पक्षाघात के साथ जीवन-यापन

पक्षाघात के साथ कॉलेज की तलाश और तैयारी

CHRISTOPHER & DANA REEVE FOUNDATION

TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

पहला संस्करण 2020

यह मार्गदर्शिका वैज्ञानिक एवं पेशेवर साहित्य के आधार पर तैयार की गई है। यह शिक्षा और सूचना के उद्देश्य से प्रस्तुत की गई है; इसे चिकित्सीय निदान या उपचार के परामर्श के रूप में नहीं लिया जाना चाहिए। अपनी अवस्था से जुड़े विशिष्ट प्रश्नों के लिए कृपया किसी चिकित्सक या उचित स्वास्थ्य सेवा
प्रदाता से परामर्श करें।

श्रेय:

लेखिका: एनी टलकिन, एमएस
संस्थापक एवं निदेशक, एक्सेसिबल कॉलेज

निर्माता: शीला फिट्ज़गिब्बन एवं बर्नाडेट मॉरो
आवरण चित्र: टेलर प्राइस, जॉर्जटाउन यूनिवर्सिटी '10 एवं '12 और
जॉर्जटाउन यूनिवर्सिटी प्रेज़िडेंट जॉन जे. डीजोइया

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन

636 मॉरिस टर्नपाइक, सुइट 3ए
शॉर्ट हिल्स, एनजे 07078
(800) 539-7309 टोल फ्री
(973) 379-2690 फोन
ChristopherReeve.org

©2020 क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन

पक्षाघात के साथ कॉलेज की तलाश और तैयारी

परिचय 1
सेल्फ-एडवोकेसी 2
तैयारी कैसे करें: पुनर्वास केंद्र की भूमिका 6
तैयारी कैसे करें: हाई स्कूल की भूमिका 7
तैयारी कैसे करें: व्यावसायिक पुनर्वास की भूमिका 11
जब चोट हाई स्कूल या कॉलेज में लगे 12
कॉलेज का चयन 14
कॉलेज का भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय और इसका कार्यक्षेत्र 18
सुविधाएं 20
व्यक्तिगत देखभाल सहायक 24
मनोरंजक गतिविधियां एवं परिसर के आयोजन 27
संसाधन 31

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

परिचय

पक्षाघात और चलने-फिरने में बाधाओं के साथ जीवन जी रहे छात्रों के मन में कॉलेज (शिक्षा, परिसर संस्कृति, वित्तीय सहायता, सेवाएं) तलाशते हुए ज्यादातर वही प्रश्न आते हैं जो उनके सक्षम समकक्षों के सामने आते हैं, साथ ही उन्हें कुछ बिल्कुल अलग बातें भी सोचनी पड़ती हैं, जैसे कॉलेज में सुगम आवागमन, देखभाल की व्यवस्था और सुविधाएं। आंकड़े बताते हैं कि अमेरिकी कॉलेज छात्रों में 19% भिन्न क्षमता वाले छात्र हैं[1]। इस आंकड़े में शामिल हैं: सीखने की भिन्न क्षमता, एडीडी, मानसिक स्वास्थ्य की स्थितियां, स्थायी स्वास्थ्य समस्याएं और शारीरिक भिन्न क्षमता। इसके अलावा एक आंकड़ा यह भी है कि अपनी भिन्न क्षमता की सूचना देने वाले कॉलेज छात्रों में से लगभग 7% अपने शारीरिक रूप से अक्षम/चलने-फिरने में बाधा होने का उल्लेख करते हैं[2]। यद्यपि फेडेरल कानून के तहत कॉलेज भिन्न क्षमता वाले छात्रों को समायोजित करने के लिए बाध्य हैं लेकिन जिस ढंग से समायोजन लागू किया जाता है उसमें एक कॉलेज से दूसरे तक अंतर होता है। इस प्रकाशन का उद्देश्य कॉलेज जाने की तैयारी करने वाले पक्षाघात और चलने-फिरने में बाधित नौजवानों को मार्गदर्शन और मदद देना है।

