

SỐNG CHUNG VỚI BỆNH TÊ LIỆT

# Điều Hưởng và Chuyển Tiếp lên Trường Cao Đẳng khi bị Tê Liệt



CHRISTOPHER & DANA  
REEVE FOUNDATION  
TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

### Ấn Bản Thứ Nhất năm 2020

Hướng dẫn này đã được chuẩn bị dựa vào các tài liệu khoa học và chuyên môn. Hướng dẫn này được trình bày nhằm mục đích giáo dục và cung cấp thông tin; không nên hiểu hướng dẫn này là chẩn đoán y tế hoặc lời khuyên điều trị. Vui lòng tham khảo ý kiến của bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thích hợp để được giải đáp các thắc mắc cụ thể cho trường hợp của bạn.

#### Người Thực Hiện:

Được viết bởi Annie Tulkin, Nhà Sáng Lập và Giám Đốc  
MS, Trường Cao Đẳng Accessible

Sản xuất bởi Sheila Fitzgibbon và Bernadette Mauro  
Ảnh Bìa: Taylor Price, Trường Đại Học Georgetown '10 và '12 và  
Chủ Tịch John J. DeGioia Trường Đại Học Georgetown

---

## Christopher & Dana Reeve Foundation

636 Morris Turnpike, Suite 3A  
Short Hills, NJ 07078  
đường dây miễn phí (800) 539-7309  
số điện thoại (973) 379-2690 phone  
[ChristopherReeve.org](http://ChristopherReeve.org)

# SỐNG CHUNG VỚI BỆNH TÊ LIỆT

## Điều Hướng và Chuyển Tiếp lên Trường Cao Đẳng khi bị Tê Liệt

<b>Giới Thiệu</b> . . . . .	<b>1</b>
<b>Tự Vận Động</b> . . . . .	<b>2</b>
<b>Cách Chuẩn Bị: Vai Trò của Trung Tâm Phục Hồi Chức Năng</b> . . . . .	<b>6</b>
<b>Cách Chuẩn Bị: Vai Trò của Trường Trung Học Phổ Thông</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>Cách Chuẩn Bị: Vai Trò của Dịch Vụ Phục Hồi Chức Năng Nghề Nghiệp</b> . . . . .	<b>11</b>
<b>Bị Thương Khi Đang Học Phổ Thông hoặc Cao Đẳng</b> . . . . .	<b>12</b>
<b>Chọn Trường Cao Đẳng</b> . . . . .	<b>14</b>
<b>Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật của Trường Cao Đẳng và Những Thứ Văn Phòng Cung Cấp</b> . . . . .	<b>18</b>
<b>Cơ Sở Vật Chất Hỗ Trợ</b> . . . . .	<b>20</b>
<b>Người Chăm Sóc Cá Nhân</b> . . . . .	<b>24</b>
<b>Các Hoạt Động Giải Trí và Sự Kiện Trong Khuôn Viên Trường</b> . . . . .	<b>27</b>
<b>Các Nguồn Lực</b> . . . . .	<b>31</b>



CHRISTOPHER & DANA  
REEVE FOUNDATION

TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

## **Giới Thiệu**

Những học sinh sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động chia sẻ rất nhiều những thách thức giống như các bạn đồng trang lứa không bị khuyết tật khi tìm hiểu về các trường cao đẳng (về giáo dục, văn hóa trong trường, hỗ trợ tài chính, các dịch vụ), và những học sinh này cũng có một tập hợp các cân nhắc riêng biệt cần phải tính đến, bao gồm khả năng tiếp cận thể chất, tiếp cận chăm sóc và cơ sở vật chất hỗ trợ. Các dữ liệu chỉ ra rằng có khoảng 19% sinh viên trường cao đẳng tại Hoa Kỳ là sinh viên bị khuyết tật<sup>1</sup>. Con số này bao gồm: khuyết tật về khả năng học tập, rối loạn thiếu hụt sự tập trung (ADD), các tình trạng sức khỏe tâm thần, các tình trạng bệnh mãn tính, và các khuyết tật về thể chất. Ngoài ra, khoảng 7% sinh viên cao đẳng báo cáo về tình trạng khuyết tật cho biết rằng họ bị khuyết tật thể chất/suy giảm khả năng vận động<sup>2</sup>. Mặc dù luật pháp liên bang yêu cầu các trường cao đẳng phải giúp đỡ các sinh viên bị khuyết tật, tuy nhiên cách thức cung cấp cơ sở vật chất hỗ trợ giữa các trường cao đẳng lại khác nhau. Mục đích của việc phát hành ấn phẩm này là để cung cấp hướng dẫn và hỗ trợ cho những người trưởng thành trẻ tuổi bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động khi họ đang chuẩn bị để chuyển tiếp lên môi trường cao đẳng.

### **Nền tảng: Luật Pháp Liên Bang – Phần 504, Đạo Luật Giáo Dục Dành Cho Người Khuyết Tật (IDEA) và Đạo Luật về Công Dân Mỹ Bị Khuyết Tật (ADA)**

Điều quan trọng là hiểu được những sự khác biệt trong các đạo luật quy định giáo dục từ mẫu giáo đến lớp 12 và cao đẳng. Có ba đạo luật chính mà sinh viên và gia đình nên làm quen. Đầu tiên là Đạo Luật Giáo Dục Dành Cho Người Khuyết Tật (IDEA). Đây là đạo luật quy định các dịch vụ giáo dục đặc biệt trong môi trường từ mẫu giáo đến lớp 12 cho các học sinh bị khuyết tật và cung cấp giáo dục công và các dịch vụ thích hợp miễn phí.

Các học sinh đang nhận được sự giúp đỡ theo Đạo Luật IDEA, thường sẽ có chương trình “IEP” (Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân) trong đó nêu rõ các cơ sở vật chất hỗ trợ và dịch vụ dành cho học sinh đó.

Đạo luật tiếp theo là Phần 504 của Đạo Luật Phục Hồi Chức Năng năm 1973 (Phần 504). Đạo luật này cung cấp sự bảo vệ trước hành vi phân biệt

#### **Viết Tắt**

**ADA:** Đạo Luật về Công Dân Mỹ Bị Khuyết Tật

**DSO:** Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật

**FERPA:** Đạo Luật về Quyền Giáo Dục và Quyền Riêng Tư Liên Bang

**IDEA:** Đạo Luật Giáo Dục Dành Cho Người Khuyết Tật

**IEP:** Chương Trình Giáo Dục Cá Nhân

**OT:** Nhà Trị Liệu Hoạt Động Chức Năng

**PCA:** Người Chăm Sóc Cá Nhân

**PT:** Nhà Vật Lý Trị Liệu

**SSI:** Thu Nhập An Sinh Bổ Sung

**SSDI:** Bảo Hiểm Khuyết Tật An Sinh Xã Hội

**VR:** Phục Hồi Chức Năng Nghề Nghiệp

1. Trung Tâm Thống Kê Giáo Dục Quốc Gia, Bộ Giáo Dục Hoa Kỳ. (2019). Số Liệu Thống Kê về Giáo Dục, 2017 (2018-070).

2. Raue, K., và Lewis, L. (2011). Sinh Viên Khuyết Tật tại các Cơ Sở Giáo Dục Cấp Bằng Sau Trung Học (NCES 2011-018). Trung Tâm Thống Kê Giáo Dục Quốc Gia, Bộ Giáo Dục Hoa Kỳ. Washington, DC: Văn Phòng In Ấn Chính Phủ Hoa Kỳ.

đối xử trên cơ sở bị khuyết tật và áp dụng cả với trường trung học phổ thông và trường cao đẳng. Các học sinh từ mẫu giáo tới lớp 12 được nhận các cơ sở vật chất hỗ trợ từ Phần 504 có thể có được “Kế Hoạch 504”. Đây là kế hoạch nêu rõ những hình thức cơ sở vật chất hỗ trợ mà học sinh được nhận. Phần 504 cũng áp dụng với cả môi trường cao đẳng, tuy nhiên, Kế Hoạch 504 của học sinh có thể không được trực tiếp chuyển tiếp từ môi trường mẫu giáo tới lớp 12 lên môi trường cao đẳng khi xét về các hình thức cơ sở vật chất hỗ trợ mà trường cao đẳng cung cấp. Điều quan trọng là lưu ý rằng các trường tư nhân phải tuân thủ Phần 504 và phải loại bỏ các rào cản giáo dục, nhưng trường tư nhân không phải cung cấp các cơ sở vật chất hỗ trợ và dịch vụ theo IDEA, giống như những dịch vụ có thể được đưa vào IEP.

Trong môi trường cao đẳng, IDEA không còn là đạo luật phù hợp nữa. Trường cao đẳng cung cấp “các cơ sở vật chất hỗ trợ hợp lý” cho những sinh viên bị khuyết tật như được định nghĩa trong Đạo Luật về Công Dân Mỹ Bị Khuyết Tật (ADA) và cung cấp sự bảo vệ trước hành vi phân biệt đối xử như đã được nêu rõ trong Phần 504. Một điểm khác biệt lớn giữa trường trung học phổ thông và trường cao đẳng là trong trường cao đẳng, sinh viên phải tham gia vào “quá trình tương tác” và yêu cầu các cơ sở vật chất hỗ trợ của riêng mình, trong khi môi trường từ mẫu giáo tới lớp 12, phụ huynh thường là người ủng hộ và thúc đẩy các cuộc trò chuyện và yêu cầu. Phụ huynh không còn đóng vai trò trong quá trình giúp đỡ một khi sinh viên đã trúng tuyển vào trường cao đẳng.

## TỰ VẬN ĐỘNG

Rất nhiều sinh viên và phụ huynh vẫn chưa sẵn sàng tiếp nhận các thay đổi diễn ra xung quanh việc tiếp cận các hỗ trợ và dịch vụ dành cho người khuyết tật trong trường cao đẳng bởi vì có sự thay đổi lớn về vai trò và các trách nhiệm của sinh viên. Sau đây là một số khác biệt lớn:

**Trường Trung Học Phổ Thông:** Nhà trường đi đầu trong việc sắp xếp những cơ sở vật chất hỗ trợ. Ví dụ, nếu học sinh cần thêm thời gian trong các bài kiểm tra, nhà trường sẽ biết và tiến hành sắp xếp những hỗ trợ đó.

**Trường Cao Đẳng:** Sinh viên phải tham gia vào “quá trình tương tác” và yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ. Quá trình tương tác yêu cầu sinh viên phải gặp gỡ nhà cố vấn tại Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật (DSO) và cung cấp các tài liệu về tình trạng khuyết tật/sức khỏe. Ví dụ: Nếu sinh viên cần thêm thời gian trong các bài kiểm tra, phần lớn các trường cao đẳng sẽ có quy trình để yêu cầu thêm thời gian làm bài kiểm tra trong trung tâm khảo thí, mà điều này thường bao gồm việc đưa ra yêu cầu ít nhất bảy ngày trước khi diễn ra bài kiểm tra.

