

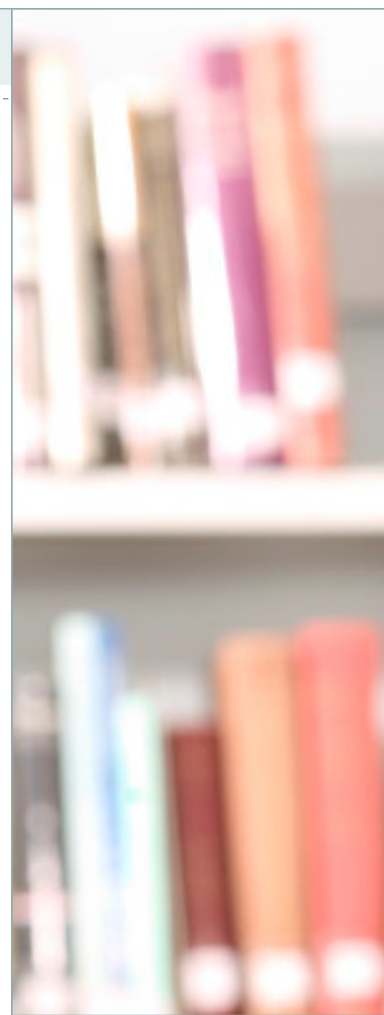


过渡计划家庭指南：

从学校到成年生活

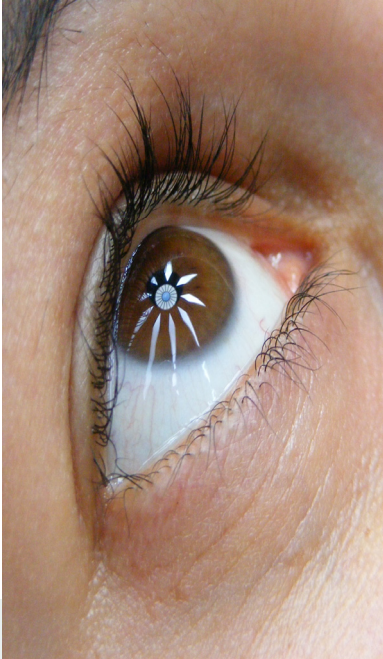
本手册旨在帮助您和您的孩子为过渡做好准备。我们在本手册中回答家长经常提出的有关自己的孩子在这个阶段生活的一些问题。我们还会告诉您从哪里获得青少年及其家人经常询问的其他信息。我们希望此处提供的信息以及您从您的孩子的 Alta California Regional Center (ACRC) 服务协调员 (Service Coordinator/简称 SC) 处获得的帮助和支持将使这一过渡变得十分顺利。

此外，本机构的网站 www.altaregional.org 提供可能对您有帮助的信息和最新内容。您可以为您的电子邮件注册，自动接收本机构的新闻。



常见问题	3
长处和偏好	4
获取服务	5
交友	7
生活方式选择	9
法律和福利	
选择	10
附加信息	15
观察我的孩子	16

“我的孩子的未来会是什么样？”



如果您像其他有发育残障子女的父母一样，您可能会经常担心他们成年后生活会是什么样。青少年的父母之间经常会有像以下这样的交谈：

“我担心我的孩子的未来。他很快就是成年人了，但他与其他成年人不一样。到目前为止，我们都十分依赖学校。当他不再上学后，会怎样？”

“我的孩子的所有朋友都在学校。当她不再上学后，她怎么找到新朋友或保持与老朋友的关系？”

“如果我的孩子想要搬出去自己住，怎么办？他怎么找到住房或室友？如果他自己住，他怎样照料自己？”

“我的孩子的朋友们都在谈论找工作的事。如果我的孩子想要找工作，怎么办？我们怎么知道有哪些工作可供她选择？”

“如果我的孩子不想工作，怎么办？如果她白天没有事可做，我该怎么办？”

“我去世后谁来照料我的孩子？当我不在世时，他怎样养活自己？”