पृष्ठभूमि: फेडेरल कानून — सेक्शन 504, आईडीईए और एडीए

यह समझना महत्त्वपूर्ण है कि के-12 शिक्षा और कॉलेज को नियंत्रित करने वाले कानूनों में क्या अंतर है। ऐसे तीन मुख्य कानून हैं जिनसे छात्रों और परिवारों को परिचित होना चाहिए। पहला है इंडिविजुअल्स विथ डिसेबिलिटीज़ एजुकेशन एक्ट (आईडीईए) अर्थात् भिन्न क्षमता वाले व्यक्तियों का शिक्षा कानून। यह कानून के-12 प्रणाली में भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए विशेष शिक्षा सेवाओं को नियंत्रित करता है और उन्हें नि:शुल्क एवं समुचित सार्वजनिक शिक्षा व सेवाएं मुहैया करता है। आईडीईए के तहत सुविधाएं प्राप्त करने वाले छात्रों के लिए आम तौर पर एक "आईईपी" (इंडिविजुअलाइज़्ड एजुकेशन प्रोग्राम - व्यक्तिगत जरूरत के अनुसार बनाया गया शिक्षा कार्यक्रम) होता है जो उनके लिए सुविधाएं और सेवाएं निर्धारित करता है।

संक्षेपाक्षर

एडीए: अमेरिकन्स विथ डिसेबिलिटीज़ एक्ट
डीएसओ: भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय
एफईआरपीए: फेडेरल शैक्षिक अधिकार एवं गोपनीयता कानून
आईडीईए: भिन्न क्षमता वाले व्यक्तियों का शिक्षा कानून (इंडिविजुअल्स विथ डिसेबिलिटीज़ एजुकेशन एक्ट)
आईईपी: व्यक्तिगत शिक्षा कार्यक्रम (इंडिविजुअलाइज़्ड एजुकेशन प्रोग्राम)
ओटी: ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट
पीसीए: व्यक्तिगत देखभाल सहायक
पीटी: फिजिकल थेरेपिस्ट
एसएसआई: पूरक सुरक्षा आय
एसएसडीआई: सामाजिक सुरक्षा भिन्न क्षमता बीमा
वीआर: व्यावसायिक पुनर्वास

1. यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन, नैशनल सेंटर फॉर एजुकेशन स्टैटिस्टिक्स। (2019). शिक्षा सांख्यिकी पुस्तिका, 2017 (2018-070).

2. राऊ, के., व लुईस, एल. (2011)। स्टूडेंट्स विथ डिसेबिलिटीज़ एट डिग्री-ग्रांटिंग पोस्टसैकंडरी इंस्टीट्यूशन्स (एनसीईएस 2011–018)। यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ एजुकेशन, नैशनल सेंटर फॉर एजुकेशन स्टैटिस्टिक्स। वाशिंगटन, डीसी: यू.एस. राजकीय मुद्रण कार्यालय।

दूसरा कानून है 1973 के पुनर्वास अधिनियम का अनुच्छेद 504 (सेक्शन 504)। यह भिन्न क्षमता के आधार पर भेदभाव होने से बचाता है और हाई स्कूल तथा कॉलेज दोनों स्तरों पर लागू होता है। सेक्शन 504 के अंतर्गत सुविधाएं प्राप्त करने वाले के-12 विद्यार्थी के पास "504 योजना" हो सकती है। यह योजना तय करती है कि छात्र को क्या सुविधाएं मिलेंगी। सेक्शन 504 कॉलेज पर भी लागू होता है लेकिन के-12 परिवेश के लिए बनाई गई किसी छात्र की 504 योजना सीधे कॉलेज में स्थानांतरित नहीं भी हो सकती है – वह इस मायने में कि कॉलेज किस प्रकार की सुविधाएं पेश करते हैं। इस बात पर ध्यान देना भी जरूरी है कि निजी स्कूलों को भी सेक्शन 504 पर अमल करना और शिक्षा में बाधाएं दूर करना होगा लेकिन निजी स्कूलों की ओर से आईडीईए के तहत वैसी सुविधाएं और सेवाएं मुहैया करवाना जरूरी नहीं है जैसी कि एक आईईपी में शामिल की जा सकती हैं।