**Trường Trung Học Phổ Thông:** Các giáo viên sẽ xác định khi nào học sinh cần hỗ trợ. Các giáo viên có thể kết nối với phụ huynh và chia sẻ thông tin.



Nếu có một điều mà tôi học được từ thời học cao đẳng thì đó chính là việc tôi phải tự mình vận động”.

-Jan Malesiewski

<https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/college-during-the-coronavirus>

**Trường Cao Đẳng:** Sinh viên phải chủ động tìm kiếm hỗ trợ bằng cách tới văn phòng trong giờ hành chính, thuê gia sư và tận dụng các dịch vụ mà trường cao đẳng cung cấp. Ngoài ra, các giáo sư và quản trị viên bị hạn chế bởi Đạo Luật về Quyền Giáo Dục và Quyền Riêng Tư Liên Bang (FERPA), một đạo luật liên bang, trong đó ngăn cản các nhân viên trường đại học chia sẻ thông tin, chẳng hạn như lớp học, lịch trình lớp học và các hoạt động kỷ luật với phụ huynh. Sinh viên và gia đình lựa chọn cho phép phụ huynh truy cập vào các thông tin này sẽ cần phải ký vào mẫu đơn tiết lộ thông tin, thường là với Văn Phòng Đăng Ký của trường cao đẳng.

Sinh viên và phụ huynh thường không chú ý đến sự thay đổi này. Điều quan trọng là phải bắt đầu trao đổi sớm với sinh viên về sự chuyển đổi này, và bắt đầu cho phép các sinh viên phát triển các kỹ năng sống độc lập và tự vận động.

### Các Kỹ Năng Thiết Yếu

Sinh viên sẽ cần có khả năng trình bày hiệu quả nhu cầu và thảo luận về tình trạng khuyết tật của mình khi học cao đẳng. Kỹ năng tự vận động, là khả năng để hiểu rõ và truyền đạt về nhu cầu của một người, chính là chìa khóa. Sau đây là các kỹ năng tự vận động thiết yếu mà các sinh viên cần để hỗ trợ cho việc chuyển đổi thành công của mình:

- Kiến thức về tình trạng khuyết tật của mình
  - Có thể kể tên và mô tả về (các) tình trạng bệnh
- Hiểu rõ về cách thức tình trạng khuyết tật tác động tới mình
  - Có thể bàn luận về cách thức tình trạng khuyết tật tác động tới khả năng của mình để tham gia ở trường, trong cuộc sống hàng ngày và trong các chương trình.
- Biết mình cần sự giúp đỡ gì (về học tập, nhà ở, phương tiện di chuyển, lập kế hoạch)
  - Xác định “những hạn chế về chức năng” và cân nhắc về cách thức mình bị tác động trong từng môi trường phải tiếp xúc trong trường cao đẳng, và xác định những sự giúp đỡ sẽ hỗ trợ cho mình.
- Có khả năng truyền đạt những nhu cầu của mình
  - Có khả năng xác định người mà mình nên nói chuyện và truyền đạt hiệu quả các nhu cầu của mình



- Hiểu rõ các quyền và trách nhiệm của mình theo luật pháp
  - Kiến thức chung và sự hiểu biết về Đạo Luật về Công Dân Mỹ Bị Khuyết Tật và Phần 504, và việc ứng dụng các đạo luật đó ở môi trường cao đẳng.

Có vài cách thức để hỗ trợ sinh viên trong việc phát triển các kỹ năng này. Đầu tiên, nếu sinh viên có chương trình IEP hoặc kế hoạch 504, hãy mời sinh viên tham gia vào các cuộc họp có liên quan đến việc giúp đỡ các sinh viên đó. Gia đình có thể hỗ trợ sinh viên trong việc học hỏi về tình trạng khuyết tật và những nhu cầu của sinh viên. Thông thường, phụ huynh có thể phối hợp với các người cố vấn và các nhà trị liệu để được hỗ trợ trong lĩnh vực này, vì các sinh viên có thể dễ tiếp thu từ người khác hơn là tiếp thu từ cha mẹ của mình. Phần lớn các tiểu bang có các hướng dẫn hỗ trợ chuyển tiếp trực tuyến. Những hướng dẫn này thường phác thảo những kỹ năng mà một sinh viên có thể xây dựng trong suốt thời gian từ lớp 9 đến lớp 12 để hỗ trợ cho sự chuyển tiếp thành công.

Một điều cũng rất quan trọng là tìm các cách để sinh viên xây dựng kỹ năng quản trị và kỹ năng sống độc lập. Dưới đây là một số ý tưởng về cách thức xây dựng những kỹ năng này từ sớm:

### **Trao Đổi Với Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe:**

- Các bậc phụ huynh thường ngần ngại dẫn dắt cuộc trao đổi khi đi khám chữa bệnh. Tuy nhiên, học sinh nên học cách đặt câu hỏi và tự nói chuyện. Như thế sẽ giúp học sinh phát triển được sự độc lập và kỹ năng tự vận động. Để giúp học sinh thực hành nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, các gia đình có thể:
  - Yêu cầu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe đặt câu hỏi trực tiếp cho học sinh để nâng cao khả năng theo dõi sức khỏe và tự vận động của các em.

- Để cho học sinh tự mình làm chủ trong cả buổi khám chữa bệnh.
- Hỗ trợ học sinh lập danh sách các câu hỏi/mối quan ngại trước mỗi buổi khám chữa bệnh.
- Dẫn tập về buổi khám chữa bệnh với học sinh.

## **Quản Lý Thuốc:**

- Khi học sinh chuyển sang sống tự lập, các em sẽ cần quản lý được việc dùng thuốc của mình. Học sinh cần có sẵn biện pháp để theo dõi việc dùng thuốc. Các biện pháp đó cần phải được áp dụng trước khi các em vào đại học. Để rèn luyện những kỹ năng này, các gia đình có thể:
  - Hỗ trợ học sinh thiết lập lịch hoặc ứng dụng quản lý thuốc để giúp học sinh xác định thời điểm dùng thuốc, liều lượng và thời điểm cần lấy đợt thuốc mới. (Xin lưu ý rằng nhiều ứng dụng còn có tính năng giúp người sử dụng theo dõi cảm giác mà thuốc mang lại cho người dùng. Dữ liệu này có thể sẽ hữu ích).
  - Trang bị cho học sinh một hộp thuốc và ghi rõ ngày bổ sung thêm thuốc vào hộp (ví dụ như các ngày Chủ nhật).

## **Buổi Hẹn Khám Chữa Bệnh:**

- Ngay từ khi trẻ sinh ra được vài ngày, các gia đình đã hình thành thói quen đặt lịch khám chữa bệnh với bác sĩ cho con mình! Thật khó để bỏ đi thói quen đó sau khoảng 18 năm. Tuy vậy, đến cuối cùng thì cha mẹ vẫn sẽ phải để học sinh tự làm chủ và lên lịch khám chữa bệnh cho chính mình. Để chuyển giao trách nhiệm này cho học sinh, các gia đình có thể:
  - Hỗ trợ học sinh tự lên lịch khám chữa bệnh cho mình. Học sinh phải hiểu được lịch trình và giao ước khám chữa bệnh của mình với bác sĩ để có thể tự mình gọi điện đặt lịch hẹn.
  - Cùng học sinh viết ra nội dung của cuộc gọi rồi luyện tập về những chi tiết sẽ phát sinh trong cuộc gọi.
  - Hãy đảm bảo học sinh có thể lấy được thông tin liên quan về bảo hiểm y tế từ một vị trí thuận tiện.
  - Nếu học sinh có lịch khám chữa bệnh định kỳ thì hãy đảm bảo học sinh đã có sẵn phương pháp để theo dõi và sắp xếp lịch hẹn. Các ứng dụng và lịch điện tử có thể sẽ rất hữu ích.

Học sinh càng thực hành nhiều về khả năng tự vận động, hoạt động chức năng và kỹ năng sống tự lập khi được hỗ trợ tại nhà thì khi vào đại học, học sinh sẽ càng tự xử lý được tốt hơn.



## CÁCH CHUẨN BỊ: VAI TRÒ CỦA TRUNG TÂM PHỤC HỒI CHỨC NĂNG

Nếu bệnh liệt của bạn đã tồn tại từ lâu trước khi vào cao đẳng thì có lẽ bạn sẽ muốn xem xét đến việc phục hồi chức năng ngoại trú để cải thiện các kỹ năng hoạt động và kỹ năng sống tự lập của mình. Những kỹ năng này có thể là: kỹ năng đổi xe lăn, kỹ năng vận động tinh vi, tăng cường cơ lõi và nâng cao sức chịu đựng. Điều đó sẽ giúp bạn chuẩn bị tốt hơn cho việc sống tự lập ở cao đẳng.

Đối với những người mới bị thương hay liệt, phần này sẽ trình bày những người có vai trò quan trọng giúp bạn quay trở lại hoặc chuẩn bị vào cao đẳng. Hãy nhìn vào vai trò của các thành viên khác nhau trong nhóm phục hồi chức năng để xem họ có thể giúp đỡ bạn như thế nào trong mục tiêu quay trở lại hoặc bước vào cao đẳng. Hỏi xem trung tâm phục hồi chức năng có ai có thể liên hệ với các trường học hay không. Thường thì người này sẽ có chức danh là “Điều Phối Viên Giáo Dục”, nhưng giữa các trung tâm vẫn có sự khác nhau.

### Điều Phối Viên Giáo Dục có thể:

- Hỗ trợ học sinh tham quan trường cao đẳng và kết nối học sinh với Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật (DSO)
- Hỗ trợ học sinh xác định các cơ sở vật chất hỗ trợ
- Tư vấn về những dạng hỗ trợ khác mà có thể học sinh sẽ cần trong môi trường cao đẳng

Trong thời gian học sinh đang phục hồi chức năng, các em sẽ làm việc với các nhà trị liệu thể chất (PT) và chức năng hoạt động (OT).

### PT/OT có thể:

- Xác định các “hạn chế trong hoạt động” của học sinh
  - Xây dựng danh sách các hạn chế trong hoạt động
  - Xem xét xem các hạn chế này sẽ ảnh hưởng thế nào đến khả năng vận động của học sinh trong lớp học và trong môi trường ăn ở
  - Giúp học sinh xác định nhu cầu về hỗ trợ cá nhân (người chăm sóc, công nghệ hỗ trợ, v.v.)
  - Cung cấp tài liệu cho học sinh sử dụng khi học sinh yêu cầu về cơ sở vật chất hỗ trợ

Phối hợp với nhóm làm việc tại trung tâm phục hồi chức năng sẽ giúp học sinh đảm bảo cho mình có được sự hỗ trợ cũng như hệ thống sẵn sàng tốt nhất. Sau khi được nhận vào một trường cao đẳng, có thể học sinh cũng muốn sắp xếp cùng với DSO của trường

và đưa OT của mình đến trường để thực hiện đánh giá tại chỗ cùng với học sinh. Việc này sẽ đặc biệt hữu ích khi học sinh dự định sống trong khuôn viên trường. Việc đánh giá sẽ giúp xác định ra các điều chỉnh và yêu cầu mà học sinh muốn đưa ra cho DSO.

