال على اتصال بعد انتهاء المدرسة بدون التجربة المشتركة في المدرسة.
 - التقابل في يوم سبت والذهاب لمشاهدة فيلم
 - يحضر الأطفال إلى بيت باز ثم يخرجوا إلى المتجر
 - قوة التقنية ~ مواقع التواصل (سكايب - فيس تايم) فقط اعتمد على البالغين الصغار!!!
 - العلاقات طويلة الأمد مع الأطفال في فنون الطهي ~ قد تكون فرصة لتكوين صداقات ربما تكون هي الدعم الطبيعي في حياة باز ، رفقاء السكن ، مدرب العمل، إلى آخر ذلك ..
 - معلم الرسم - مساعد المدير - ماذا؟ - غير متأكد لكن ...
 - مجموعة لطهي تعليمي في المنزل
 - المشاركة في الألعاب الأولمبية الخاصة
 - تنطوع للعودة للمدرسة عندما تتخرج

من الذي يجب أن يحضر الاجتماع

من تريد منه الحضور؟ وكيف سيتحصل لك ذلك __ نصيحة: كلما زاد عدد الأشخاص الذين يعرفون عميلك ويهتمون به وكان بوسعهم حضور الاجتماع كلما كان أفضل. وقد تفكر أيضا في دعوة شخص لا يعرف عميلك ولكنه يمثل جهة اتصال جيدة بالنسبة له، وسيط آخر مثلا.

كيف سيتحصل ذلك – بريد إلكتروني؟
اتصال؟ من سيقوم بالدعوة؟

من الذي يجب أن يحضر

| | | |
|-------|-------|---|
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |

جدول أعمال الاجتماع:

نصيحة 1. اسأل عميلك عن بنود جدول الأعمال التي يريد تغطيتها في الاجتماع. نصيحة 2. من الجيد أن تكون هناك بعض المواضيع الدائمة، أي موضوعات يتم طرحها في جدول الأعمال في كل مرة، على سبيل المثال، "التقدم المحرز في الخطة المتمركزة حول الشخص"، "المتابعة، الاهتمامات أو الأسئلة التي طرحت في الشهر الماضي"، "خطط للشهر المقبل" تاريخ ووقت دورة الاجتماع التالي.

| | |
|-------|---|
| _____ | • |
| _____ | • |
| _____ | • |
| _____ | • |
| _____ | • |
| _____ | • |
| _____ | • |

التحضير لقائمة مهام الاجتماع:

ما الذي أحتاج تحضيره للاجتماع؟ (نشرات؟ رسوم بيانية متحركة؟. أو ما الذي أحتاج إحضاره للاجتماع(الموارد؟ المرطبات؟) من الذي أحتاج أن أرسل جدول الأعمال له أو أتحدث معه عن الاجتماع؛ إلخ

ماذا سيفعل؟

من؟

| | | |
|-------|-------|---|
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |
| _____ | _____ | • |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

استكشاف مجال التركيز

ينبغي مناقشة أسئلة استكشاف مجال التركيز خلال مقابلة الاشراف قبل الاجتماع السنوي باستخدام المنهجيات المناسبة للتخطيط المتمركز حول الشخص(المسارات، تخطيط نمط الحياة الأساسي، وما إلى ذلك)

مجال التركيز الوظيفي

1.

هل أنا حاليا موظف؟ نعم لا

نعم أنا موظف حاليا.

هل أجنّي حاليا على الأقل الحد الأدنى للأجور؟ نعم لا

نعم أجنّي حاليا على الأقل الحد الأدنى للأجور.

هل تمثل وظيفتي منصب تنافسي ومتكامل؟ نعم لا

نعم وظيفتي هي منصب تنافسي ومتكامل

هل أرغب في وظيفة مختلفة؟ نعم لا

نعم أرغب في الحصول على وظيفة مختلفة (مطلوب أقسام الخبرة العملية والمصالح الوظيفية وملخص الوظيفة)

لا - لا أرغب في وظيفة مختلفة (مطلوب الخبرة العملية وملخص الوظيفة)

لا - وظيفتي ليست منصب تنافسي ومتكامل (مطلوب أقسام العمالة التنافسية والخبرة العملية والمصالح الوظيفية وملخص الوظيفة. ومطلوب أيضا نتيجة "أختار المكان الذي أعمل فيه")

لا - لا أتقاضى الحد الأدنى للأجور (مطلوب أقسام العمالة التنافسية والخبرة الوظيفية والمصالح الوظيفية وملخص الوظيفة)

لا - لست موظفا حاليا.