कॉलेज के संदर्भ में आईडीईए अब मान्य कानून नहीं रहा है। अमेरिकन्स विथ डिसेबिलिटीज़ एक्ट (एडीए) के अनुसार परिभाषित भिन्न क्षमता वाले छात्रों को कॉलेज "उचित सुविधाएं" और भेदभाव रोकने के लिए सेक्शन 504 के तहत निर्धारित संरक्षण देते हैं। हाई स्कूल और कॉलेज के बीच एक बड़ा अंतर यह है कि कॉलेज में छात्र को "संवाद प्रक्रिया" में खुद संलग्न होना पड़ता है और अपनी सुविधाओं के लिए निवेदन करना पड़ता है, जबकि के-12 परिवेश में वार्तालाप व निवेदनों को आगे बढ़ाने में आम तौर पर माता-पिता लगे रहते हैं। एक बार छात्र कॉलेज पहुंच जाए तो सुविधाएं प्राप्त करने की प्रक्रिया में माता-पिता की कोई भूमिका नहीं रह जाती है।

सेल्फ-एडवोकेसी

कई छात्र और माता-पिता कॉलेज में भिन्न क्षमता संबंधी सहायता एवं सेवाएं लेते समय बदली हुई परिस्थिति के लिए तैयार नहीं होते हैं क्योंकि छात्र की भूमिका व जिम्मेदारियों में काफी बड़ा बदलाव आ चुका होता है। कुछ बड़े अंतर ये हैं:

हाई स्कूल: सुविधाओं की व्यवस्था करने में स्कूल अगुवाई करते हैं। उदाहरण के लिए अगर छात्र परीक्षाओं के लिए अतिरिक्त समय लेते हैं तो यह स्कूल को पता होता है और वह ऐसी व्यवस्थाएं करता है।

कॉलेज: छात्र को "संवाद प्रक्रिया" में खुद संलग्न होकर सुविधाओं के लिए आग्रह करना होता है। संवाद प्रक्रिया के तहत छात्र को भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय (डीएसओ) जाकर काउंसलर से मिलना और अपनी भिन्न क्षमता/स्वास्थ्य स्थिति के संबंध में दस्तावेज मुहैया करवाना होता है। उदाहरण: अगर छात्र को परीक्षा में अतिरिक्त समय चाहिए तो अधिकतर कॉलेजों की एक निवेदन प्रक्रिया होती है, जिसके तहत परीक्षा कक्ष में अतिरिक्त समय लेकर प्रश्नपत्र हल करने की मंजूरी लेने के लिए अमूमन परीक्षा तिथि से कम से कम सात दिन पहले प्रार्थना पत्र देना होता है।

हाई स्कूल: यह पड़ताल शिक्षक करते हैं कि छात्र को सहायता कब चाहिए। शिक्षक माता-पिता के साथ संपर्क साध कर सूचना साझा कर सकते हैं।

“अगर मैंने अपने कॉलेज के अनुभव के दौरान कुछ सीखा है तो वह यह है कि मुझे अपना एडवोकेट स्वयं बनना होगा।”

-इयान मालसिएव्स्की

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

कॉलेज: छात्र को स्वयं आगे बढ़कर सहायता मांगनी पड़ती है, जिसमें कार्यालय समय में जाना, ट्यूटरों की सेवा लेना, कॉलेज से मिलने वाली सेवाओं का लाभ उठाना शामिल है। इसके अतिरिक्त प्राध्यापकों और प्रशासकों पर परिवार शैक्षिक अधिकार एवं गोपनीयता कानून (एफईआरपीए) के तहत प्रतिबंध है - यह फेडेरल कानून यूनिवर्सिटी कर्मचारियों को अभिभावकों के साथ ग्रेड, क्लास शेड्यूल और अनुशासनात्मक कार्रवाई जैसी सूचना साझा करने से रोकता है। ऐसे छात्र और परिवार जो माता-पिता को यह सूचना उपलब्ध कराने का विकल्प चुनते हैं उन्हें एक अनुमति प्रपत्र पर हस्ताक्षर करना जरूरी होगा, जो आम तौर पर कॉलेज के रजिस्ट्रार के पास होता है।