## CÁCH CHUẨN BỊ: VAI TRÒ CỦA TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG

Khi học sinh học trung học phổ thông, các em sẽ có cơ hội gặp gỡ người cố vấn ở trường trung học phổ thông và trò chuyện về quá trình tìm kiếm và lựa chọn trường cao đẳng. Tuy nhiên, không phải mọi cố vấn ở trường trung học phổ thông đều được trang bị kiến thức để có thể hỗ trợ học sinh bị khuyết tật thể chất trong việc xem xét nhu cầu cụ thể của học sinh. Học sinh và gia đình sẽ cần chuẩn bị để tự đặt câu hỏi và tự tìm hiểu.

Nếu học sinh tham gia IEP thì trong quá trình IEP sẽ có cả hoạt động lập kế hoạch chuyển tiếp. Học sinh rất cần tham gia vào quá trình IEP để hiểu rõ hơn về nhu cầu và cơ sở vật chất hỗ trợ của mình, từ đó có thể tự vận động một cách hiệu quả ở trường cao đẳng.

Nếu học sinh nằm trong chương trình 504, các em sẽ không được nhận dịch vụ chuyển tiếp hỗ trợ các em trong quá trình chuyển tiếp lên cao đẳng. Học sinh tham gia chương trình 504 sẽ cần dành thời gian để suy nghĩ về các dạng hỗ trợ chuyển tiếp và cơ sở vật chất hỗ trợ mà các em sẽ cần để có thể sống tự lập và thành công ở trường cao đẳng.

### **Cố Vấn Cao Đẳng/Tư Vấn Cao Đẳng Độc Lập**

Các cố vấn cao đẳng thường là người cung cấp nguồn thông tin tuyệt vời về những chương trình mà các trường cao đẳng khác nhau áp dụng và họ có thể giúp học sinh xác định được lựa chọn học tập phù hợp nhất. Có thể họ sẽ không thông thạo lắm về các vấn đề liên quan đến học sinh bị khuyết tật thể chất muốn chuyển tiếp lên cao đẳng. Hãy hỏi cố vấn cao đẳng xem họ đã từng làm việc với học sinh khuyết tật thể chất hay chưa. Nếu chưa, họ có thể chỉ dẫn cho bạn đến với nhà tư vấn hoặc nguồn lực khác. Một số gia đình có thể sẽ muốn tìm một nhà tư vấn cao đẳng độc lập để được hỗ trợ và hướng dẫn. Các nhà tư vấn độc lập cũng có thể cung cấp thông tin về các trường khác nhau và làm việc với học sinh để tìm ra trường cao đẳng phù hợp.

### **Hội Chợ Cao Đẳng**

Học sinh sẽ có cơ hội tham dự hội chợ cao đẳng tại trường học của mình, trong học khu của mình, trong khu vực lân cận hoặc hội chợ trực tuyến. Các hội chợ cao đẳng thường được chủ trì bởi một số đại diện phụ trách tuyển sinh cao đẳng. Hội chợ thường được tổ chức tại các nhà thi đấu của trường trung học phổ thông hoặc các trung tâm hội nghị.



Gần đây, ngày càng có nhiều tổ chức và trường học tổ chức hội chợ cao đẳng trực tuyến, tại đây học sinh có thể kết nối với đại diện tuyển sinh từ các trường cao đẳng khác nhau qua môi trường mạng.

**Các Câu Hỏi Cần Đặt Ra Trước Khi Tham Dự Hội Chợ Cao Đẳng:**

- Có thể ra vào nơi tổ chức hội chợ cao đẳng không?
- Nếu cần yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ thì có quy trình gì không?
- Khi tham dự hội chợ cao đẳng qua mạng, hãy hỏi xem nền tảng đó có cho phép trình đọc màn hình và phần mềm chuyển lời nói thành văn bản truy cập được không.

**Lưu Ý Về Nhân Viên Tuyển Sinh Cao Đẳng:**

Nhân viên tuyển sinh cao đẳng có thể không rõ lắm về nhu cầu của học sinh khuyết tật. Học sinh và gia đình nên chuẩn bị đặt các câu hỏi với nhân viên tuyển sinh tại hội chợ cao đẳng. Tuy nhiên, nếu học sinh quan tâm đến một trường cụ thể thì học sinh nên theo dõi và kết nối với DSO để có được thông tin cụ thể liên quan đến dịch vụ dành cho người khuyết tật trong khuôn viên trường. Cũng cần nhớ rằng quy trình đề nghị cơ sở vật chất hỗ trợ trong trường cao đẳng tách biệt với quy trình tuyển sinh cao đẳng. Nhân viên tuyển sinh không chia sẻ thông tin với Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật và ngược lại.

## **Tham Quan Trường Cao Đẳng**

Các học sinh bị liệt và suy giảm khả năng vận động nên thử đến thăm khuôn viên của trường mà mình muốn theo học. Điều này sẽ giúp học sinh biết rõ hơn về khả năng ra vào khuôn viên trường của mình.

### **1. Liên hệ với văn phòng tuyển sinh**

- Hỏi xem bạn có thể ra vào văn phòng tuyển sinh hay không (việc này không phải lúc nào cũng có thể).
- Yêu cầu được hướng dẫn cụ thể về cách vào tòa nhà nếu lối ra vào không ở phía trước tòa nhà (thường gặp ở các khuôn viên kiểu cũ).

**2. Hỏi xem bạn có thể đi tham quan hay không. Nếu có yêu cầu về những thứ cụ thể mà học sinh cần để vào tham quan và tiếp cận được với tài liệu tham quan (người thông dịch ngôn ngữ ký hiệu, hệ thống âm thanh, bản in cỡ lớn, bản điện tử của tài liệu, xe gôn, v.v.), hãy đảm bảo là bạn đã yêu cầu những thứ đó từ trước. Dưới đây là một số câu hỏi mẫu cần hỏi:**

- Xe lăn tham quan có ra vào được không?
- Người hướng dẫn tham quan đã được đào tạo về cách đi lại theo các tuyến đường có thể vào được trong khuôn viên trường hay chưa?
- Bạn có thể gửi trước cho tôi tài liệu tham quan bản điện tử không?
- Chuyến tham quan có chiếu video nào không? Nếu có thì video có dòng chữ chú thích bên dưới hay không?

### **3. Hỏi về khoảng thời gian tham quan**

- Một số khuôn viên trường học khá lớn và/hoặc có địa hình gây khó khăn. Nếu học sinh không sử dụng thiết bị điện, các em nên được cho biết về khoảng thời gian tham quan để có thể chuẩn bị tốt cho mình.

### **4. Đặt lịch hẹn gặp DSO**

- Gặp gỡ cố vấn để bàn bạc về quy trình đề nghị cơ sở vật chất hỗ trợ.
- Xin được kết nối với các sinh viên bị khuyết tật thể chất hiện tại.

**Lưu ý: Các trường đại học nhận được tài trợ của liên bang phải tuân thủ theo ADA. Tuy nhiên, yêu cầu tuân thủ sẽ khác nhau và những việc được coi là “tuân thủ” có thể sẽ không đáp ứng được nhu cầu cụ thể của sinh viên.**

## **Tham Quan Trường Cao Đẳng Qua Mạng**

Nhiều trường cao đẳng có chương trình tham quan qua mạng thông qua những nền tảng trực tuyến khác nhau. Các chuyến tham quan này mang đến cho học sinh cơ hội được khám phá các trường mà các em không thể đến xem trực tiếp được. Mặc dù các

chuyến tham quan qua mạng giúp học sinh có thể khám phá ngôi trường một cách thoải mái tại chính nhà của mình nhưng có thể các em sẽ khó lấy được thông tin về khả năng tiếp cận trong tình trạng thể chất của bản thân và khó biết được người khuyết tật được hỗ trợ và hội nhập vào khuôn viên trường như thế nào nếu chỉ tham quan qua mạng.

Thật không may, các chuyến tham quan qua mạng không phải lúc nào cũng có thông tin về cách tiếp cận tòa nhà dành cho học sinh bị khuyết tật thể chất hay hiện tại đang có những phương tiện hỗ trợ tiếp cận nào (nút bấm, phương tiện xúc giác hoặc bảng chỉ dẫn). Người tham quan qua mạng nhìn thấy được mặt trước/bên trong của một tòa nhà, nhưng lối ra vào được nhiều khi lại ở mặt bên hoặc mặt sau của tòa nhà và không được thể hiện trong chuyến tham quan qua mạng. Mặc dù các trường cao đẳng bắt buộc phải tuân thủ theo ADA, nhưng mức độ cần tuân thủ lại khác nhau, và thậm chí một số trường còn hoạt động vượt ngoài phạm vi tuân thủ.

Nếu học sinh quan tâm đến một trường cao đẳng và chỉ có thể tham quan qua mạng thì sẽ có một số cách để lấy được thông tin mà các em muốn biết khi không đến tham quan khuôn viên trực tiếp.

- Liên hệ với Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật và thảo luận về những loại cơ sở vật chất hỗ trợ mà học sinh muốn có và những thứ mà Văn Phòng hỗ trợ.
- Xin được kết nối với các sinh viên bị khuyết tật thể chất khác trong khuôn viên trường.
- Liên hệ với Trung Tâm Y Tế Cho Sinh Viên và Trung Tâm Tư Vấn Sinh Viên để hỏi về các loại dịch vụ mà họ cung cấp trong khuôn viên trường.



## CÁCH CHUẨN BỊ: VAI TRÒ CỦA DỊCH VỤ PHỤC HỒI CHỨC NĂNG NGHỀ NGHIỆP

Dịch vụ phục hồi được cung cấp ở tiểu bang và được gọi là dịch vụ Phục Hồi Chức Năng Nghề Nghiệp (VR). Các cơ quan VR của tiểu bang nhận ngân sách từ chính phủ liên bang theo Đạo Luật Phục Hồi Chức Năng năm 1973, và Sở Giáo Dục phụ trách giám sát chương trình. Mục đích của chương trình VR là đánh giá, lập kế hoạch, phát triển và cung cấp dịch vụ cho những người đủ điều kiện VR để những người nằm trong chương trình được chuẩn bị cho việc học cao đẳng và xin việc làm. VR có thể hỗ trợ sắp xếp việc làm, hỗ trợ người tham gia để họ có thể trở nên độc lập hơn và hòa nhập tốt hơn vào môi trường làm việc và cộng đồng.

