



MÔ-ĐUN 3

Lập Kế Hoạch

Lấy Con Người Làm Trung Tâm



Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm và Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân (IPP) của Quý Vị

Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của quý vị sẽ cung cấp nhiều thông tin cho Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân (IPP), bao gồm:

- ✓ Mục tiêu của quý vị
- ✓ Những hỗ trợ mà quý vị cần
- ✓ Các dịch vụ quý vị cần
- ✓ Ai sẽ cung cấp những dịch vụ đó
- ✓ Ngân Sách Cá Nhân và Kế Hoạch Chi Tiêu của Quý Vị



Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm



Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân (IPP)

Ghi chú:



Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

Thông qua quy trình Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm quý vị sẽ:

- Xác định hy vọng và ước mơ của mình.
- Xác định những gì quý vị thích và những gì quý vị giỏi.
- Xác định và đặt ra các mục tiêu có ý nghĩa cho cuộc sống của quý vị.
- Chọn người sẽ cung cấp dịch vụ và hỗ trợ để giúp quý vị đạt được các mục tiêu của mình.



Ghi chú:





Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

- Không chỉ diễn ra một lần.
- Giúp quý vị chia sẻ ý tưởng của mình theo bất kỳ phương pháp nào quý vị sử dụng để giao tiếp.
- Có thể diễn ra trong môi trường quý vị cảm thấy thoải mái.
- Quý vị có thể mời những người khác mà quý vị muốn có mặt.
- Cách lập kế hoạch của quý vị có thể khác với của người khác và điều đó là bình thường.



Ghi chú:



Quý vị là Chuyên Gia của CHÍNH MÌNH



Hãy suy nghĩ về những điều như:

- Quý vị muốn sống ở đâu?
- Quý vị muốn dành thời gian cho mỗi ngày như thế nào?
- Quý vị muốn có công việc gì?
- Ai là những người quan trọng trong cuộc sống của quý vị?
- Quý vị cần gì để duy trì khỏe mạnh và an toàn?

Ghi chú:



Ước Mơ về Tương Lai của Quý Vị

- Quý vị giỏi điều gì?
- Hy vọng và ước mơ của quý vị là gì?
- Quý vị luôn muốn làm gì?
- Quý vị muốn trở thành người như thế nào?



Biến Ước Mơ thành Hành Động

- Tất cả mọi thứ đều có thể thực hiện được với sự hỗ trợ phù hợp.
- Sự hỗ trợ có thể đến từ rất nhiều người và nhiều nơi.

Ghi chú:



Nơi bắt đầu

- ✓ Nghĩ xem ai có thể giúp quý vị- Quý vị muốn ai tham gia vào nhóm lập kế hoạch của quý vị?
- ✓ Tổ chức một cuộc họp- Gặp gỡ với những người trong nhóm của quý vị.
- ✓ Chia sẻ ý tưởng của quý vị với nhóm.
- ✓ Viết ra ý tưởng của quý vị!



Ghi chú:



Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm về Chính QUÝ VỊ!

Quý vị quyết định điều gì là quan trọng **đối với** bản thân mình để cảm thấy trọn vẹn và hạnh phúc.

Quý vị lên kế hoạch cho những gì quan trọng **cho** bản thân mình để luôn khỏe mạnh, an toàn và thoải mái trong cộng đồng của quý vị.

Hồ Sơ Cá Nhân Một Trang có thể mô tả điều gì là quan trọng với quý vị và cho quý vị.

Hồ sơ bao gồm:

- ✓ Những điều người khác thích và ngưỡng mộ về quý vị...
- ✓ Điều gì là quan trọng đối với quý vị...
- ✓ Cách hỗ trợ quý vị tốt nhất...

Ghi chú:



Hướng dẫn về hồ sơ cá nhân một trang

Hồ sơ cá nhân một trang là gì? Hồ sơ cá nhân một trang là điểm khởi đầu để tóm tắt những gì chúng ta biết là quan trọng đối với một cá nhân và cách hỗ trợ họ tốt nhất. Chuyên gia về nội dung trong hồ sơ cá nhân một trang chính là cá nhân đó và những người tâm đến họ tâm đến họ nhất. Hồ sơ cá nhân một trang cũng chia sẻ những điều mà người khác đánh giá cao về cá nhân đó.

Tại sao chúng ta có hồ sơ đó?

Để chúng ta biết điều gì là quan trọng đối với mỗi chúng ta và làm thế nào để hỗ trợ lẫn nhau một cách tốt nhất. Tất cả chúng ta đều có những tài năng và phẩm chất, những thứ quan trọng mong muốn đối với chúng ta và chúng ta đều cần sự hỗ trợ mang tính cá nhân.

Những điều mọi người thích và ngưỡng mộ về quý vị...



Phần này không phải là

Danh sách các thành tích hoặc giải thưởng – Mà là một bản tóm tắt các đặc điểm tích cực của quý vị.



Phần này là

Quý vị có những điểm tốt nào? Người khác coi trọng điều gì về quý vị? Những đóng góp tích cực mà quý vị thực hiện?

Điều gì là quan trọng đối với quý vị...



Phần này không phải là

Chỉ đơn giản là danh sách những thứ quý vị thích - mà là một bản tóm tắt những điều thực sự quan trọng đối với quý vị.



Phần này là

Bản tóm tắt những điều quan trọng đối với quý vị. Nó cho mọi người biết điều gì là quan trọng đối với quý vị. Sở thích, mối quan tâm và niềm đam mê của quý vị là gì. Ai là người quan trọng đối với quý vị và điều gì tạo nên một ngày “tốt lành” cho quý vị.