本手册是针对曾有此类对话的所有父母而编写。我们在本手册中回答青少年父母经常提出的五个问题：

问题 1： 我的孩子离开学校后如何获得服务和支持？

问题 2： 我的孩子离开学校后如何交友？

问题 3： 我的孩子如何找到工作或在白天有其他事可做？

问题 4： 我的孩子作为成年人将在哪里生活？

问题 5： 随着我的孩子的年龄增长，会面临哪些法律和福利问题？

在我们回答这五个问题之前，请花一点时间问自己，您如何知道哪些选择适合您的孩子。例如，一旦您了解到有哪些类型的工作或生活安排，您如何了解哪一种类型的工作或生活安排是最好的？**这些问题的答案应当在您的孩子身上寻找。**答案取决于孩子的长处和偏好。因此，您和您的孩子需要采取的**第一个步骤**是开始发现他喜爱什么或不喜爱什么以及他擅长什么。

了解您的孩子的长处和偏好

当人们在做自己喜爱和擅长的事情时，会感到最幸福。您的青少年孩子也不例外。通过现在发现孩子的这些长处和偏好，并帮助孩子找到可参加的活动，帮助孩子取得更大的成功和获得幸福。

人们在没有接触不同的选择时，无法知道自己擅长什么或喜爱做什么。选择包括生活地点、工作、娱乐活动、兴趣爱好等。请务必帮助您的孩子了解有哪些选择。这意味着带孩子到社区中去观察人们怎样生活、工作和娱乐。

每当您与孩子一起外出时，留心看人们在做的工作或参加的其他活动。如果您的青少年孩子观察已经完成从学校过渡的残障人士如何工作或参加其他活动，将会特别有帮助。问您的孩子是否知道这个人在做什么，以及他喜爱或不喜爱这项活动的哪些方面。这将有助于您搜集信息，在今后做决定时加以利用。

本指南背面有一份简单的表格，可帮助您和您的孩子开始了解孩子的喜好和擅长的事情。该页有记录对您的孩子的观察意见、并评估他对不同的活动和地点喜爱程度的栏目。还有另一份表格，可用于记录您的孩子对在社区中看到的事情的反应。

我的孩子在离开学校后将怎样接受服务和支持？

过渡期的一个最大挑战是在您的孩子离开公立学校系统后寻找所需的支持和服务。您可能会希望了解可向离开学校的发育残障成年人提供哪些服务。

好消息是已经有很多支持和服务，并且不断在提供新的选择。由于残障人士目前更积极地参与社区生活，这一点就格外重要。很多过去存在的阻碍残障人士充分利用社区服务的社会和物理障碍正在消失。现在强调的是向人们提供作为积极参与社区生活的成员所需的生活支持。当您的孩子成年后，很可能会像自己的非残障同伴一样在社区中生活、有一份工作和利用社区资源。

您的孩子有以下机会：

- 在大学、社区学院、职业学校或专门的培训计划继续接受教育
- 担任付薪工作或义工，必要时接受特殊支持
- 与室友或单独住在自己的家中或公寓内，必要时接受支持；或在持照护理院内生活
- 学习新技能，例如如何理财、乘公交车、做饭和持家
- 与朋友交往和结识新朋友

有可供利用的服务。问题是如何了解这些服务？

与您的孩子的学校合作

当孩子在学校时，学校应承担向您的孩子提供大多数服务的主要责任。可能自从您的孩子开始上学以来个人教育计划（Individual Educational Plan/简称 IEP）就一直在指导着您的孩子的学业进步。从 14 岁开始，孩子的年度 IEP 将包括个人过渡计划（Individual Transition Plan/简称 ITP）部分，该部分将成为 IEP 的驱动力。ITP 包括您认为您的孩子离开学校后将需要的知识和技能。

您的孩子的 ACRC 服务协调员将与您、学校和社区中的服务提供者合作，帮助您的孩子顺利地从学校过渡。服务协调员将帮助您和您的孩子了解不同的教育、工作、娱乐和社区生活选择。

在您的孩子离开学校之前，您的 ACRC 服务协调员将建议您和您的孩子可以参观的计划，以便了解哪些计划可能最适合您的孩子的需求。您的孩子的服务协调员还能够向您提供工具，帮助您在参观计划时提出哪些问题。如果您找到一项您认为可能适合您的孩子需求的计划，您可能能够在接近孩子高中毕业时要求一位计划工作者参加您的孩子的 ITP 会议。如果您找到某项可能适合您的孩子的具体服务，您的孩子的服务协调员可帮助您寻找接受该项服务的资金。您的孩子的服务协调员用这些方法在过渡阶段向您提供指导。