Để đủ điều kiện tham gia VR, học sinh phải là người bị khuyết tật về thể chất, tinh thần, cảm xúc hoặc khả năng học tập, khiến các em thực sự bị cản trở trong quá trình xin việc hoặc tiếp cận giáo dục đại học. Ngoài ra, những học sinh được nhận Thu Nhập An Sinh Bổ Sung (SSI) và/hoặc Bảo Hiểm Khuyết Tật An Sinh Xã Hội (SSDI) và/hoặc đang tham gia các chương trình giáo dục đặc biệt, đang nhận các cơ sở vật chất hỗ trợ tại trường, hoặc tình hình sức khỏe đang có vấn đề nghiêm trọng cũng có thể coi là đủ điều kiện. Cũng cần biết rằng dịch vụ VR chỉ được cung cấp cho số lượng phần trăm nhỏ những người đáp ứng đủ điều kiện. Vì nguồn kinh phí không đủ để phục vụ tất cả mọi người nên những học sinh bị khuyết tật nặng nhất sẽ được ưu tiên. Các hồ sơ đăng ký đủ điều kiện sẽ được đánh giá theo từng trường hợp cụ thể.

Ở trường trung học phổ thông, học sinh nào đáp ứng các tiêu chí đủ điều kiện sẽ có thể yêu cầu nhận dịch vụ VR. Các gia đình có thể yêu cầu cố vấn VR tham dự cuộc họp IEP/504. Việc tham gia chương trình VR sớm ở trường trung học là một phần của quá trình lập kế hoạch chuyển tiếp có thể giúp ích cho học sinh và cơ quan VR của tiểu bang, bởi họ sẽ có thể dự đoán tốt hơn nhu cầu về nguồn lực và kinh phí khi học sinh tham gia vào VR sớm hơn.

### **VR có thể làm gì?**

- Làm việc với học sinh để giúp các em tìm được một trường cao đẳng phù hợp với nhu cầu và mục tiêu nghề nghiệp của mình.
- Hỗ trợ học sinh xác định các học bổng tiềm năng. Thường thì việc này được thực hiện thông qua sự hợp tác với nhân viên tư vấn của trường trung học.
- Hỗ trợ học sinh xác định các loại cơ sở vật chất hỗ trợ mà các em muốn có ở trường cao đẳng, và sau khi sinh viên đã được nhận, họ sẽ hỗ trợ sinh viên đó kết nối với Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật của trường cao đẳng đó.
- Cung cấp cho sinh viên hỗ trợ tài chính, công nghệ hỗ trợ và/hoặc tiếp cận với các phương tiện hỗ trợ cho cuộc sống hàng ngày.

## BỊ THƯƠNG KHI ĐANG HỌC TRUNG HỌC PHỔ THÔNG HOẶC CAO ĐẲNG

Các học sinh và gia đình sẽ thật khó để quyết định phải học tập tiếp thế nào nếu học sinh bị thương trong thời gian học trung học phổ thông hoặc cao đẳng. Mỗi học sinh sẽ quay trở lại học tập theo cách khác nhau. Một số em sẽ muốn cố gắng để tiếp tục duy trì tốc độ học tập với các bạn cùng lớp, còn các em khác có thể sẽ chọn học chậm hơn.

Một yếu tố chính ảnh hưởng đến quá trình tiếp tục học tập của học sinh là khả năng thể chất của các em sau chấn thương. Tùy vào ảnh hưởng của chấn thương mà học sinh sẽ phải học hoặc học lại:

- Các hoạt động thuộc về kỹ năng sống hàng ngày
- Cách sử dụng công nghệ hỗ trợ (ví dụ: phần mềm chuyển văn bản thành giọng nói, phần mềm/thiết bị ghi chú, sách nói, v.v.)
- Cách điều hướng trong môi trường trường học tập thực tế bằng xe lăn/thiết bị di động (lớp học, lối vào tòa nhà và phòng vệ sinh)

Đối với học sinh, quá trình ra quyết định của các em cũng có thể bị dẫn dắt bởi các yếu tố hoặc tác động xã hội. Có thể các em sẽ muốn giữ kết nối và theo kịp các bạn đồng trang lứa. Học sinh có thể sợ bị xã hội cô lập, vì vậy chúng ta cần thấu hiểu mong muốn được theo kịp bạn bè của các em. Có thể các gia đình sẽ muốn kết nối với một nhà trị liệu, cố vấn hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để thảo luận về các vấn đề này và tham khảo ý kiến của những gia đình khác đã từng có trải nghiệm tương tự.

### **Nếu học sinh đang học trung học phổ thông:**

Gia đình nên kết nối với trường học và học khu của các em để tìm hiểu về các phương án. Ngoài ra, cơ sở phục hồi chức năng có thể sẽ có một số nguồn lực để hỗ trợ học sinh khi đang cân nhắc trở lại trường trung học phổ thông. Các gia đình sẽ muốn làm việc với cố vấn học đường hoặc điều phối viên giáo dục đặc biệt để xác định những điều kiện sinh hoạt, học tập và dịch vụ mà nhà trường có thể cung cấp. Cần nhớ rằng các trường công lập cung cấp các điều kiện sinh hoạt, học tập và dịch vụ theo IDEA và Mục 504, còn các trường tư chỉ cung cấp các cơ sở vật chất hỗ trợ theo Mục 504 (họ không được phân biệt đối xử với học sinh khuyết tật). Học sinh có thể chọn học lại hoàn toàn, học lại với chương trình ít hơn, học tiếp bằng giảng dạy từ xa và/hoặc kết hợp giữa học tập tại nhà và bệnh viện, hoặc là chọn nghỉ ngơi. Các gia đình sẽ phải làm việc với nhà trường hoặc học khu để cung cấp giấy tờ và quyết định lộ trình tốt nhất cho tương lai.

## **Nếu sinh viên đang học cao đẳng:**

Nếu sinh viên bị chấn thương khi học cao đẳng thì có một số việc cần phải xử lý ngay trong ngắn hạn. Trước tiên, sinh viên và gia đình nên kết nối với trường khoa của sinh viên để thông báo cho họ về chấn thương và kế hoạch phục hồi. Tùy xem chấn thương và quá trình phục hồi diễn ra vào thời điểm nào trong học kỳ, sinh viên có thể chọn bỏ ngang hoặc kết thúc một học kỳ chưa hoàn thành (kèm theo khả năng học bù phần còn thiếu trong tương lai). Khi đã sẵn sàng quay trở lại trường, sinh viên có thể chọn học lại hoàn toàn (toàn thời gian), học lại với khối lượng chương trình đã giảm bớt (bớt số giờ tín chỉ), chuyển sang chương trình học trực tuyến, tham gia khóa học tại một trường cao đẳng/cao đẳng cộng đồng gần nhà hơn với mục tiêu quay trở lại trường cũ, hoặc là nghỉ ngơi (bỏ ngang). Khi đã xác định muốn trở lại trường cao đẳng, sinh viên nên làm việc với trung tâm phục hồi và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình để xác định nhu cầu về điều kiện sinh hoạt, học tập và thu thập giấy tờ. Sau đó, sinh viên nên liên hệ với DSO để yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ (tham khảo mục “Cơ sở vật chất hỗ trợ”). Nếu quyết định rằng mình muốn đi học bán thời gian ở trường cao đẳng, sinh viên có thể phải yêu cầu điều kiện là học bán thời gian (một số chương trình cao đẳng không cho phép học theo điều kiện bán thời gian). Ngoài ra, điều kiện học bán thời gian có thể ảnh hưởng đến vấn đề hỗ trợ tài chính của sinh viên, vì vậy sinh viên cũng nên kết nối với văn phòng hỗ trợ tài chính để quyết định việc đó.





## CHỌN TRƯỜNG CAO ĐẲNG

Khi bắt đầu quá trình khám phá các trường cao đẳng, học sinh trung học phổ thông thường làm việc với một cố vấn cao đẳng tại trường của mình, hoặc một nhà tư vấn cao đẳng. Nhiều học sinh sẽ tự nghiên cứu hoặc nghiên cứu cùng với gia đình. Đa phần các học sinh đều bắt đầu bằng việc xem xét sở thích của bản thân. Khi học sinh đã xác định được sở thích của mình, việc đó sẽ giúp các em xác định một khóa học hoặc chuyên ngành cho mình. Học sinh có thể ghép nối các trường cao đẳng mà mình quan tâm bằng cách tìm hiểu xem trường nào có chuyên ngành mà mình muốn theo đuổi hay không. Học sinh cũng nên suy nghĩ về phương pháp học mà mình thích. Các em thích học kiểu thực hành hay nghiên cứu? Bài giảng hay thảo luận? Làm việc theo nhóm nhỏ hay viết báo cáo? Học sinh có thể vào xem trang web của trường cao đẳng đó, đọc mô tả về khóa học, xem đánh giá về các giáo sư và bắt đầu xác định xem trường đó có phù hợp với việc học của mình hay không. Học sinh cũng nên xem xét điểm GPA trung bình và điểm bài thi tiêu chuẩn của lớp được tuyển gần nhất. Việc này sẽ giúp các em biết được liệu mình có đạt đầu vào hay không.

Tìm hiểu về văn hóa trong khuôn viên trường cũng là việc quan trọng đối với tất cả học sinh. Hãy suy nghĩ xem các em muốn khuôn viên nhỏ hay lớn, quy mô lớp học trung bình khoảng bao nhiêu, khuôn viên ở vùng đô thị hay thôn dã, đó đều là những yếu tố nên suy xét. Nhiều học sinh lại dựa trên sở thích cá nhân, chẳng hạn như đánh giá dựa trên khía cạnh thể thao, nghệ thuật hay chính trị để xem liệu một trường có phù hợp với mình hay không. Hãy thử đến thăm khuôn viên trường và trò chuyện với các sinh viên hiện tại. Có thể các học sinh cũng muốn nghiên cứu qua mạng một chút để tìm hiểu về văn hóa trong trường và đọc báo của sinh viên.

Tài chính là mối quan tâm của nhiều gia đình. Nhiều trường cao đẳng cung cấp các gói hỗ trợ tài chính và học bổng cho các sinh viên đủ điều kiện. Sinh viên và phụ huynh sẽ phải điền vào biểu mẫu **Đơn Xin Hỗ Trợ Sinh Viên Liên Bang Miễn Phí (FAFSA®)** — có tại <https://studentaid.gov> — để xin được hỗ trợ tài chính cho việc học cao đẳng hoặc sau đại học. Các trường cao đẳng đa phần đều ra quyết định trợ cấp và học bổng dựa trên kết quả của FAFSA. Các em nên nắm rõ thời hạn và nộp đơn sớm. Có những học bổng dành riêng cho học sinh khuyết tật, như học bổng dành riêng cho học sinh bị liệt và suy giảm khả năng vận động. Tuy nhiên, các em nên nhìn vào thực tế về khả năng chi trả của gia đình để không phải gánh một khoản nợ bất hợp lý. Chi phí theo học tại các trường cao đẳng và đại học công lập của tiểu bang có thể thấp hơn so với trường tư nhưng có thể sẽ có ít hỗ trợ tài chính và các khoản tài

trợ hơn. Các em nên xem xét tất cả các phương án. Nếu không đồng ý với quyết định hỗ trợ tài chính của trường, bạn có thể gửi đơn kháng nghị để được xem xét lại. Bạn có thể xem thông tin về cách nộp đơn kháng nghị hỗ trợ tài chính tại Swift/Student: <https://formswift.com/swift-student#whatsanappeal>.