Làm thế nào để hỗ trợ quý vị tốt nhất...



Phần này không phải là

Một danh sách các gợi ý rất chung chung - thay vào đó là thông tin cụ thể sẽ hữu ích cho những người khác để đảm bảo rằng quý vị cảm thấy được hỗ trợ.



Phần này là

Thông tin cụ thể và hữu ích mà những người khác nên biết và thực hiện nếu họ muốn hỗ trợ quý vị theo cách tốt nhất.



Hướng dẫn về hồ sơ cá nhân một trang

Những điều cần nghĩ đến khi phát triển hồ sơ cá nhân một trang

Hồ sơ có được viết bằng ngôn ngữ hàng ngày - không phải là lời nói "tiếp cận cộng đồng" hoặc dịch vụ khác? Hồ sơ có sử dụng ngôn ngữ khẳng định không - "John phải có một tách sô cô la nóng, trong một cái cốc, mỗi tối trước khi đi ngủ, thường vào khoảng 10:45 tối."?

Hồ sơ một trang được phát triển như thế nào?

Phát triển hồ sơ một trang là việc mà quý vị có thể làm với gia đình, bạn bè, người quản lý, các thành viên khác trong nhóm hoặc những người hỗ trợ quý vị. Quý vị có thể bắt đầu tự phát triển hồ sơ một trang của mình và nhờ người khác tham gia sau.

Thông tin này sẽ được sử dụng như thế nào.

Phát triển hồ sơ một trang không chỉ là một bài tập trên giấy, mà còn là một cách để biết thêm về quý vị, để chúng tôi có thể giúp quý vị tốt hơn.

Dưới đây là một số phương pháp quý vị có thể sử dụng hồ sơ một trang:

- Vì vậy, chúng tôi biết điều gì là quan trọng đối với quý vị và làm thế nào để hỗ trợ quý vị tốt nhất.
- Là cơ sở để biết những gì có hiệu quả và không có hiệu quả cho quý vị và các hành động đang phát triển.
- Dành cho các đánh giá lấy con người làm trung tâm.
- Để tìm những người phù hợp nhất để hỗ trợ quý vị. Điều quan trọng là phải chia sẻ các mối quan tâm và sở thích cá nhân có liên quan để có được sự phù hợp tốt nhất giữa những điều quan trọng với quý vị và người cung cấp sự hỗ trợ.
- Trong các cuộc họp để đảm bảo rằng tất cả chúng tôi đều hiểu rõ về quý vị và biết những gì chúng tôi cần biết hoặc cần làm để hỗ trợ quý vị.
- Để đánh giá cao những đóng góp độc đáo của quý vị.

Hồ sơ một trang của quý vị rất linh hoạt và có thể được chỉnh sửa khi các mối quan tâm và sở thích của quý vị thay đổi.



Cách tạo hồ sơ một trang



Cách Tạo Hồ Sơ Một Trang

Hồ Sơ Một Trang ghi nhận thông tin cơ bản nhưng quan trọng về một người. Hồ sơ tập trung vào các phẩm chất và khả năng chính của người đó. Hãy tạo Hồ Sơ Một Trang với gia đình, bạn bè, và những người khác hỗ trợ người đó. Cá nhân hóa Hồ Sơ Một Trang bằng hình ảnh, artwork, và màu sắc để phản ánh người được mô tả. Hoàn thành Hồ Sơ Một Trang theo khả năng cao nhất của quý vị, không có cách đúng hay sai để mô tả người đó.

TÊN & NGÀY THÁNG

Ghi ra tên của người có Hồ Sơ Một Trang. Cập nhật hồ sơ hàng năm để thấy những thay đổi và sự phát triển của người đó mỗi năm!

HÌNH ẢNH

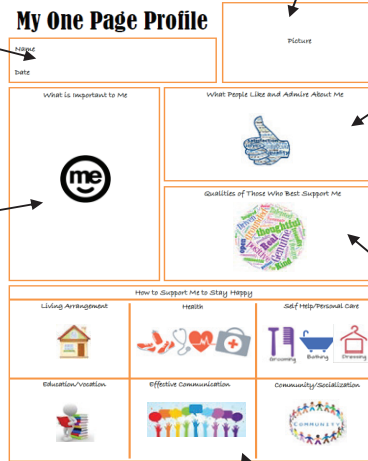
Chèn một hình ảnh hiện tại hoặc sử dụng/vẽ một hình trưng trưng cho cá tính của người đó.

NGƯỜI TA THÍCH & NGƯỠNG MỌI ĐIỀU GÌ Ở TÔI

Bao gồm thông tin về những ưu điểm, khả năng và tài năng của người đó. Ghi ra những gì người khác trân trọng về người đó. Tập trung vào các phẩm chất tích cực và những gì mà người đó làm tốt!

ĐIỀU GÌ LÀ QUAN TRỌNG ĐỐI VỚI TÔI

Liệt kê bất kỳ điều gì quan trọng đối với người đó theo cái nhìn của họ. Người đó thích thực hiện sở thích hay mối quan tâm gì để giúp họ vui. Những hoạt động hàng ngày cụ thể nào là quan trọng đối với người đó. Một số điều cần tránh là gì. Ghi ra những gì thực sự quan trọng đối với người đó, ngay cả khi những người khác không đồng ý.