أنا متقاعد (لا توجد أسئلة إضافية أو أقسام إضافية مطلوبة)

أنا لست متقاعد (مطلوب أقسام الوظيفة التنافسية والمصالح الوظيفية وملخص الوظيفة)

الوظيفة التنافسية

توصية منسق الخدمة المجتمعية بشأن الأوضاع الأكثر تكاملا لتلبية احتياجاتي:

الخدمات والدعم اللذين أحتاج إليهما لأكون في أكثر الأوضاع تكاملا:

الحواجز التي تحول دون العمالة التنافسية المتكاملة:

الحصول على التمويل

الوصول إلى الموارد بما في ذلك التوظيف والنقل وما إلى ذلك

اتخاذ القرارات من قبلي

اتخاذ القرارات من قبل ممثلي

الحصول على الدعم الطبي اللازم

الحصول على الدعم السلوكي اللازم

لا أدري إذا كنت مستعدا للوظيفة

أريد أن أعمل ولكن لا أعلم من أين أبدأ

غير ذلك

| الحاجز | ملاحظات | استراتيجيات المعالجة | تحديث عن الحالة/التقدم |
|--------|---------|----------------------|------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

الخبرة الوظيفية

| صاحب العمل | نوع الوظيفة | الدعم الطبيعي | الأجر | تاريخ البدء | تاريخ الانتهاء | هل أحببته | كيف وجدته |
|------------|-------------|---------------|-------|-------------|----------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| المنظمة | نوع الوظيفة | الدعم الطبيعي | الأجر | تاريخ البدء | تاريخ الانتهاء | هل أحببته | كيف وجدته |
|---------|-------------|---------------|-------|-------------|----------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

الخبرة غير المدفوعة

المصالح الوظيفية

أود أن أستكشف هذه المهارات الوظيفية _____
 أود معرفة المزيد عن أصحاب العمل هؤلاء _____ لأنه _____
 يمكن لهؤلاء الأشخاص مساعدتي في تحديد خيارات التوظيف _____
 أريد القيام بهذه الأنشطة عندما لا أعمل _____

ملخص الوظيفة

| | |
|---|--|
| ما الذي لا يناسبني؟ (احتياجات لم تتم تلبيةها، كراهية، إلخ) | ما الذي يناسبني؟ (القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ) |
| ما هو الدعم الذي احتاجه؟ | |

| |
|------------|
| غير مهم لي |
| |
| |
| |
| |
| مهم لي |
| |
| |
| |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 2

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز التواصل

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: التعبير عن نفسك وفهم الآخرين واتخاذ القرارات.

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيةها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

غير مهم لي

مهم لي

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 3

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز التعلم مدى الحياة

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: أساليب التعلم والمناصرة الذاتية والتعليم بعد الثانوي وغير ذلك من أساليب التعلم والتطوير

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

غير مهم لي

مهم لي

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| |
|--|
| |
| |
| |

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 4

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز المشاركة المجتمعية

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: الذهاب إلى أماكن والقيام بأشياء، والنشاطات الثقافية والروحية، ونشاطات ذات مغزى بالنسبة لي.

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

| |
|------------|
| غير مهم لي |
| |
| |
| |
| مهم لي |
| |
| |
| |

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

مجال تركيز الحياة اليومية

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: العناية الشخصية والتجول في المنزل والوجبات والطعام والتسوق والعناية ببيتي وسلامتي الشخصية.

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

| |
|------------|
| غير مهم لي |
| |
| |
| |
| |
| مهم لي |
| |
| |
| |
| |

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

مجال التركيز المالي

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: المصارف وإعداد الموازنة ودفق الفواتير وإدارة الاستحقاقات

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

غير مهم لي

مهم لي

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 7

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز المنزل والمسكن

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: الترتيبات المعيشية الحالية واعتبارات الموقع واعتبارات إمكانية الوصول والاعتبارات المالية واعتبارات شركاء السكن.

الاختيار في السكن

أنا أختار المكان الذي أعيش فيه الآن: نعم لا أنا أختار من أعيش معه الآن: نعم لا

ملخص المنزل والمسكن

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

| |
|------------|
| غير مهم لي |
| |
| |
| |
| مهم لي |
| |
| |
| |

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 8

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز صحة والعافية

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

تشمل المواضيع ذات الصلة المدرجة تحت مجال التركيز هذا: الطعام والتغذية والأنشطة الحركية والرعاية الصحية (رعاية المرض، رعاية المصابين) والعناية بالأسنان

دعم اتخاذ القرارات المتعلقة بالرعاية الصحية

توجيه مسبق

لدي توجيه مسبق: نعم لا. لا. نعم
نعم: ميريلاند للتوجيه المسبق. الأمنيات الخمسة النظام الطبي للمعالجة الدائمة بميريلاند
لا: أنا مهتم بالحصول على واحد. أو أنا غير مهتم بالحصول على واحد.
وكيل الرعاية الصحية

لدي وكيل للرعاية الصحية. الاسم ورقم الهاتف: _____
 ليس لدي وكيل للرعاية الصحية.
 أنا مهتم بالحصول على واحد. أو أنا غير مهتم بالحصول على واحد.