我的孩子离开学校后将如何交友？

当您的孩子离开学校后，他可以像在学校期间一样，选择参加能够交友的某种类型的日常活动。他可能希望接受更多的教育或培训（例如，在社区学院）、找到一份工作或选择参加某种其他类型的有组织的日间活动。在任何一种情况下，他很可能会与自己的同伴一起做这些事情。

为了帮助您的孩子在这些新环境中交友，您可以在孩子仍然在学校期间向孩子提供练习结识人的机会。这样做的一种好方法是让孩子参加社区娱乐活动或做义工。地方社区有时会针对有发育残障的年轻人开展社交和娱乐活动或提供义工工作机会。有时，可对其他计划（例如普通青年体育社团）进行调适，为您的特殊需求孩子提供支持。如果一位家庭成员、朋友或非残障同伴可向您的孩子提供额外帮助，则更好。

与非残障同伴一起参加社交活动是帮助您的青少年孩子发展适龄行为的好方法。青少年非常需要被自己的同伴接受，使自己的行为和穿着像自己的同伴是被接受的最好方法。如果您的孩子有机会与非残障同伴交往，他们更可能理解行为和穿着规范，并愿意采纳这些规范。这会使他们更容易被非残障同伴接受。同时会减少他们受到想利用看起来不同的人欺负的可能性。

您的孩子还可能从有一位“特殊的朋友”中受益，这位朋友可以带他们进入社区或陪他们参加特定的活动。这位特殊的朋友可以是兄弟姐妹、同龄的邻居或社区义工。

对于某些青少年，有非残障同伴、特殊的朋友或其他典型社交或娱乐交往可能还不足以帮助他们学习与他人相处所需的社交行为。一些青少年可能需要接受额外的帮助。破坏性行为可能构成社交中被接受的障碍，亦可能干扰孩子在学校或其他环境中取得成功的能力。您的孩子的服务协调员可与您讨论寻找满足这些需求资源的策略。

帮助您的孩子理解自己的性行为

随着您的青少年孩子逐渐成年，您可能应当就人类性行为向他们提供教育和帮助。人类性行为培训包括了解自己的身体、身体功能以及随着年龄的增长身体如何变化。此种培训可帮助青少年理解对自己的感受以及与他人关系，向他们提供有关仪表、营养和健康需求的教育。最后，还能帮助他们学习承担对自己的更多责任，作出良好、安全的决定，避免被他人利用。您的孩子的服务协调员可帮助您寻找可向您的儿子或女儿提供的资源。

我的孩子如何找到工作或其他白天可做的事？

加州采纳了 Employment First（就业第一）的政策，因此更多的发育残障人士有机会进入工作市场。很多雇主已经看到聘用发育残障人士的价值：可靠、愿意努力工作、对自己的工作感到自豪等。发育残障个人可能在学习从事一项工作、学习在工作环境中与他人相处和学习相关技能（例如利用公共交通前往工作场所）时，需要获得额外支持。

可提供专门的服务帮助残障人士找工作、学习从事工作要求的技能和提供他们在工作中取得成功所需的直接支持。此类支持可能有时限或者在残障人士工作期间一直提供。可向 ACRC 客户提供在各种工作环境中的工作。您的孩子的服务协调员可提供信息和支持。

如果就业并非您的儿子或女儿的最佳选择，有其他在白天可参加的正式和非正式活动的机会。您的孩子的服务协调员可以提供有关日间活动类型的信息，包括中学毕业后的教育机会。

我的孩子作为成年人将住在哪里？

发育残障成年人的生活地点因人而异，取决于个人的愿望和技能水平以及家庭文化中的常见方法。

除住在家中外，两种最常见的安排类型是持照团体住宅和接受支持的独立居住。

持照团体住宅

持照团体住宅是供一小群发育残障人士居住的住所，通常由两至四人共住。居民按照各自的需求由接受过培训的工作人员提供 24 小时护理和监督。一些持照团体住宅是为有特殊需求的人（例如依赖技术的人）、有其他严重医疗需求的人或有挑战性行为的人而设计的。



独立/支持性生活

对于希望住在公寓、共管公寓或社区住宅中的客户，无论是单独居住还是与室友同住，均可向其提供服务。他们可以接受成功地独立生活所需技能的持续培训，例如烹调、清洁、购物、菜单规划、个人卫生和健康护理、理财以及使用公共交通和其他社区资源。

取决于所需的支持水平，支持性生活服务计划（Supported Living Services/简称 SLS）是除培训外另一种提供持续支持的选择。

家庭支持

让残障儿子或女儿从家中搬走对于父母会很困难。您的孩子的服务协调员理解规划此类搬迁可能对您的家庭产生压力。服务协调员将在这一过渡之前尽早帮助您做准备。

时间选择.....