NHỮNG PHẨM CHẤT CỦA NHỮNG NGƯỜI ỦNG HỘ TÔI NHẤT

Trong phần này, bao gồm các kỹ năng, cá tính, và đặc điểm của những người có thể ủng hộ người đó nhất. Nghĩ đến những người làm cho người đó vui, những người mà người đó hợp tác hiệu quả và người giúp người đó có một ngày vui vẻ. Một số tính từ để mô tả những người ủng hộ

CÁCH ỦNG HỘ TÔI ĐỂ DUY TRÌ CẢM GIÁC VUI VẼ

Trong phần này, bao gồm những thứ quan trọng đối với người đó. Hãy tự hỏi điều gì làm cho người đó cảm thấy tốt hơn khi căng thẳng hoặc không vui. Nghĩ về các nghi thức và hoạt động hàng ngày trong các lĩnh vực khác nhau trong đời của người đó bao gồm sinh hoạt, sức khỏe, hành vi, việc học/ làm, cộng đồng và sự an toàn. Nghĩ về việc người khác cần phải chu

Để được giúp tạo Hồ Sơ Một Trang
Vui lòng liên hệ với Điều Phối Viên Dịch Vụ của quý vị được giới thiệu hện Lập Kế Hoạch Xoay Quanh Cá Nhân 1:1

liên lạc:
Karen Sibrian: (626) 248-4927 hoặc kasibrian@elarc.org
Liz Rodgers: (626) 299-4657 hoặc lrodgers@elarc.org





Hồ Sơ Một Trang Của Tôi

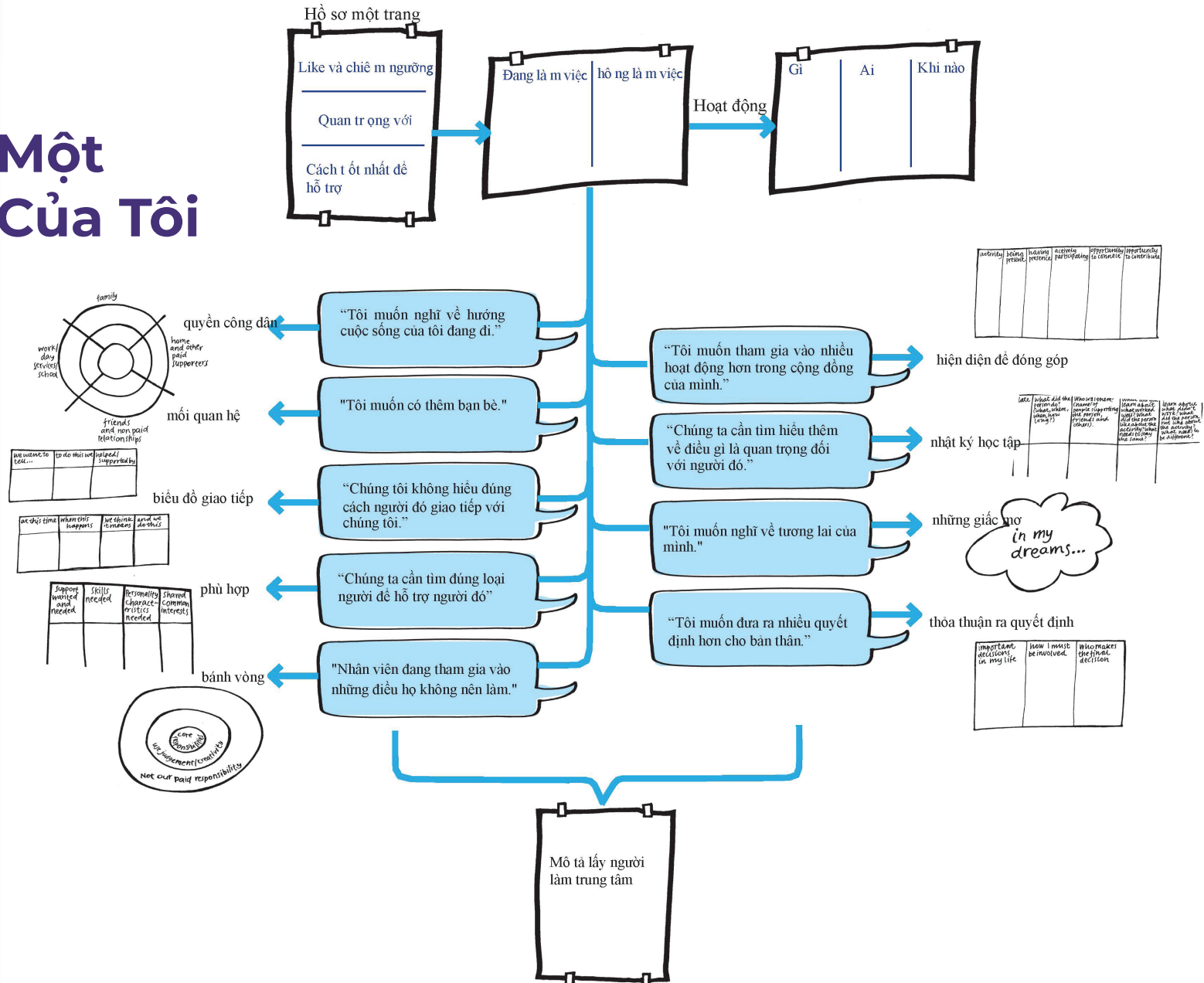
Hồ Sơ Một Trang Của Tôi

Tên		Hình ảnh
Ngày		
Điều Gì Là Quan Trọng Đối Với Tôi	Người Ta Thích và Ngưỡng Mộ Điều Gì Ở	
	Những Phẩm Chất Của Những Người	
Cách Ủng Hộ Tôi Để Duy Trì Cảm Giác Vui Vẻ		
Bố Trí Sinh Hoạt	Sức khỏe	Tự Lực/Chăm Sóc Cá Nhân
Giáo Dục/Dạy Nghề	Truyền Đạt Hiệu Quả	Cộng Đồng/Giao Tiếp