छात्र और माता-पिता अक्सर इस बदलाव से बेखबर होते हैं। इस बदलाव के बारे में शुरुआत में ही छात्र के साथ बात शुरू करना आवश्यक है, और उनमें आत्मनिर्भर होकर रहने और सेल्फ-एडवोकेसी का कौशल विकसित होने देना चाहिए।

आवश्यक कौशल

कॉलेज में छात्रों को इतना समर्थ होना पड़ेगा कि वे प्रभावी ढंग से अपनी जरूरतों को बता सकें और अपनी भिन्न क्षमता के बारे में चर्चा कर सकें। सेल्फ-एडवोकेसी, अपनी आवश्यकताओं को समझने और बताने की क्षमता बहुत अहम है। यहां सेल्फ-एडवोकेसी के कुछ आवश्यक कौशल बताए गए हैं जो छात्र को सफल बदलाव में मदद करने के लिए जरूरी हैं:

- अपनी भिन्न क्षमता का ज्ञान
  - अपनी स्थिति(यों) का नाम और विवरण बताने में सक्षम
- यह समझना कि उनकी भिन्न क्षमता उन्हें कैसे प्रभावित करती है
  - यह चर्चा कर सकना कि उनकी भिन्न क्षमता(एं) किस तरह स्कूल, दैनिक जीवन और कार्यक्रमों में भाग लेने की उनकी क्षमता पर असर डालती है/हैं।
- यह जानना कि उन्हें क्या सुविधाएं चाहिए
  - अपनी “क्रियात्मक सीमाओं” की पहचान और सोचना कि इन पर कॉलेज में सामने आने वाली प्रत्येक संभावित परिस्थिति में क्या असर पड़ेगा, और उन सुविधाओं को चुनना जो उनकी मदद कर सकती हैं।
- अपनी जरूरतों को बता सकना
  - यह पहचान कर सकना कि वे किससे बात कर सकते हैं और अपनी जरूरतों को प्रभावी ढंग से बता सकते हैं।

- अपने कानूनी अधिकारों और जिम्मेदारियों को समझना
  - अमेरिकन्स विथ डिसेबिटीलीज एक्ट व सेक्शन 504 का सामान्य ज्ञान और समझ, और कॉलेज परिवेश में इन कानूनों का प्रयोग।

इन कौशलों को बढ़ाने में छात्र की मदद करने के कुछ तरीके हैं। पहला, अगर छात्र के पास कोई आईईपी या 504 योजना है तो छात्र को उनकी सुविधाओं संबंधी बैठकों में शामिल कीजिए। अपनी भिन्न क्षमता और जरूरतों के बारे में जानने के लिए परिवार भी छात्र की सहायता कर सकते हैं। माता-पिता इस मामले में मदद के लिए अक्सर काउंसलरों और चिकित्सकों के साथ कार्य करेंगे, क्योंकि छात्र इस मामले में अपने माता-पिता की अपेक्षा किसी और के प्रति अधिक ग्राही हो सकते हैं। अधिकतर राज्यों के पास बदलाव में सहायक मार्गदर्शिकाएं होती हैं जो ऑनलाइन मिल सकती हैं। ये मार्गदर्शिकाएं अमूमन यह रूपरेखा तय करती हैं कि 9वीं-12वीं कक्षाओं के दौरान कोई छात्र किन-किन कौशलों को बढ़ाने पर काम कर सकता है जो सफलतापूर्वक स्कूल से कॉलेज जाने में सहायक होंगे।