当客户不再与自己的朋友在一起、并脱离他们从很小的时候起一直喜爱的学校结构时，过渡对于他们会很困难。为了帮助减少此类变化的影响，您应当尽量减少您的儿子或女儿在任何一个时期的变化数量。例如，如果他们正在从学校过渡到日间活动或接受支持的就业，您可能应当延迟他们的住所的变化，直到他们习惯了新环境、并在那里结识了新朋友。逐渐变化将帮助确保您的儿子或女儿始终能有由他们认识、信任和可以交谈的人组成的支持团体。

随着我的孩子的年龄增长，我需要了解哪些法律和福利选择？

当一个人年满 18 岁时，就成为成年人，无论该人士是否有发育障碍，都享有其他成年人拥有的相同权利和责任。

选民登记

年满 18 岁及以上的公民有选举权！如需了解有关此类要求的进一步详情，请与当地县选民办公室注册主管联系，或查看加州州务卿（California Secretary of State）网站 www.sos.ca.gov。您的孩子的服务协调员可向他提供加州选民登记申请表，并帮助填写该表。

义务兵役制

除少数例外情况（例如，因医疗原因始终无法离开住所、医院或机构的人或住院或入住机构的人），所有男性美国公民和居住在美国及其领地的男性外国移民必须在 18 岁生日后 30 天内向义务兵役局（Selective Service）登记。如需了解详情，请电洽 1-888-655-1825，或查看义务兵役局的网站 www.sss.gov。

帮助作出决定

一些发育残障成年人具有作出知情决定的有限能力。对于对自己的孩子作出决定能力感到担忧的家庭，有几种法律安排允许他们或第三方保留对其子女生活的某些方面或所有方面的责任。家庭最经常使用的安排是委托书、教育决策权指定、代理收款、托管和信托。

教育决策权指定

如果客户在年满 18 岁后无法作出自己的教育决定，则可以签署一份表格，将自己的教育决策权指定给自己的父母。这会允许客户的父母在孩子 18-22 岁期间离开公立教育系统后为孩子作出教育决定。

授权书

如果您的孩子希望您协助自己作出健康护理或一般财务决定，可任命您或另一个人担任自己的代理人，作出健康护理决定或具体财务决定或作出健康护理和具体财务决定。这是通过签署授权书来完成的，签署授权书必须有证人或接受公证。这是客户许可自己的父母协助作出重要决定的相对简单和费用低廉的方法。客户可随时更改或撤销授权书，授权书不得被用于作出客户未同意的决定。

托管

托管是取消或限制个人的权利、并将这些权利授予另一个人（经常是家庭成员）的法律程序。管理人可作出有关被托管人健康护理、在何处居住、与谁在一起及其财务等方面的决定。仅限在法院建立托管关系，由法院决定管理人能够作出哪一种类型的决定。因为托管将取消个人的基本权利，仅限在限制性较小的安排不会为个人提供足够保护的情况下，才应采用托管的方法。

代理收款

如果您的孩子需要在管理收入和福利方面获得帮助，以确保向其支付所有的付款，可为其任命一位“代理收款人”，负责接收和管理您的孩子的收入和福利。客户可任命一位朋友或家庭成员担任代理收款人。另一种选择方法是由 ACRC 的代理机构提供代理收款人服务。

社会安全金

一旦残障人士年满 18 岁，就有资格领取每月福利付款补充安全收入（Supplemental Security Income/简称 SSI）和提供健康护理承保的 Medi-Cal。成年人是否有资格参加此类计划通常取决于两点：该成年人的个人收入和残障严重程度。当您的儿子或女儿年满 18 岁时，您应当与当地社会安全办公室联系，开始申请 SSI 和 Medi-Cal 的程序。请务必告诉他们，可从 Alta California Regional Center 索取您的儿子或女儿的记录。在获得您的签名同意后，我们会将这些记录转送给社会安全办公室和/或 Medi-Cal，以便用于确定您的孩子参加计划的资格。