Hồ sơ một trang đến mô tả tập trung vào con người

Hồ Sơ Một Trang Của Tôi

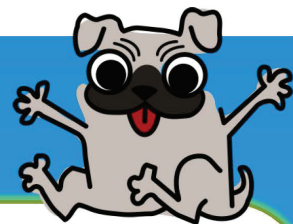




Hồ Sơ Một Trang của Sofia



Tất Cả Về Sofia



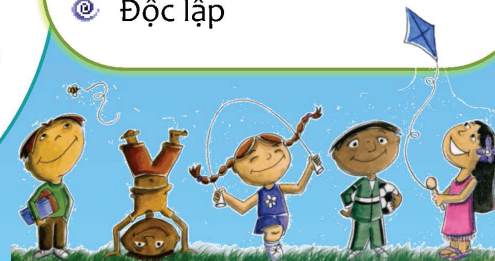
Những điều mọi người thích và ngưỡng mộ ở em là...

- Em là một người bạn tốt
- Em sáng tạo
- Em bơi rất giỏi
- Em biết cách chăm sóc tốt cho chú chó Rocky của gia đình
- Em là một người chị yêu thương em



Điều làm em hạnh phúc.

- Khi ở trong hồ bơi
- Xem video trên Youtube
- Chơi đùa với Rocky
- Thiết kế hình ảnh trên máy tính
- Vui chơi với bạn bè
- Thực hiện tác phẩm nghệ thuật
- Trại Hè
- Kết bạn mới
- Được chấp nhận ở trường
- Độc lập



Em muốn được hỗ trợ như thế nào...

- Cùng em điều phối thời gian đưa đón để em có thể vui chơi cùng bạn bè sau giờ học và các ngày cuối tuần.
- Giúp em tìm các chương trình trại hè để tham gia.
- Ở trường học, giữ khoảng cách và tôn trọng không gian cá nhân của em cho đến khi em cho mọi người biết rằng em cần giúp đỡ, lúc này hãy đến để giúp em.
- Em cần máy tính đặc biệt và chuột để thiết kế trên máy tính.
- Có thể tham dự các lớp nghệ thuật cùng em.
- Giúp em tìm xe lăn điện và học cách sử dụng xe lăn điện.



Hồ Sơ Một Trang của Jason



Hồ Sơ Một Trang Của Jason

Những điều mọi người thích và ngưỡng mộ ở tôi là...

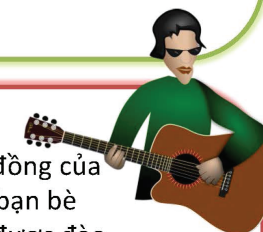
- Tôi thích làm vườn và ở ngoài trời
- Tôi hát khá hay
- Tôi có nhiều sở thích bao gồm đi bộ đường dài, chơi trò chơi điện tử, du lịch và nấu ăn
- Tôi hiểu biết nhiều về các dòng nhạc khác nhau và yêu âm nhạc!
- Tôi đang học chơi đàn ghita
- Tôi thân thiện và là một người bạn tốt

Điều làm tôi hạnh phúc...

- Được làm công việc mà tôi yêu thích; làm vườn/garden
- Ca hát; tôi thích ca hát ở nhà và muốn thử sức tham gia dàn đồng ca nhà thờ
- Âm nhạc; Tôi yêu thích nhiều dòng nhạc khác nhau và muốn học chơi đàn ghita
- Sống ở nhà riêng gần nhà mẹ tôi để được hỗ trợ khi cần
- Tiếp tục dành thời gian với bạn bè
- Dạo chơi vòng quanh thị trấn khi vui chơi với bạn bè

Tôi muốn được hỗ trợ như thế nào...

- Đi lại vòng quanh thị trấn: Có hỗ trợ đưa đón tiếp cận cộng đồng của tôi khi lên kế hoạch cho các hoạt động trong tương lai cùng bạn bè
- Tìm một công việc: Nhận hỗ trợ để tìm việc làm trong vườn, được đào tạo và nhận tài trợ để mua công cụ làm vườn tôi cần
- Có nhà riêng của mình: Biết nấu ăn và giặt quần áo trước khi chuyển ra sống tự lập
- Trợ giúp tìm kiếm căn hộ và nhận hỗ trợ khi tôi chuyển chỗ ở để có thể chuyển chỗ thành công
- Bạn bè: trợ giúp từ những người khác để tìm được cách có thêm bạn bè có chung sở thích; như câu lạc bộ đi bộ đường dài, du lịch, trò chơi điện tử, ca hát
- Sống Lành Mạnh: trợ giúp tìm kiếm chuyên gia dinh dưỡng để hỗ trợ tôi giảm cân và duy trì lối sống lành mạnh





Hồ Sơ Một Trang có thể giúp ích như thế nào?

Hồ Sơ Một Trang có thể...