ऐसे रास्ते तलाशना भी महत्त्वपूर्ण है जो छात्र को अपने कार्यकारी क्रियाकलाप और आत्मनिर्भर रूप से जीने के गुणों को बढ़ाने दें। इन कौशलों को किस तरह शुरुआती जीवन में ही सीख लें, इस बारे में कुछ विचार इस प्रकार हैं:

हेल्थकेयर प्रदाताओं के साथ वार्तालाप:

- मेडिकल अपॉइंटमेंट के दौरान बातचीत को निर्देशित करने से खुद को रोकना माता-पिता के लिए काफी मुश्किल हो सकता है। फिर भी छात्र को प्रश्न पूछना और स्वयं के लिए बोलना सीखना चाहिए। यह छात्र को आत्मनिर्भर बनने और उसके सेल्फ-एडवोकेसी के गुण विकसित करने में मदद करेगा। ताकि छात्रों को हेल्थकेयर प्रदाता के साथ बातचीत का अभ्यास हो पाए, परिवार यह कर सकते हैं:
  - हेल्थकेयर प्रदाता से यह कहना कि वह सीधे छात्र से मुखातिब होकर सवाल पूछें ताकि

सेहत की निगरानी करने और सेल्फ-एडवोकेसी को लेकर छात्र की क्षमता बढ़ सके।

- छात्र को सारा अपॉइंटमेंट खुद संभालने देना।
- प्रत्येक अपॉइंटमेंट से पहले छात्र को सवालों/सरोकारों की सूची बनाने में मदद देना।
- छात्र के साथ अपॉइंटमेंट की रिहर्सल करना।

दवा प्रबंधनः

- जैसे-जैसे छात्र स्वतंत्र रूप से रहने की ओर कदम बढ़ाएंगे, उन्हें अपने उपचार का प्रबंधन करने की जरूरत पड़ेगी। छात्रों के लिए यह जरूरी है कि वे अपनी दवा की निगरानी करने के लिए उचित बंदोबस्त कर लें। ये व्यवस्था-तंत्र कॉलेज जाने से पहले अपना लिए जाने चाहिए। ऐसे कौशलों को बढ़ावा देने के लिए परिवार ऐसा कर सकते हैं:
  - छात्र को दवा प्रबंधन ऐप या कैलेंडर तैयार करने में मदद करना ताकि उसे यह पता लगाने में आसानी रहे कि दवाइयां कब व कितनी लेनी हैं और इन्हें दुबारा मंगाने के लिए कब कॉल करने की जरूरत पड़ेगी। (कृपया यह भी जान लें कि अनेक ऐप के जरिए उपयोगकर्ता इस बात पर भी लगातार नजर रख सकता है कि दवाइयों से उसे कैसा महसूस हो रहा है। यह भी उपयोगी सूचना हो सकती है।)
  - छात्र को एक दवा बॉक्स दिलाइए और इसे दुबारा भरने के लिए एक दिन तय कर लीजिए (जैसे प्रत्येक रविवार)।

हेल्थकेयर अपॉइंटमेंटः

- बच्चा अभी कुछ ही दिन का होता है कि परिवार उसके लिए डॉक्टर का अपॉइंटमेंट लेना शुरू कर देते हैं! इस आदत को लगभग 18 साल बाद तोड़ना टेढ़ी खीर हो सकता है। फिर भी माता-पिता को कभी न कभी छात्र को अपनी जिंदगी की डोर खुद संभालने और अपने अपॉइंटमेंट खुद लेने की छूट देनी होगी। यह जिम्मेदारी छात्र को सौंपने के लिए परिवार ऐसा कर सकते हैं:
  - अपने अपॉइंटमेंट खुद तय करने के लिए छात्रों की मदद करना। छात्रों को अपने कैलेंडर और प्रतिबद्धताओं की समझ होनी चाहिए और अपने अपॉइंटमेंट स्वतंत्रतापूर्वक तय करने के लिए खुद बात करने में सक्षम होना चाहिए।
  - एक स्क्रिप्ट लिखकर इस बात की तैयारी करें कि अपॉइंटमेंट के दौरान क्या-क्या बातें उठ सकती हैं।
  - यह भी सुनिश्चित कर लें कि छात्र के पास उपयुक्त सेहत बीमा सूचना एक आसानी से पहुंच वाली जगह में है।
  - यदि छात्र के बार-बार अपॉइंटमेंट तय हैं तो सुनिश्चित करें कि इनकी निगरानी और तिथि निर्धारण के लिए एक व्यवस्थित प्रणाली अपना ली गई है। ऐप और इलेक्ट्रॉनिक कैलेंडर भी बहुत सहायक हो सकते हैं।