ملخص الصحة والعافية

ما الذي لا يناسبني؟
(احتياجات لم تتم تلبيةها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟
(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

| غير مهم لي |
|------------|
| |
| |
| |
| |
| مهم لي |
| |
| |
| |
| |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 9

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

مجال تركيز العلاقات:

تشمل المواضيع ذات الصلة المندرجة تحت مجال التركيز هذا: العائلة والأصدقاء والجيران والعلاقات العاطفية والعلاقات المهنية.

ما الذي لا يناسبني؟

(احتياجات لم تتم تلبيتها، كراهية، إلخ)

ما الذي يناسبني؟

(القدرات، نقاط القوة، التفضيلات، المساهمات، إلخ)

ما هو الدعم الذي احتاجه؟

غير مهم لي

مهم لي

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

العقبات وكيفية مواجهتها

| العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق |
|--------|-------|----------------|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

صفحة 10

ادارة الإعاقات النمائية. التخطيط المتمركز حول الشخص نوفمبر 2017

صفحة الملخص للتخطيط المتمركز حول الشخص تاريخ خطتي السنوية

حياتي، خطتي، اختياري

اسمي: _____

ما أحبه وأقدره في نفسي: _____

ما أنا مهتم بعمله: _____

أشخاص مهمين في حياتي: _____

أفضل وسيلة للتواصل معي: _____

تاريخ الاجتماع: _____ تاريخ الانشاء: _____ تاريخ الموافقة: _____

نوع الخطة: أولي سنوي منفتح

تاريخ الميلاد: _____ العمر: _____ سنة. رقم ام.ايه _____ معرف ال.تي.اس.اس: _____

العنوان الحالي: _____ رقم الهاتف: _____

التكنولوجيا المساعدة: _____

منسق الخدمة المجتمعية: _____ الاسم ورقم الهاتف: _____

قائمة النتائج: _____

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

| فئة النتيجة | النتيجة | وصف النتيجة | الخدمات المطلوبة |
|-------------|-------------|-------------------------|------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| الرتبة | مهم لي | اكتشف في (مجال التركيز) | |
| | | | |
| | | | |
| الرتبة | مهم من أجلي | اكتشف في (مجال التركيز) | |
| | | | |
| | | | |

ملخص سريع لما هو مهم بالنسبة لي ومن أجلي:

ملخص سريع للعقبات وكيفية مواجهتها:

| اسم العقبة | الوصف | كيفية مواجهتها | تقييد الحقوق | اكتشف في (مجال التركيز) |
|------------|-------|----------------|--------------|-------------------------|
| | | | | |
| | | | | |

ملخص سريع لتقييد الحقوق:

| تقييد الحقوق | الحاجات المحددة والمقيمة ذات الصلة | وصف الحالة | محاولات التدخل الايجابي والأساليب الأقل تطفلا | الجدول الزمني: مراقبة/مراجعة الفعالية |
|--------------|------------------------------------|------------|---|---------------------------------------|
| | | | | |
| | | | | |

نتائج العام السابق:

| فئة النتيجة | النتيجة | وصف النتيجة | الخدمات المطلوبة |
|-------------|---------|-------------|------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

قسم النتائج (صفحة النتائج)

فئة النتيجة:

النتيجة:

مجالات التركيز ذات الصلة:

الحالة:

تاريخ البدء المتوقع:

تاريخ التمام المتوقع:

وصف النتيجة:

أشياء ذات صلة مهمة لي:

أشياء ذات صلة مهمة من أجلي:

مهم لي 1

مهم لي 2

مهم لي 3

مهم من أجلي 1

مهم من أجلي 2

مهم من أجلي 3

كيف يتم استخدام أو تطوير موارد المجتمع أو الدعم الطبيعي؟

ما هي التكنولوجيا التي أحتاجها لدعم هذه النتيجة؟

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)

كيف وكم مرة سيتم استعراض التقدم نحو هذه النتيجة؟

بأى طريقة سيعرف الفريق أن التقدم يحدث؟

- كيف يبدو التقدم بالنسبة لي؟
- كيف يبدو التقدم بالنسبة لفريقي؟

ما هو التكرار المخطط لدعم هذه النتيجة؟

- تكرار تقييم الرضا
- تكرار تقييم استراتيجيات التنفيذ
- تكرار مراجعة النتائج

اعتبارات الدعم:

المجتمعي/الطبيعي/الموارد المساهمة الأخرى لدعم النتائج

| الشخص الداعم | العلاقة | دور الدعم | رقم الهاتف |
|--------------|---------|-----------|------------|
| | | | |
| | | | |

مكتب غير تابع لإدارة الإعاقات النمائية لدعم النتائج:

| المكتب | الدعم | جهة الاتصال |
|--------|-------|-------------|
| | | |
| | | |

خدمة ممولة من إدارة الإعاقات النمائية لدعم النتائج:

| المكتب | الدعم | جهة الاتصال |
|--------|-------|-------------|
| | | |
| | | |

طلب خدمة من إدارة الإعاقات النمائية لدعم النتائج:

| الخدمة: |
|---------|
| |
| |
| |

التوقعات مهمة ~ حياتي، اختياري، خطتي (أغسطس 2021)