- Là một giới thiệu hiệu quả nhanh chóng và một cách thức tuyệt vời để chia sẻ thông tin quan trọng.
- Giúp quý vị thu thập thông tin để đưa vào Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân của quý vị.
- Làm rõ các ưu tiên.
- Cung cấp hướng dẫn về cách chăm sóc ai đó.
- Giúp tìm ra sự kết hợp tốt nhất cho các hỗ trợ.
- Cho người khác biết những điều quan trọng Đối Với và Dành Cho quý vị.
- Giúp người khác thấy khả năng của quý vị chứ không chỉ tình trạng khuyết tật của quý vị.

Ghi chú:



Chuẩn Bị cho Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của quý vị:

Các lời khuyên để tổ chức Cuộc Họp Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của quý vị:

Kế hoạch lấy con người làm trung tâm của quý vị phải cung cấp những điều sau đây cho quý vị:

- Chọn địa điểm và thời gian gặp mặt
- Chọn người được mời
- Hãy để quý vị làm chủ cuộc họp của mình
- Giúp đỡ quý vị với những gì quý vị cần và muốn
- Cung cấp cho quý vị sức mạnh để lựa chọn
- Nói về những điều quan trọng nhất đối với quý vị
- Nói chuyện với quý vị, không phải về quý vị
- Tôn trọng văn hóa của quý vị và sử dụng ngôn ngữ mà quý vị hiểu

Các lời khuyên để phát triển Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của quý vị:

- Nghĩ về những người, địa điểm và những điều quan trọng đối với quý vị, nền tảng văn hóa và sở thích lối sống của quý vị
- Nghĩ về hy vọng, ước mơ và tầm nhìn của quý vị cho tương lai
- Nếu quý vị đang yêu cầu giúp đỡ, hãy cho mọi người biết quý vị hiểu ngôn ngữ và hình ảnh nào
- Suy nghĩ về những điều có thể là một số mục tiêu có ý nghĩa cho cuộc sống của quý vị
- Phát triển kế hoạch chi tiêu giúp quý vị hướng tới tầm nhìn tương lai và các mục tiêu trong kế hoạch lấy con người làm trung tâm của mình
- Nêu rõ người sẽ cung cấp dịch vụ và hỗ trợ để giúp quý vị đạt được các mục tiêu của mình
- Xem lại kế hoạch của quý vị và đồng ý khi có bản kế hoạch cuối cùng

Kế hoạch của quý vị sẽ được xem xét và cập nhật 12 tháng một lần trong chương trình Quyền Tự Quyết hoặc khi tình hình hay nhu cầu của quý vị thay đổi hoặc khi quý vị yêu cầu một kế hoạch mới.



Chọn một Cố Vấn Viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm:

Ai có thể trở thành cố vấn viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm?

- Một người có kỹ năng Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm, Cố Vấn Viên Độc Lập hoặc người mà quý vị biết và cảm thấy thoải mái để giúp quý vị lập kế hoạch.
- Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân (IPP) của quý vị phải được phát triển bằng cách sử dụng quy trình lập kế hoạch lấy con người làm trung tâm.
- Có thể tìm danh sách các Nhà Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm và Cố Vấn Viên Độc Lập có thể hỗ trợ việc lập kế hoạch tại đây:
<https://www.elarc.org/home/showpublisheddocument/14956/637613404375300000>

Ai sẽ trả tiền cho cố vấn viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của tôi?

- Những người tham gia chương trình Quyền Tự Quyết có thể yêu cầu các dịch vụ lập kế hoạch lấy con người làm trung tâm và sử dụng ngân sách của họ để mua các hỗ trợ lập kế hoạch.
- Có rất nhiều nguồn lực hỗ trợ để phát triển Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm, và nó không nhất thiết phải là một dịch vụ trả phí.
- Cố Vấn Viên Độc Lập của quý vị có thể cung cấp điều này như một phần ngân sách của quý vị.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập:

<https://www.dds.ca.gov/initiatives/sdp/frequently-asked-questions/self-determination-program-frequently-asked-questions/>



Các Câu Hỏi Có Thể Sử Dụng Khi Chọn Cố Vấn Viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm:



Quý vị biết gì về chương trình Quyền Tự Quyết của California?

Quý vị đã từng được đào tạo để trở thành cố vấn viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm chưa? Nếu có thì quý vị đã được đào tạo về Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm ở đâu, khi nào và từ ai?

Quý vị có thể sử dụng/cố vấn cho (các) phương pháp của Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm?

Quý vị đã có kinh nghiệm gì với tư cách là cố vấn viên Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm?

Quý vị có bất kỳ lời chứng thực nào từ các cá nhân hoặc gia đình mà quý vị đã giúp đỡ không?

Quý vị đã tạo kế hoạch cho nhóm tuổi của tôi và/hoặc bằng ngôn ngữ ưu tiên của tôi chưa?

Quý vị có thể nói, đọc và viết kế hoạch bằng ngôn ngữ ưu tiên của tôi không?

Quý vị sẽ làm thế nào để biết và hiểu tôi?

Với tôi, có một số điều thực sự quan trọng. Quý vị có sẵn sàng điều chỉnh các dịch vụ của mình để đáp ứng nhu cầu và ưu tiên cụ thể của tôi không?

Quý vị sẽ làm thế nào để giúp tôi tập hợp những người trong cuộc sống của tôi, những người quan tâm đến tôi và có thể hỗ trợ tôi?

Quý vị sẽ chuẩn bị cho tôi và vòng tròn kết nối của tôi như thế nào với Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của tôi?

Cuộc họp của tôi sẽ được tiến hành như thế nào? Tôi sẽ có vai trò gì?