Liệu có khả thi khi đi học ở đây không? Liệu mọi nhu cầu cá nhân của mình có được giải quyết không?”

— Taylor Price

<https://www.ChristopherReeve.org/living-with-paralysis/for-parents/higher-education>

## **Cần Nhắc cho các Sinh Viên bị Tê Liệt và Suy Giảm Khả Năng Vận Động**

Ngoài các cần nhắc chung vạch ra bên trên, sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động phải đối mặt với những cần nhắc vượt ngoài những gì mà các bạn đồng đẳng không bị khuyết tật có thể nghĩ đến. Các yếu tố được vạch ra bên dưới nhằm để cung cấp hướng dẫn, và không phải để ngăn cản sinh viên cần nhắc một trường cao đẳng cụ thể. Các mục trong phần này liên quan cụ thể đến các vấn đề và quan ngại mà sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động có thể có. Điều quan trọng cần nhớ là các trường cao đẳng có thể cung cấp hỗ trợ và/hoặc thu xếp để giảm nhẹ một số thử thách mà sinh viên có thể gặp phải. Đây là lý do tại sao điều luôn quan trọng là phải kết nối với Văn Phòng Hỗ Trợ Người Khuyết Tật để đặt câu hỏi trước khi ra quyết định về việc sinh viên có muốn đăng tuyển hay đi học tại trường cao đẳng.

### **Tình Trạng Vật Chất**

Một yếu tố có thể quan trọng cho một số người, tình trạng vật chất trên khuôn viên trường. Khi sinh viên đi tour hướng dẫn, họ thường ghé thăm khuôn viên trong dịp mùa xuân hoặc hè, nhưng đó không phải là những mùa duy nhất! Sinh viên nên nghĩ về thời tiết quanh năm, và khám phá địa hình khuôn viên/khu vực.

Khi cần nhắc điều kiện thời tiết, sinh viên nên tự hỏi:

- Khu vực này có nhiều tuyết/băng và/hoặc mưa không?
- Khu vực này có nóng/ấm nhiều không?

Điều quan trọng là phải thực tế về các trở ngại tiềm tàng với việc tiếp cận lớp học và

dịch vụ trên khuôn viên. Ví dụ: nếu sinh viên chọn trường học trong khu vực nhiều tuyết, các em cũng nên nghĩ về thời gian sẽ mất để mặc đồ mùa đông, và các em nên kết nối với DSO để hỏi về việc dọn tuyết và dịch vụ chuyên chở có thể tiếp cận trong thời tiết khắc nghiệt. Một số trường có đường hầm dưới lòng đất mà sinh viên sử dụng để đi lại, các trường khác sẽ ưu tiên dọn tuyết xung quanh các tòa nhà nơi họ biết sinh viên bị khuyết tật đang sinh sống hoặc cần tiếp cận. Việc biết điều cần dự kiến trước ngày đầu tiên rất quan trọng!

Cần nhắc khác liên quan đến thời tiết là khả năng tự kiểm soát nhiệt độ của sinh viên. Nếu sinh viên chọn trường trong khí hậu nóng, có thể sẽ khó khăn khi cố đi đến lớp học. Các sinh viên và gia đình nên cân nhắc thời tiết/khí hậu là một yếu tố trong việc lựa chọn trường cao đẳng, và thảo luận nhu cầu của mình với DSO để xem có các cách nào giảm nhẹ quan ngại không.

Một lĩnh vực cần cân nhắc khác là địa hình khuôn viên. Khuôn viên trên đồi núi, hoặc khuôn viên nơi các tòa nhà cách xa nhau, có thể khó điều hướng hơn khi sử dụng xe lăn. Nếu sinh viên đang sử dụng xe lăn dùng tay, họ có thể muốn nghĩ về cảm xúc của các em sau khi phải điều hướng quanh khuôn viên. Nếu sinh viên có thể, các em nên đi tour quanh khuôn viên trước khi đăng tuyển. Các khuôn viên "lịch sử" có thể có vỉa hè bằng gạch hoặc đá cuội, có thể khó khăn để điều hướng, trong khi các khuôn viên mới hơn hoặc được cập nhật có thể có vỉa hè đồng nhất, phẳng hơn. Một số trường cao đẳng có cung cấp dịch vụ chuyên chở để tiếp cận (xe buýt hoặc xe đánh gôn) giữa các tòa nhà. Ngoài ra, sinh viên có thể yêu cầu tái định vị lớp học như một hình thức thu xếp. (Xem phần "Thu xếp")

## Khoảng Cách từ Nhà

Khoảng cách từ nhà đến trường cao đẳng có thể là một yếu tố khác trong lựa chọn của sinh viên. Điều này có thể ảnh hưởng nhiều lĩnh vực trong cuộc sống của sinh viên, bao gồm điều trị y tế (bác sĩ và bác sĩ trị liệu) và kết cấu hỗ trợ.

Sau đây là một số câu hỏi cần cân nhắc khi suy nghĩ về các hệ quả y tế:

- Liệu sinh viên có thể duy trì khả năng tiếp cận cùng các bác sĩ và bác sĩ chuyên khoa không? Nếu không, có bác sĩ và bác sĩ chuyên khoa trên hoặc gần khuôn viên mà các em có thể kết nối đến không?
- Liệu sinh viên có thể nhận dịch vụ sức khỏe tâm thần trên hoặc gần khuôn viên không? Nếu sinh viên cần dịch vụ sức khỏe tâm thần, điều quan trọng là phải kết nối với trung tâm tư vấn của trường cao đẳng để hỏi về mức độ thường xuyên và số lần có thể gặp sinh viên trước khi giới thiệu các em cho một nhà cung cấp dịch vụ ngoài khuôn viên.



- Các tùy chọn chăm sóc sức khỏe từ xa có sẵn qua trường cao đẳng hoặc qua bảo hiểm không?

Sinh viên có thể muốn khám phá các trường cao đẳng có bệnh viện trên hoặc gần khuôn viên, hoặc chọn trường cao đẳng gần nhà nơi các em có thể tiếp tục gặp bác sĩ hiện tại của mình.

Sinh viên cũng sẽ cần cân nhắc các bước các em cần làm trong trường hợp ghé của các em hỏng, Người Chăm Sóc Cá Nhân (PCA) không có mặt, hoặc nếu các em nghĩ rằng mình chỉ cần thêm hỗ trợ chung từ bạn bè và gia đình tại nhà. Sau đây là một số ý tưởng về cách giảm nhẹ các vấn đề tiềm tàng nếu sinh viên chọn trường không gần nhà:

- Xác định công ty sửa chữa xe lăn địa phương. Sửa soạn trước để có sẵn xe lăn thủ công nếu có thể.
- Suy nghĩ về cách sinh viên có thể quay trở về nhà. Liệu các em có cần xe trên khuôn viên không (lưu ý: có thể không cho phép nếu không có thu xếp)? Có dịch vụ chuyên chở có thể tiếp cận nào mà các em có thể tận dụng để về nhà không?
- Xác định bất kỳ bạn bè hoặc gia đình nào có thể sống gần trường và sẵn sàng hỗ trợ nếu phát sinh vấn đề.

Mọi trường cao đẳng có một DSO hoặc điều phối viên dịch vụ khuyết tật. Sự khác biệt này thường phụ thuộc vào kích thước trường. DSO có thể có tên khác. Sau đây là một số ví dụ:

- Dịch Vụ Sinh Viên Khuyết Tật
- Trung Tâm Tiếp Cận
- Dịch Vụ Khả Năng Tiếp Cận
- Dịch Vụ Hỗ Trợ Khuyết Tật
- Trung Tâm Nguồn Lực Học Thuật

Vai trò của DSO và điều phối viên là đảm bảo trường cao đẳng đáp ứng nghĩa vụ cung cấp khả năng tiếp cận cho sinh viên bị khuyết tật theo luật pháp liên bang. Điều này thường bao gồm:

- Xác định “thu xếp hợp lý” để hỗ trợ sinh viên bị khuyết tật
- Tạo điều kiện thu xếp cho các sinh viên bị khuyết tật

Điều này cũng có thể bao gồm:

- Cố vấn và đào tạo khoa và nhân viên về các vấn đề và thu xếp liên quan đến khuyết tật
- Đóng vai trò là nguồn lực cho các vấn đề liên quan đến khuyết tật với các phòng ban khác của trường cao đẳng
- Cung cấp hỗ trợ học thuật cho các sinh viên bị khuyết tật và/hoặc quần thể sinh viên nói chung

Các sinh viên và gia đình nên đọc tuyên bố sứ mệnh của DSO để hiểu chính xác nhất về cách DSO của trường cao đẳng cụ thể tiếp cận vai trò của mình. Tuyên bố thường có thể tìm thấy trực tuyến trên trang web của DSO. Nếu sinh viên xác định rằng mình quan tâm đến trường, các em cần liên hệ DSO trước khi đăng tuyển để lên lịch hẹn cho một cuộc nói chuyện. Nếu sinh viên sẽ đi tour trực tiếp, các em có thể lên lịch hẹn cùng ngày với chuyến tour. Cách khác, sinh viên có thể yêu cầu được trò chuyện với nhà cố vấn của DSO qua điện thoại hoặc trò chuyện video. Sẽ hữu ích nếu trò chuyện với DSO trước khi đăng ký vào trường cao đẳng để sinh viên có thể so sánh các dịch vụ và hỗ trợ mà các trường khác nhau cung cấp. Ngoài ra, các cuộc nói chuyện này có thể cho sinh viên nhận thức về con người trong DSO, và hỗ trợ các em xác định nếu các em cảm thấy được hỗ trợ khi làm việc với các nhà cố vấn trong DSO của trường cao đẳng đó.

Điều quan trọng là phải hiểu rõ rằng DSO tách biệt với ban tuyển sinh. Thông tin mà sinh viên có thể chia sẻ với DSO trước khi được chấp nhận và ghi danh không được chia sẻ với ban tuyển sinh. Trái lại, việc tiết lộ tình trạng khuyết tật với ban tuyển sinh không tự động được chia sẻ với DSO. Cuối cùng, việc tiết lộ tình trạng khuyết tật trong quá trình tuyển sinh (khi đăng ký vào trường) là không bắt buộc.