直到最近，如果领取 SSI 和 Medi-Cal 的人开始工作，一旦开始领薪水，就可能失去其中一项或两项福利。为了更多地鼓励人们工作，政府最近对此作出了变更。根据新规定，个人每月收入达到 \$85.00，仍可领取每月全额 SSI 付款。对于超过 \$85.00 的每两美元，政府从个人的每月 SSI 付款中扣除 \$1.00。个人仍然有资格享受 Medi-Cal，用于支付医生门诊、住院护理和药物费用，即使个人的薪水过高，不再有资格领取 SSI 福利付款亦不例外，只要该人士的储蓄不超过某一水平（目前为 \$2,000）。根据此类新规定工作的人在停止工作后或不能赚取足够的收入时可重新领取全额 SSI 福利付款。

家中支持服务

家中支持服务（In-Home Supportive Services/简称 IHSS）计划由加州社会服务部（California Department of Social Services）运营，帮助向住在自己家中的残障人士提供护理和监督。其目的是让需要接受护理的人在自己的家中安全地生活。您的儿子和女儿可在与您同住时或自己独自住在公寓、共管公寓或住宅中时接受 IHSS 支持。

如需符合享受 IHSS 的资格，您的儿子或女儿必须是有低收入和有限资源（因此有资格享受 SSI）的加州合法居民，并须接受护理才能在自己的家中安全地生活。未成年子女如果其父母外出工作或上学，则可能有资格享受 IHSS。子女如果与无法提供协助的残障父母同住或者在父母睡眠期间无法提供协助，也可能有资格享受 IHSS。



我们可以在何处了解更多的信息？

我们知道您希望帮助您的孩子作出最佳选择。请注意，我们说“最佳”选择，并非“正确的”选择。没有人可以告诉您什么是“正确的”选择。只有您和您的儿子或女儿可以作出此项决定。另一个家庭的最佳选择可能不是您的家庭的最佳选择，即使你们的情况相似亦如此。

我们还鼓励您了解当地家庭资源中心（Family Resource Center/简称 FRC）。FRC 由像您一样的家庭成员担任工作人员，他们能够指导您寻找可利用的资源。

请记住，当您和您的孩子处于过渡期时，你们并不孤单。

您的孩子的地区中心服务协调员和其他工作人员可随时为您和您的家人提供帮助。我们将继续向您提供作出良好选择所需的信息，并在您作出这些选择时向您提供支持。我们鼓励您打电话给您的孩子的服务协调员，开始为接下来的过渡期进行规划。

观察我的孩子

1. 我的孩子的最大长处是： _____

2. 我的孩子真正热爱： _____

3. 我的孩子试图避免： _____

4. 我的孩子最喜爱的课程和/或兴趣爱好是： _____

5. 我的孩子做的家务包括： _____

与您的孩子交谈，然后勾选最适当地描述每项陈述符合程度的栏目。

我的孩子：	始终符合	经常符合	不符合
愿意呆在户外			
愿意呆在室内			
愿意作为团队成员工作			
愿意单独工作			
愿意照看动物			
愿意护理植物			
愿意做手工劳动			
愿意保持整洁和清洁			
愿意重复一项任务， 不会失去兴趣			
喜爱学习新东西			
能与他人很好地相处			
能够使用公共交通			
愿意从事非全职工作			
愿意有固定的工时			17

了解工作选择

请您与孩子讨论的每一类工作填写以下栏目。

1. 工作类型： _____

2. 了解工作职责： _____

3. 喜爱这项工作的哪些方面： _____

4. 不喜爱这项工作的哪些方面： _____

注释： _____

了解娱乐选择

请为您与您的孩子考虑的每一项社交、娱乐或创意活动填写以下栏目。

1. 社交、娱乐或创意活动： _____

2. 以前参加这项活动的经历： _____

3. 喜爱这项活动的哪些方面： _____

4. 不喜爱这项活动的哪些方面： _____

注释： _____