Làm thế nào để chúng ta gặp nhau; trực tuyến hay trực tiếp?

Quý vị sẽ chỉ giúp tôi lập kế hoạch hay giúp tôi tìm các dịch vụ hoặc hoạt động trong khu vực của tôi mà tôi có thể quan tâm?

Quý vị biết rõ cộng đồng của tôi ở mức độ nào?

Quý vị có thể ủng hộ cho tôi tại IPP của tôi không?



Khi nào thì tôi sẽ nhận được bản sao của kế hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm và Hồ Sơ/Bản Mô Tả Một Trang của tôi? Quý vị sẽ gửi nó như thế nào? (ví dụ: qua thư, email được mã hóa, v.v.?)

Điều gì sẽ xảy ra nếu tôi muốn thay đổi kế hoạch của mình hoặc nó không phản ánh con người tôi?

Sẽ mất bao lâu cho toàn bộ quá trình?

Quý vị có sẵn sàng thương lượng giá dựa trên nhu cầu cụ thể của tôi không?

Dựa trên những điều tôi cần mà quý vị đã biết, quý vị sẽ tính phí bao nhiêu? Việc thanh toán được sắp xếp như thế nào?

Chúng ta sẽ đưa ra những thỏa thuận nào, bao gồm tuyên bố về sự trợ giúp mà quý vị sẽ cung cấp, khoảng thời gian, lịch trình thanh toán và quyền chấm dứt hợp đồng?

Khi nào thì tôi sẽ nhận được?



Các Phương Pháp Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

Tổng Quan

Kỹ năng Tư Duy Lấy Con Người Làm Trung Tâm có thể giúp tìm kiếm thông tin và tìm hiểu về một người thông qua cuộc trò chuyện với cố vấn và có thể bao gồm nhưng không chỉ giới hạn ở các kỹ năng sau: Quan trọng mong đối với và cho một người, Làm thế nào để hỗ trợ tốt nhất cho một người, Bản Mô Tả/Hồ Sơ Một Trang, Bản Đồ Mối Quan Hệ, Biểu Đồ Giao Tiếp, Hỗ Trợ Ghép Cặp, Diễn Tập 2 Phút, Nhật Ký Học Tập, 4 + 1, Kẹp Xen Kẽ, và Hiệu Quả, Không Hiệu Quả.

Trung Tâm Khu Vực Phía Đông Los Angeles cung cấp khóa đào tạo về Tư Duy Lấy Con Người Làm Trung Tâm. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập: <https://www.elarc.org/about-us/person-centered-thinking>

Lập Kế Hoạch Lối Sống Cần Thiết giả định rằng có những người hiểu và biết về một người, nhưng không cho rằng có một nhóm người cam kết làm việc với người đó. Kế hoạch lối sống cần thiết có 4 phần cơ bản:

Phần hành chính (kế hoạch thuộc về ai, ai đã tham gia lập kế hoạch.)

Phần của cá nhân (ưu điểm của tôi, còn được gọi là tính cách tích cực, những điều quan trọng đối với người đó)

Phần hỗ trợ (mô tả những hỗ trợ mà người đó cần và những điều mà người quen và người thân của người đó tin rằng rất quan trọng để duy trì sức khỏe và sự an toàn cho người đó.)

Kế hoạch hành động (phản ánh sự khác biệt giữa những gì được mô tả trong kế hoạch và những gì đang xảy ra trong cuộc sống của người đó vào thời điểm hiện tại - có điều gì quan trọng đối với người đó nhưng chưa có trong cuộc sống của họ, hành động cần thực hiện để thay đổi điều đó).

Lập Kế Hoạch Lối Sống Cần Thiết được thiết kế để đạt được mục tiêu bên trong và bên ngoài các hệ thống.

Thêm Thông Tin: <https://allenshea.com/wp-content/uploads/2017/02/Essential-Lifestyle-Planning-for-Everyone.pdf>





Các Phương Pháp Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

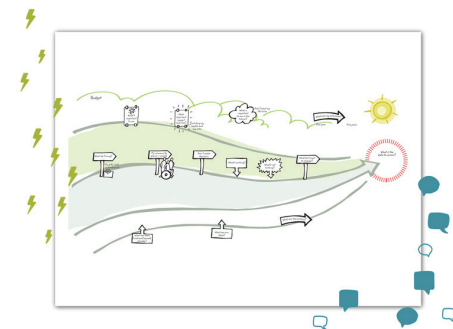
Đánh Giá Lấy Con Người Làm Trung Tâm là một quá trình lập kế hoạch tập trung/hướng vào con người, tập hợp những người quan trọng trong cuộc sống của một người và sử dụng các công cụ tư duy lấy con người làm trung tâm để khám phá những gì đang xảy ra từ các khía cạnh khác nhau bao gồm người được phục vụ, những người quan trọng với họ và những người khác họ tương tác cùng. Mục tiêu là đi đến thống nhất về những hành động có thể cần được thực hiện để tạo ra một cuộc sống tốt hơn và kết hợp những hỗ trợ tốt nhất giúp đạt được điều này.