## **Trong Giai Đoạn Tìm Kiếm Trường Cao Đẳng**

Khi một sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động kết nối với DSO, sinh viên đó sẽ muốn nêu các thắc mắc về các cơ sở vật chất hỗ trợ cụ thể và muốn tìm hiểu về vai trò của DSO cũng như sự hỗ trợ mà họ cung cấp tại trường cao đẳng đó. Mức độ hỗ trợ và chăm sóc được cung cấp và phân phối cho các cơ sở vật chất hỗ trợ khác nhau giữa các trường cao đẳng. Việc chuẩn bị cho cuộc trò chuyện với DSO bằng cách viết ra danh sách các câu hỏi và các cơ sở vật chất hỗ trợ tiềm năng trước khi gặp cố vấn của DSO là một sự luyện tập tốt cho sinh viên. Điều quan trọng cần lưu ý là cơ sở vật chất hỗ trợ áp dụng trong hầu hết mọi khía cạnh của cuộc sống cao đẳng. Nếu trường cao đẳng đang cung cấp điều gì đó cho quần thể sinh viên nói chung, thì tất cả sinh viên đều phải có khả năng tiếp cận được điều đó để tuân thủ luật pháp liên bang.

## **Sau Khi Ghi Danh**

Khi sinh viên đã trúng tuyển, sẽ có một quy trình yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ trong trường cao đẳng. Quy trình này yêu cầu sinh viên phải “tự tiết lộ” với DSO. Nhiều trường cao đẳng có một quy trình trực tuyến để yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ có thể truy cập vào quy trình này thông qua trang web của DSO. Tại các trường cao đẳng khác, quy trình tự tiết lộ bắt đầu bằng việc sinh viên gửi email cho DSO, hoặc trực tiếp đến văn phòng và gặp gỡ cố vấn. Sinh viên sẽ cần có khả năng nói về (các) tình trạng khuyết tật của mình và cung cấp dẫn chứng về tình trạng khuyết tật.



Hiểu rõ những gì mình ‘cần’ sẽ mang lại cho bạn sự khỏe mạnh, thành công và niềm vui khi ghi danh vào cao đẳng. Những nhu cầu cần trao đổi với trường cao đẳng của bạn có thể bao gồm người chăm sóc, thiết bị y tế và nhà ở dễ tiếp cận.”

— Taylor Price

---

<https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/the-path-to-employment-paved-with-dreams-choices-goal>

## CƠ SỞ VẬT CHẤT HỖ TRỢ

Dưới đây là danh sách các loại cơ sở vật chất hỗ trợ mà sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động nên cân nhắc hỏi DSO trước khi nhập học. Các câu trả lời của DSO cho các câu hỏi của sinh viên có thể có ích cho quá trình tìm kiếm trường cao đẳng của sinh viên. Sinh viên có thể chọn không đăng ký hoặc theo học một trường cụ thể nếu sinh viên đó biết rằng mình sẽ không nhận được cơ sở vật chất hỗ trợ và dịch vụ cần thiết. Danh sách này bao gồm cơ sở vật chất hỗ trợ học tập, nhà ở, giao thông, theo chương trình và giải trí. Điều quan trọng cần nhớ là cuộc sống trong khuôn viên trường không chỉ giới hạn trong lớp học và khu nội trú và tất cả những khu vực này đều được bao quát theo luật pháp liên bang. (Lưu ý: có thể có những cơ sở vật chất hỗ trợ khác mà sinh viên nên yêu cầu. Hãy nhớ kết nối với các bác sĩ trị liệu và cố vấn của sinh viên để xác định nhu cầu cụ thể của sinh viên).

### Những Cơ Sở Vật Chất Hỗ Trợ trong Lớp Học cần Hỏi DSO:

- Đăng Ký Ưu Tiên
  - Vì sinh viên có thể mất nhiều thời gian hơn để chuẩn bị vào buổi sáng và nhiều thời gian hơn để đi đến các địa điểm trong khuôn viên trường, hãy hỏi về quy trình đảm bảo đăng ký ưu tiên để cho phép sinh viên chọn giờ học phù hợp để sinh viên có đủ thời gian đến lớp.
- Di Dời Lớp Học
  - Có quy trình nào để yêu cầu các lớp học của sinh viên phải nằm trong các tòa nhà gần nhau không? Bạn có thể đảm bảo rằng sẽ cân nhắc sắp xếp các lớp học ở các vị trí dễ tiếp cận nhất (tầng trệt, tuân thủ ADA, dễ dàng tiếp cận) cho sinh viên không? Sinh viên có thể đến thăm các địa điểm lớp học trước khi hoàn tất lịch trình không?
- Trang Bị Trong Lớp Học
  - Quy trình yêu cầu bàn dễ tiếp cận và thiết bị lớp học được sửa đổi là gì?
- Các Định Dạng Thay Thế
  - Nếu sinh viên cần tài liệu khóa học ở định dạng PDF hoặc định dạng hỗ trợ trình đọc màn hình và/hoặc bản sao điện tử của sách giáo khoa, hãy hỏi về cách DSO sẽ hỗ trợ quá trình này.
- Khả Năng Ghi Âm Bài Giảng
  - Nếu sinh viên không thể đánh máy/viết, các em nên yêu cầu khả năng ghi âm lại bài giảng. Hỏi về các chính sách liên quan đến việc ghi âm của trường cao đẳng.
- Người Ghi Chép

- Nếu sinh viên cần một người để ghi chép thay cho mình, trường cao đẳng có sử dụng hệ thống bạn bè đồng đẳng (một sinh viên khác) không hay sinh viên đó có thuê một người ghi chép chuyên nghiệp hoặc sử dụng công nghệ hỗ trợ để ghi chép bài không? Quy trình nhận ghi chú là gì?
- Khả Năng Sử Dụng Công Nghệ Hỗ trợ (AT)
  - Nếu sinh viên cần sử dụng phần mềm chuyển đổi giọng nói thành văn bản để viết bài và làm bài kiểm tra, nhà trường có cung cấp quyền truy cập vào phần mềm không? Ngoài ra, nếu sinh viên đang sử dụng AT trong kỳ thi, quy trình này hoạt động như thế nào?
- Thêm Thời Gian
  - Sinh viên có thể cần thêm thời gian để hoàn thành các bài kiểm tra và môn học. Hỏi về quy trình yêu cầu thêm thời gian cho môn học và các bài kiểm tra.

## **Thu Xếp Nhà Ở:**

Sinh viên bị tê liệt và suy giảm khả năng vận động muốn sống trong khuôn viên trường sẽ cần phải kết nối với DSO và bộ phận nhà ở để biết các lựa chọn nhà ở có trong khuôn viên trường. Thông thường, các trường cao đẳng có quy trình yêu cầu thu xếp nhà ở riêng biệt với quy trình yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ học tập. Những yêu cầu này thường đến hạn vào cuối tháng 5 hoặc đầu tháng 6, vào mùa hè trước năm học đầu tiên của sinh viên. Trong hầu hết các trường hợp, những yêu cầu này được DSO và bộ phận nhà ở đánh giá. Nên tạo một danh sách các vật dụng mà sinh viên sẽ cần để đảm bảo rằng sinh viên đó có thể sử dụng được phòng ở khu nội trú (kỳ túc xá). Nếu sinh viên đang trong giai đoạn tìm kiếm trường cao đẳng, các em có thể hỏi xem liệu mình có thể xem một phòng phù hợp khi họ tham quan khuôn viên trường hay không. Nếu không thể, sinh viên có thể yêu cầu xem hình ảnh của các phòng trong khu nội trú có thể tiếp cận, bao gồm cả lối vào tòa nhà và các tính năng tiếp cận.

## **Dưới đây là một số cơ sở vật chất hỗ trợ mà sinh viên có thể cân nhắc nêu yêu cầu:**

- Phòng dành cho người khuyết tật theo ADA: "Khả năng tiếp cận theo ADA" để cập đến tính tuân thủ kỹ thuật như được quy định trong ADA. Sinh viên phải nêu rõ yêu cầu của mình và yêu cầu các tính năng hỗ trợ tiếp cận phù hợp với các em. Ví dụ, nếu sinh viên cần cửa vào không cần chìa khóa, do gặp khó khăn về khả năng vận động bàn tay, sinh viên có thể đưa ra yêu cầu đó. Một số phòng trong khu nội trú có phòng tắm riêng và những phòng khác có phòng tắm chung "cộng đồng". Nếu sinh viên cần một phòng tắm riêng để có thể dễ dàng giữ gìn vệ sinh và sự riêng tư, hãy nhớ yêu cầu điều đó. Sinh viên cũng có thể yêu cầu hoặc tự mang theo ghế tắm. Khi đi tham quan





phòng hoặc chuyển đến, nếu phòng không đáp ứng được nhu cầu của sinh viên, sinh viên nên trao đổi với DSO về những điều không phù hợp với các em, nhờ đó DSO có thể tìm cách giải quyết.

- **Địa điểm:** Có một số cân nhắc về vị trí. Một số sinh viên có thể muốn ở tầng thấp hơn hoặc tầng trệt để có thể dễ dàng vào phòng của họ và để phòng trường hợp sơ tán khẩn cấp. Ngoài ra, sinh viên có thể yêu cầu một địa điểm tập trung trong khuôn viên trường hoặc một địa điểm đưa các em đến gần các lớp học của mình hoặc nhà ăn hơn.
- **Nội Thất Ký Túc Xá:** Phòng ký túc xá tiêu chuẩn thường có một giường, một bàn và một tủ quần áo/tủ ngăn kéo. Nếu sinh viên cần một chiếc bàn cho người khuyết tật hoặc cần điều chỉnh không gian phòng (hạ thanh treo quần áo, dọn bớt đồ đạc, v.v.), thì sinh viên có thể yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ đó. Nếu sinh viên cần giường bệnh, họ sẽ cần yêu cầu tháo gỡ giường trong phòng ký túc xá. Một số trường cao đẳng có thể cung cấp giường bệnh hoặc trang thiết bị để tự di chuyển, nhưng tại hầu hết các trường cao đẳng, gia đình phải tự cung cấp giường bệnh cho con em của mình. Đôi khi có thể thuê giường bệnh từ các công ty cung cấp dịch vụ y tế gia đình tại địa phương.

- Người Chăm Sóc Cá Nhân (PCA): Theo Tiêu Đề II của ADA, các trường cao đẳng không bắt buộc phải cung cấp dịch vụ chăm sóc cá nhân như cơ sở vật chất hỗ trợ. Nếu sinh viên cần một PCA toàn thời gian giúp sinh hoạt và vệ sinh hàng ngày, gia đình sẽ cần phải tự thuê PCA. Thông thường, các trường đại học sẽ cho phép PCA ở chung phòng với sinh viên mà không phải trả thêm phí. Nếu sinh viên muốn có một phòng ở chung hoặc một số mô hình phòng ở khác, họ cần thảo luận điều đó với DSO và các văn phòng nhà ở. (Xem phần về PCA)



## **Cơ Sở Vật Chất Hỗ Trợ Di Chuyển**

Nhiều trường đại học cung cấp cả xe đưa đón và xe buýt trong và ngoài khuôn viên trường cho sinh viên nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho việc di chuyển trong khuôn viên trường, cho phép đi đến các thành phố xung quanh và cung cấp dịch vụ chuyên chở đến các sự kiện bên ngoài khuôn viên trường. Những sinh viên cần phương tiện di chuyển cho người khuyết tật cần liên hệ với DSO và hỏi về phương tiện di chuyển cho người khuyết tật trong khuôn viên trường. Một số trường cung cấp xe điện sân gôn để hỗ trợ đặc biệt việc chuyên chở sinh viên khuyết tật về thể thao xung quanh khuôn viên trường. Hỏi DSO về những loại phương tiện di chuyển cho người khuyết tật có thể có sẵn.