- Kế hoạch tập trung vào những điều quan trọng đối với người đó, những việc họ cần được hỗ trợ và những gì có hiệu quả và không hiệu quả trong cuộc sống.
- Các câu hỏi được đặt ra trong kiểu lập kế hoạch này là: Điều gì là quan trọng đối với người đó trong hiện tại và trong tương lai (tức là trước mắt và trong tương lai dài hạn). Điều này có thể bao gồm hy vọng, ước mơ và nguyện vọng trong tương lai). Người đó cần được hỗ trợ và giúp đỡ gì để luôn khỏe mạnh và an toàn dựa trên những điều quan trọng đối với họ; hỗ trợ không nên bao gồm những gì người đó có thể làm được một mình. Các vấn đề cần giải quyết và các câu hỏi cần trả lời. Điều gì có hiệu quả và không hiệu quả theo các quan điểm khác nhau của mỗi người; và từ đó kế hoạch hành động được phát triển.



Planning Live là một phương pháp tiếp cận toàn diện và hấp dẫn đối với lập kế hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm, đưa những người đóng vai trò quan trọng trong việc lập kế hoạch tập hợp với nhau, trực tiếp hoặc từ xa, để lắng nghe những điều quan trọng đối với họ và thảo luận một loạt chủ đề để đạt được các kết quả mong muốn và “một tuần hoàn hảo”, dùng để làm căn cứ lập kế hoạch hỗ trợ và chi tiêu của người đó, nếu ở trong chương trình Quyền Tự Quyết.

- Trong trường hợp những người sống cùng nhau và chia sẻ một nhóm hỗ trợ, thì Planning Live có thể tổ chức trong thời gian 2 ngày, để tất cả những người có liên quan cùng nhau tham gia và phát triển một kế hoạch hỗ trợ riêng cho từng người. Khi tất cả mọi người không thể đến cùng nhau, Planning Live có thể tổ chức cuộc họp trực tuyến cho người lập kế hoạch và khách mời thông qua các công nghệ họp qua video và tương tác.

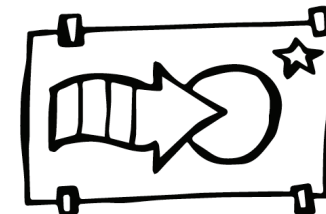


Thêm Thông Tin: <https://helensandersonassociates.com>



Các Phương Pháp Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

PATH là viết tắt của Lập Kế Hoạch Thay Thế Ngày Mai với Hy Vọng. PATH là quá trình tập thể, nhằm tìm cách thiết lập một mục tiêu có ích và có thể đạt được. Mục tiêu này liên quan đến cuộc sống và được thực hiện bằng cách kêu gọi người tham gia, xây dựng sức mạnh và có một chiến lược khả thi. Đây là một công cụ sáng tạo được thiết kế để đạt được kết quả ngay khi lập kế hoạch từ đầu.



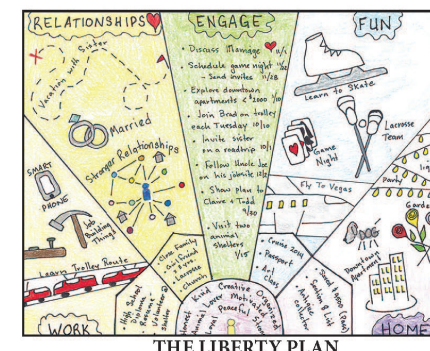
- Công việc bắt đầu với một quá trình tưởng tượng về tương lai tập trung vào người đang được lập kế hoạch để xác định ước mơ của họ và xác định cách sống tại một thời điểm nào đó trong tương lai. Sau đó, quá trình lập kế hoạch di chuyển từ Sao Bắc Đẩu (tương lai) trở lại đến một kết quả của các bước đầu tiên (bắt đầu) có thể thực hiện và có ích.
- Quá trình lập kế hoạch này được ghi lại chủ yếu bằng đồ họa thông tin để thể hiện các ý tưởng được chia sẻ và thu thập. Các câu hỏi được hỏi theo phong cách lập kế hoạch này là: tương lai của quý vị là gì? (tức là lý tưởng, giá trị, đam mê, hy vọng, ước mơ) Điều gì là tích cực và có thể đạt được trong một khung thời gian? Điều gì đang xảy ra bây giờ? Ai sẽ tham gia? Làm thế nào để phát triển mạnh mẽ hơn? Các bước tiếp theo và chiến lược của chúng ta?
- Quá trình này được tiến hành bởi hai cố vấn viên, một người cố vấn và một người ghi lại nội dung. Tin cậy và bảo mật là hai vấn đề quan trọng phải được giải quyết và củng cố trong suốt quá trình này.

Thêm Thông Tin: <https://inclusion.com/path-maps-and-person-centered-planning/>

Liberty Plan là một quy trình tùy chỉnh để nuôi dưỡng những gì có thể thực hiện trong các lĩnh vực cuộc sống tương lai mà bây giờ người đó đang quan tâm đến. Đó là một cơ hội để chúc mừng người đó, suy ngẫm về những gì họ muốn đạt được và lắng nghe những gì người đó muốn khám phá thêm. Nó giúp thu hút người đó tham gia vào hành động. Quá trình lập kế hoạch này được ghi lại chủ yếu bằng đồ họa thông tin để thể hiện những ý tưởng được chia sẻ và tập hợp.

- Các lĩnh vực được đề cập trong phong cách lập kế hoạch này là: Chúc Mừng (khoe khoang một chút về bản thân), Suy Ngẫm (để xem lại những thành tích trước đây), Lắng Nghe (để khuyến khích ước mơ, suy nghĩ và kế hoạch đang tiến hành), Khuyến Khích Hành Động (để đưa tương lai vào hiện tại bằng cách tạo ra một kế hoạch hành động).

Thêm Thông Tin: <https://www.lifeworks-sls.com/liberty-plan>



THE LIBERTY PLAN



Các Phương Pháp Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm

MAPS là viết tắt của *Lập Kế Hoạch Hành Động* huy động vòng tròn kết nối xung quanh một người. Vòng tròn kết nối là một nhóm những người cam kết sẵn sàng đồng hành cùng người đó và ở bên người đó và thường hầu hết không được trả tiền. MAPS là một cách để huy động nhóm đó và động viên họ cam kết tiếp tục làm việc hướng tới một tương lai đáng mơ ước.

- MAPS là một quy trình nhóm để làm rõ các tài năng của cá nhân đó, xác định những đóng góp có ý nghĩa mà họ có thể thực hiện hoặc hiện đang thực hiện, nêu rõ các điều kiện cần thiết để đóng góp và đưa ra các thỏa thuận sẽ phát triển các cơ hội đóng góp.
- Các danh mục bao gồm: Nghe câu chuyện, Tôn vinh ước mơ, Nhận ra cơn ác mộng, Nhận biết các tài năng, Nói những gì cần thiết, Thỏa thuận, Tôn vinh.
- Quá trình lập kế hoạch này được ghi lại chủ yếu bằng đồ họa thông tin để thể hiện các ý tưởng được chia sẻ và thu thập. Quá trình này được tiến hành bởi hai cố vấn viên, một người cố vấn và một người ghi lại nội dung.



Thêm Thông Tin:

<https://helensandersonassociates.com/person-centered-approaches/maps/>





Các Nguồn Lực Hỗ Trợ dành cho Tư Duy và Lập Kế Hoạch Tập Trung Vào Con Người:

Video clip về Lập Kế Hoạch Tập Trung Vào Con Người:

Michael Smull về sự phát triển của tư duy lấy con người làm trung tâm:

<https://www.youtube.com/watch?v=pYtDrbkZCps>

Michael Smull về ý nghĩa của các phương pháp tiếp cận, tư duy và lập kế hoạch lấy con người làm trung tâm, bao gồm PATH, MAPS Lập Kế Hoạch Cách Sống Cần Thiết?

<https://www.youtube.com/watch?v=tvANuym5VXY&t=70s>

Michael Smull hướng dẫn cuộc họp lập kế hoạch lấy con người làm trung tâm:

<https://www.youtube.com/watch?v=OQbs5JhKNXM>

Helen Sanderson mô tả quy trình đánh giá lấy con người làm trung tâm:

<https://youtu.be/YpRz-YEwkP8>

Julie Malette cố vấn cho việc đánh giá lấy con người làm trung tâm:

<https://www.youtube.com/watch?v=wx-e-tB6wOz8>

Buổi Học Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của Michael Smull:

<https://www.youtube.com/watch?v=OQbs5JhKNXM>

Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm là gì:

<https://www.youtube.com/watch?v=ECcH5SR4KzM>

5 phần Chủ Chốt trong lập kế hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm để đọc:

<https://www.youtube.com/watch?v=BSLRow7kkYs>

Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm của Beth Mount:

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=2REk6fYDZ0Y>

Lấy Con Người Làm Trung Tâm và Lấy Hệ Thống Làm Trung Tâm của Beth Mount:

<https://www.youtube.com/watch?v=y77y7XW8GtE\>



Các Nguồn Lực Hỗ Trợ dành cho Tư Duy và Lập Kế Hoạch Tập Trung Vào Con Người:

Các Nguồn Lực Hỗ Trợ dành cho Hồ Sơ Một Trang:

Các ví dụ về hồ sơ một trang:

<https://onepageprofiles.wordpress.com/>

Bắt đầu với hồ sơ một trang:

<https://www.youtube.com/watch?v=ekEtStwHdhY>

Các mẫu hồ sơ một trang:

<http://www.sheffkids.co.uk/adultssite/pages/onepageprofiletemplates.html>

Các Nguồn Lực Hỗ Trợ Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm:

Helen Sanderson Associates Planning Live:

<https://helensandersonassociates.com/person-centered-approaches/planning-live/>

Lập Kế Hoạch Tương Lai Cá Nhân:

<http://tinyurl.com/jxe7s4l>

Trang web của Allen và Shea với sách bài tập Hộ Chiếu Cá Nhân:

<http://tinyurl.com/hvpsraj>

Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm: Lộ Trình đến Tương Lai của quý vị – Bộ công cụ cho bất cứ ai quan tâm đến Lập Kế Hoạch Lấy Con Người Làm Trung Tâm, Trung Tâm Xuất Sắc về Khuyết Tật của Trường Đại Học Sonoran, Sở Y Khoa Gia Đình và Cộng Đồng, Trường Đại Học Arizona - tổng quan về quy trình lập kế hoạch lấy con người làm trung tâm với các lời khuyên dành cho những người trong vòng tròn kết nối hỗ trợ của một cá nhân:

https://sonoranucedd.fcm.arizona.edu/sites/sonoranucedd.fcm.arizona.edu/files/publication/PCPToolkit_Final.pdf

Lập Biểu Đồ Cuộc Sống:

<https://www.lifecoursetools.com/>

Hướng Dẫn Nguồn Lực Hỗ Trợ Kế Hoạch Chương Trình Cá Nhân của DDS: Phương Pháp Tiếp Cận Lấy Con Người Làm Trung Tâm:

<http://www.dds.ca.gov/RC/IPPMannual.cfm>



Ghi Chú của Tôi và Các Bước Tiếp Theo

Hỗ Trợ Quyền Hạn
Tự Do Trách Nhiệm
Xác Nhận