## **Cơ Sở Vật Chất Hỗ Trợ Theo Chương Trình**

Sinh viên khuyết tật có thể yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ để có thể tham dự các sự kiện trong khuôn viên trường. Một cách để xác định xem việc làm cho các sự kiện dễ tiếp cận trong khuôn viên trường có phải là một sự ưu tiên đối với trường cao đẳng hay không, xem liệu các tờ rơi và quảng cáo sự kiện có tuyên bố về khả năng tiếp cận thông báo cho mọi người về những người mà họ có thể liên hệ nếu họ đang tìm kiếm cơ sở vật chất hỗ trợ hay không. Sinh viên có thể tìm kiếm điều này khi họ tham gia các chuyến

tham quan trực tiếp và tìm kiếm phần về các sự kiện của khuôn viên trường trên trang web của trường cao đẳng. Rất nhiều, nhưng không phải tất cả, các trường cao đẳng yêu cầu tuyên bố về khả năng tiếp cận đối với các sự kiện trong khuôn viên trường. Một vài ví dụ về các loại cơ sở vật chất hỗ trợ bao gồm:

- Chỗ ngồi cho người khuyết tật và người đi cùng
- Chỗ ngồi ưu tiên
- Tổ chức sự kiện tại vị trí dễ tiếp cận

## **Cơ Sở Vật Chất Hỗ Trợ Giải Trí**

Sinh viên cũng có thể yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ liên quan đến các dịch vụ và hoạt động giải trí trong khuôn viên trường (bao gồm các câu lạc bộ và các hoạt động xã hội do trường tài trợ). Điều này bao gồm quyền tiếp cận trung tâm thể dục và trung tâm sinh viên trong khuôn viên trường (Xem phần về “Các Hoạt Động Giải Trí và Sự Kiện Trong Khuôn Viên Trường”). Mặc dù bản thân các tòa nhà bắt buộc phải tuân thủ ADA, các không gian này thường không thể tiếp cận được và không cung cấp các phương thức để sinh viên khuyết tật có thể tận hưởng các tiện nghi và hòa nhập với bạn bè đồng trang lứa. Một vài ví dụ về cơ sở vật chất hỗ trợ bao gồm:

- Khu vực thay đồ cho người khuyết tật
- Ghế nâng ở hồ bơi
- Sắp xếp lại thiết bị trung tâm thể dục cho phép người khuyết tật dễ tiếp cận
- Thiết bị thể dục cho người khuyết tật
- Đồ nội thất cho người khuyết tật
- Thiết bị chơi game cho người khuyết tật

## **NGƯỜI CHĂM SÓC CÁ NHÂN**

Những sinh viên cần hỗ trợ trong sinh hoạt hàng ngày, chẳng hạn như tắm, đi vệ sinh, thay quần áo và hoạt động chăm sóc cá nhân khác sẽ cần phải duy trì các dịch vụ của Người Chăm Sóc Cá Nhân (PCA). ADA, luật quy định về “cơ sở vật chất hỗ trợ hợp lý” tại trường cao đẳng và tại nơi làm việc, không yêu cầu các trường đại học cung cấp PCA (đọc thêm về “Dịch Vụ và Hỗ Trợ Bổ Sung” tại <https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/docs/auxaids.html>). Các DSO thường sẽ có thông tin về chính sách PCA của trường cao đẳng trên trang web của họ. Hãy đảm bảo phải xem xét chính sách. Chính sách này có thể sẽ bao gồm thông tin về nhà ở, và thông tin về cách PCA có thể đăng ký với trường đại học để họ có thể tiếp cận với ký túc xá. Các chính sách của trường cao đẳng khác nhau về việc liệu PCA có thể tiếp cận với các dịch vụ trong khuôn viên trường như thư viện, trung tâm thể dục và phòng ăn hay không nếu họ không đi cùng sinh viên.



Nếu các chính sách của trường cao đẳng không bao gồm thông tin này, hãy tham khảo DSO.

Sinh viên cần PCA sẽ có một số tùy chọn. Họ có thể thuê một PCA độc lập, nhờ một cơ quan y tế gia đình để thuê một PCA, hoặc nhờ một người bạn hoặc một thành viên gia đình làm PCA. Chi phí của một PCA là khác nhau trên cả nước. Các gia đình sẽ cần phải xem xét các tùy chọn của họ, có thể bao gồm: trả tiền riêng, Medicaid, hoặc bảo hiểm. Nguồn lực này từ Hội Người Chăm Sóc Gia Đình cung cấp chi tiết về ưu điểm và nhược điểm của mỗi tùy chọn được nêu ở trên, đồng thời phác thảo lại các câu hỏi hướng dẫn cho sinh viên và gia đình sử dụng khi phỏng vấn PCA:

<https://www.caregiver.org/hiring-home-help>.

Tính đến tháng 6 năm 2020, chỉ có hai trường cao đẳng ở Hoa Kỳ có các chương trình sinh sống nội trú bao gồm PCA. Các trường đó là:

### **1. Đại Học Illinois tại Urbana-Champaign:**

<https://www.disability.illinois.edu/living-accommodations/beckwith-residential-support-services-nugent-hall>

## 2. Đại Học Tiểu Bang Wright ở Dayton OH:

<http://www.wright.edu/diversity-and-inclusion/disability-services/personal-assistance-station>

Tại các trường này, PCA thường là những sinh viên điều dưỡng đang làm PCA để nâng cao trình độ học vấn của họ. Điều này có nghĩa là các PCA thường có cùng độ tuổi với sinh viên mà họ đang hỗ trợ.

Nếu sinh viên đang xem xét nhờ một cơ quan để thuê PCA, họ có thể hỏi DSO xem họ có giữ danh sách các cơ quan chăm sóc sức khỏe tại nhà ở địa phương hay không. Mặc dù các trường cao đẳng không thể giới thiệu một cơ quan cụ thể, nhưng họ thường giữ trong tay những danh sách các cơ quan địa phương. Sinh viên cũng nên yêu cầu DSO kết nối mình với bất kỳ sinh viên hiện tại nào có PCA. Bằng cách này, họ có thể hiểu được cảm giác có một PCA trong khuôn viên trường. Đôi khi, sinh viên có thể chia sẻ PCA (nếu không chống chọi hoặc xung đột nhu cầu). Sinh viên cũng có thể chọn thuê một số PCA bán thời gian, và thường thì họ có thể tạo điều kiện thuận lợi cho việc thuê các PCA này thông qua trường điều dưỡng hoặc một chương trình vật lý trị liệu hoặc nghề nghiệp. Có những ưu điểm và nhược điểm đối với việc thuê các PCA cá nhân và nhờ một cơ quan thuê. Điều quan trọng là phải xem xét tất cả các khả năng, bao gồm cả những khó khăn tiềm ẩn với tất cả các tùy chọn.

Có một số điều mà sinh viên có thể làm để chuẩn bị thuê PCA:

### 1. Viết ra các nhu cầu chăm sóc

- Viết ra tất cả sự hỗ trợ mà sinh viên cần trong suốt chu kỳ 24 giờ kể từ khi thức dậy. Điều này sẽ hữu ích khi thuê PCA để họ có thể hiểu những nhu cầu và mong đợi của sinh viên. Nhu cầu có thể bao gồm mặc quần áo, giặt giũ, di chuyển và ăn uống.

### 2. Viết ra những hướng dẫn cụ thể

- Nếu sinh viên cần chăm sóc về mặt kỹ thuật hay riêng biệt, hãy viết ra quy trình từng bước và/hoặc tạo video để PCA sử dụng. Điều này có thể bao gồm những thứ như máy thở vào ban đêm, thao tác vật lý và dùng thuốc.

### 3. Xem xét các khía cạnh khác mà sinh viên có thể cần hỗ trợ

- Sinh viên cũng có thể cần hỗ trợ về những việc như giặt là, mua sắm tạp hóa và giao lưu.

Viết ra những điều này có thể tạo điều kiện thuận lợi cho cuộc trò chuyện với PCA và hỗ trợ đưa ra những kỳ vọng rõ ràng.



Là một sinh viên đại học tại Đại Học Albany, tôi phụ thuộc rất nhiều vào Văn Phòng Các Dịch Vụ Sinh Viên Khuyết Tật và người cố vấn Phục Hồi Chức Năng Nghề Nghiệp của tôi. Họ đã giúp định hướng tôi đến một lĩnh vực nghiên cứu mà tôi sẽ phát triển mạnh và tiếp tục tư vấn cho tôi, ngay cả trong công việc đầu tiên của tôi”.

– Sheri Denkensohn-Trott

<https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/finding-employment-where-you-will-thrive>

## CÁC HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ VÀ SỰ KIỆN TRONG KHUÔN VIÊN TRƯỜNG

Sinh viên bị bệnh tê liệt và suy giảm khả năng vận động thích vui chơi và tập thể dục giống như các bạn đồng trang lứa bình thường. Nếu một sinh viên quan tâm đến thể dục, thể thao, giải trí và các sự kiện trong khuôn viên trường, có một số điều mà họ nên biết. Đầu tiên, cả ADA và Mục 504 đều có quy định về “hỗ trợ bổ sung”, có nghĩa là trường cao đẳng có trách nhiệm cung cấp hỗ trợ, bao gồm thiết bị tập thể dục chuyên dụng, thông dịch viên, phụ đề chi tiết và hơn thế nữa. Thông tin bổ sung có thể được tìm thấy tại liên kết này. Thứ hai, để nhận được những hỗ trợ này, sinh viên cần làm theo quy trình để yêu cầu một cơ sở vật chất hỗ trợ. Điều này thường bắt đầu với DSO, nhưng có thể sẽ bao gồm các phòng ban khác trong khuôn viên trường.

### Thể Dục và Thể Thao

Những sinh viên đang tìm cách chơi các môn thể thao người khuyết tật thuộc cao đẳng giữa các trường cao đẳng hoặc cấp câu lạc bộ sẽ muốn biết những trường cung cấp các chương trình này. Việc tìm ra một danh sách các chương trình cập nhật có thể rất khó khăn vì không có một cơ quan nào quản lý vấn đề này. Dưới đây là một số nguồn lực trợ giúp việc tìm kiếm:

- 1. Hiệp Hội Điện Kinh Người Khuyết Tật Đại Học Hoa Kỳ (ACSAA):**  
**Các Trường Cao Đẳng/Đại Học Cung Cấp Các Môn Thể Thao Người Khuyết Tật**
- 2. GRIT: Hướng Dẫn Các Môn Thể Thao Khuyết Tật Thuộc Cao Đẳng**
- 3. AbleThrive: 21 Trường Cao Đẳng có Các Chương Trình Thể Thao Người Khuyết Tật**



Nếu sinh viên quan tâm đến một môn thể thao cụ thể, tốt nhất nên liên hệ với ban điều hành của trường cao đẳng và DSO để biết thông tin mới nhất.

Nếu sinh viên mong muốn rèn luyện sức khỏe trong khuôn viên trường, họ sẽ muốn trực tiếp đến tham quan trung tâm thể dục trong khuôn viên trường.

Mặc dù trung tâm thể dục bắt buộc phải tuân thủ

ADA, điều đó thường không có nghĩa là trung tâm thể dục có thể sử dụng được cho mọi sinh viên khuyết tật.

Dưới đây là một số lưu ý khi tham quan hoặc hỏi về trung tâm thể dục:

- Vị Trí
  - Sinh viên có thể tự đến địa điểm một mình không?
- Thiết Bị Tập Luyện
  - Cơ sở có thiết bị tập luyện cho người khuyết tật không?
  - Không gian xung quanh thiết bị có đủ để điều động bất kỳ hỗ trợ nào mà sinh viên yêu cầu (ví dụ: xe lăn, gậy hoặc thiết bị hỗ trợ khác) không?
- Phòng Để Đồ
  - Có phòng thay đồ cho người khuyết tật không?
  - Có nhà vệ sinh và phòng tắm cho người khuyết tật không?
- Hồ bơi
  - Hồ bơi có ghế nâng và tất cả nhân viên có được đào tạo để sử dụng ghế nâng không?
- Lớp Học Thể Dục
  - Cơ sở có cung cấp các lớp học thể dục cho người khuyết tật không?
  - Người hướng dẫn có được đào tạo để điều chỉnh dựa trên các khả năng khác nhau không?

Nếu sinh viên cần có thứ gì đó để có thể rèn luyện sức khỏe, sinh viên có thể yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ thông qua DSO. DSO có thể sẽ làm việc với phòng giải trí trong khuôn viên trường, nơi sẽ cung cấp cơ sở vật chất hỗ trợ hợp lý.



## **Sự Kiện Trong Khuôn Viên Trường**

Cao đẳng là khoảng thời gian mà sinh viên được tiếp cận với nhiều loại hoạt động hấp dẫn bao gồm các buổi hòa nhạc, diễn giả và các sự kiện thể thao. Thật không may, khả năng tiếp cận không phải lúc nào cũng được đặt lên hàng đầu khi lên kế hoạch các sự kiện trong khuôn viên trường. Sinh viên có thể muốn chắc chắn rằng họ sẽ có quyền tiếp cận bình đẳng vào tất cả các sự kiện mà trường cao đẳng cung cấp. Một số trường cao đẳng đã tích hợp quy trình cung cấp cơ sở vật chất hỗ trợ vào tất cả các sự kiện trong khuôn viên trường của họ (diễn kinh, nhóm sinh viên, diễn giả, v.v.) và yêu cầu “tuyên bố về khả năng tiếp cận” trên tất cả các quảng cáo, trong khi các trường cao đẳng khác không yêu cầu đưa thông tin cho những người đang tìm kiếm cơ sở vật chất hỗ trợ vào quảng cáo sự kiện. “Tuyên bố về khả năng tiếp cận” cung cấp cho sinh viên đang tìm kiếm một cơ sở vật chất hỗ trợ thông tin liên hệ của người hoặc phòng ban tổ chức sự kiện và cho phép sinh viên yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ. Khi “tuyên bố về khả năng tiếp cận” không có trên các quảng cáo sự kiện, điều này tạo gánh nặng cho những sinh viên có thể cần một cơ sở vật chất hỗ trợ để tham dự cũng như theo dõi người tổ chức và giải thích nhu cầu của họ đối với cơ sở vật chất hỗ trợ. Khi sinh viên tham quan một khuôn viên, họ có thể xem tờ rơi về các sự kiện và xem liệu chúng có “tuyên bố về khả năng tiếp cận” hay không. Hoạt động tương tự có thể được tiến hành trực tuyến bằng cách xem lịch các sự kiện trong khuôn viên trường trong năm qua và chọn các sự kiện riêng lẻ để xem có cách nào để yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ cho người tham dự hay không. Những sinh viên cần cơ sở vật chất hỗ trợ (chỗ ngồi ưu tiên, chỗ ngồi cho người khuyết tật, quyền truy cập PCA, phương tiện đi lại cho người khuyết tật) cũng nên hỏi DSO về quy trình của trường cao đẳng để yêu cầu cơ sở vật chất hỗ trợ tại các sự kiện của trường cao đẳng.



## **Phần kết luận**

Với các cấu trúc, hỗ trợ và cơ sở vật chất hỗ trợ phù hợp, sinh viên bị bệnh tê liệt và suy giảm khả năng vận động có thể thành công trong trường cao đẳng. Việc sử dụng những sự lưu ý được nêu trong tài liệu này có thể giúp giảm thiểu một số vấn đề mà sinh viên bị bệnh tê liệt và suy giảm khả năng vận động có thể gặp phải ở trường cao đẳng.



Ảnh của Louie Favourite, Courtesy of Shepherd Center

## CÁC NGUỒN LỰC HỖ TRỢ

Nếu bạn đang tìm kiếm thêm thông tin về việc chuyển tiếp lên cao đẳng khi bị bệnh tê liệt hoặc có câu hỏi cụ thể nào, các Chuyên Gia Thông Tin của Reeve Foundation làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, gọi miễn phí theo số 800-539-7309 từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều theo Giờ Miền Đông (EST).

**Reeve Foundation cung cấp các nguồn tài liệu và tập sách toàn diện về hàng trăm chủ đề liên quan đến việc sống chung với bệnh tê liệt, bao gồm:**

Christopher & Dana Reeve Foundation: Blog Chọn một Trường Cao Đẳng Phù Hợp Nhất Với Nhu Cầu Của Con Bạn <https://www.ChristopherReeve.org/living-with-paralysis/for-parents/higher-education>

Christopher & Dana Reeve Foundation: Blog Cao Đẳng Trong Suốt Đại Dịch Vi-rút Corona của Ian Malesiewski <https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/college-during-the-coronavirus>

Christopher & Dana Reeve Foundation: Tờ thông tin về Giáo Dục cho Người Khuyết Tật <https://s3.amazonaws.com/reeve-assets-production/Education-for-PWD-8-20.pdf>

Christopher & Dana Reeve Foundation: Chọn và Thuê một PCA: <https://www.ChristopherReeve.org/blog/daily-dose/selecting-and-hiring-a-pca>

**Các nguồn lực bổ sung về chuyển tiếp lên cao đẳng khi bị bệnh tê liệt:**

Cao Đẳng Cho Sinh Viên Khuyết Tật: <https://accessiblecollege.com>

Cao Đẳng Cho Sinh Viên Khuyết Tật cung cấp dịch vụ tư vấn trực tiếp với các sinh viên bị khuyết tật thể chất và mắc bệnh trạng và gia đình của họ tập trung vào quá trình chuyển tiếp lên cao đẳng và xác định cơ sở vật chất hỗ trợ trong trường cao đẳng.

Reeve Foundation đang tài trợ cho một số cuộc tư vấn có hạn với Cao Đẳng Cho Sinh Viên Khuyết Tật để sinh viên hoặc gia đình của họ không phải trả phí cho dịch vụ này.

Vui lòng gọi 1-800-539-7309 và yêu cầu Chuyên Gia Thông Tin của Reeve bắt đầu với đề nghị này.

AbleThrive: 21 Trường Cao Đẳng Có Các Chương Trình Thể Thao Người Khuyết Tật: <https://ablethrive.com/activities/21-colleges-adapted-sports-programs>

Hiệp Hội Diễn Kinh Người Khuyết Tật Đại Học Hoa Kỳ (ACSA): <https://www.acsa.org/resources.php>

Hội Người Chăm Sóc Gia Đình: Thuê Giúp Việc Tại Nhà:

<https://www.caregiver.org/hiring-home-help>

FinAid: Hỗ Trợ Tài Chính cho Sinh Viên Khuyết Tật

Một số học bổng dành cho sinh viên khuyết tật cũng như các nguồn lực hỗ trợ tài chính <https://finaid.org/otheraid/disabled>

GRIT: Hướng Dẫn Thể Thao Khuyết Tật Thuộc Cao Đẳng: <https://www.gogrit.us/news/2015/12/14/the-complete-guide-to-collegiate-adaptive-sports>

Trung Tâm Shepherd: Khả Năng Tiếp Cận Trường Đại Học: Một video dài 12 phút khuyến khích ý tưởng rằng vẫn có thể tiếp tục đến trường sau chấn thương tủy sống. Các trường cao đẳng có văn phòng hỗ trợ người khuyết tật có thể giúp sinh viên khuyết tật định hướng việc học cao đẳng. <https://www.youtube.com/watch?v=qF59-wfnl2A&feature=youtu.be>



Dịch Vụ Giáo Dục Và Nguồn Lực Hỗ Trợ Sinh Viên Khuyết Tật của Trường Đại Học Illinois tại Urbana-Champaign/ Dịch Vụ Hỗ Trợ Dân Cư Beckwith (BRSS): <https://www.disability.illinois.edu/living-accommodations/beckwith-residential-support-services-nugent-hall>

Bộ Giáo Dục Hoa Kỳ: Các Dịch Vụ và Hỗ Trợ Bổ Sung cho Sinh Viên Phổ Thông Trung Học Khuyết Tật: <https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/docs/auxaids.html>

Văn Phòng Dịch Vụ Người Khuyết Tật của Tiểu Bang Wright: Điểm Hỗ Trợ Cá Nhân: <http://www.wright.edu/diversity-and-inclusion/disability-services/personal-assistance-station>



**Chúng tôi sẵn sàng trợ giúp.**  
Tìm hiểu thêm ngay hôm nay!

**Christopher & Dana Reeve Foundation**  
636 Morris Turnpike, Suite 3A  
Short Hills, NJ 07078  
Số điện thoại miễn phí (800) 539-7309  
Số điện thoại (973) 379-2690  
[ChristopherReeve.org](http://ChristopherReeve.org)

Dự án này được hỗ trợ một phần bởi số tài trợ 90PRRC0002, từ Cục Quản Lý Sinh Hoạt Cộng Đồng, Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ, Washington, D.C. 20201. Những người được trợ cấp thực hiện các dự án dưới sự bảo trợ của chính phủ được khuyến khích tự do bày tỏ những phát hiện và kết luận của họ. Do đó, các quan điểm hoặc ý kiến không nhất thiết phải đại diện cho chính sách chính thức của Cục Quản Lý Sinh Hoạt Cộng Đồng.