घर पर मदद पाकर छात्रों को सेल्फ-एडवोकेसी, कार्यकारी क्रियाकलापों और स्वतंत्र रूप से रहने के कौशल बढ़ाने का जितना अभ्यास होगा, कॉलेज की राह तय करने में वे उतने ही कामयाब होंगे।

तैयारी कैसे करें: पुनर्वास केंद्र की भूमिका

अगर कॉलेज जाने का समय करीब आते हुए आपका पक्षाघात लंबा खिंचता जा रहा है तो आपको बाह्यरोगी पुनर्वास के बारे में सोचने की जरूरत हो सकती है ताकि आप अपने क्रियात्मक और स्वतंत्र रूप से जीने के कौशल को बेहतर बना सकें। इन कौशलों में व्हीलचेयर अपनाना, अच्छा संचालन कौशल, मुख्य मांसपेशियों को मजबूत बनाना और आंतरिक बल बढ़ाना शामिल है। इससे आपको कॉलेज में स्वतंत्र रूप से रहने के लिए बेहतर तैयारी करने में मदद मिलेगी।

जिन्हें हाल-फिलहाल ही चोट लगी है या पक्षाघात हुआ है, उन्हें कॉलेज में दाखिले की तैयारी करने या कॉलेज लौटने में कौन-कौन महत्त्वपूर्ण लोग मदद कर सकते हैं, इस खंड में उन्हीं के बारे में समझाया गया है। पुनर्वास टीम के विभिन्न सदस्यों की भूमिका पर नजर डालें और सोचिए कि वे आपको कॉलेज में लौटने या दाखिला लेने के लक्ष्य को प्राप्त करने में किस तरह मदद कर सकते हैं। यह पूछिए कि क्या पुनर्वास केंद्र में ऐसा कोई व्यक्ति है जो स्कूलों के साथ संपर्क साध सकता है। अमूमन इस व्यक्ति का पदनाम "एजुकेशन कोऑर्डिनेटर" होता है, लेकिन यह एक केंद्र से दूसरे में अलग भी हो सकता है।

एजुकेशन कोऑर्डिनेटर यह कर सकता है:

- छात्र को कॉलेज का भ्रमण कराने में मदद करना और उनका संपर्क भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय (डीएसओ) के साथ करवाना।
- छात्रों को आवास व सुविधाओं की पड़ताल करने में मदद करना
- छात्र को अन्य प्रकार के समर्थन के बारे में मार्गदर्शन देना, जिनकी जरूरत कॉलेज परिवेश में पड़ सकती है

पुनर्वास में रहने के दौरान छात्र फिजिकल और ऑक्युपेशनल थेरेपिस्ट (पीटी/ओटी) के साथ काम करेंगे।

पीटी/ओटी यह कर सकते है:

- छात्र की "क्रियात्मक सीमाओं" की पहचान करना
  - क्रियात्मक सीमाओं की सूची तैयार करना
  - यह सोचना कि ये सीमाएं छात्र की गतिशीलता पर कक्षा या आवासीय परिवेश में किस तरह असर डाल सकती हैं
  - छात्रों को उनकी व्यक्तिगत सहायता जरूरतों को निर्धारित करने में मदद करना (देखभाल सहायक, सहायक टेक्नॉलजी आदि।)
  - छात्र को दस्तावेज उपलब्ध करवाना ताकि वह सुविधाएं लेते हुए इनका इस्तेमाल कर सके

पुनर्वास केंद्र में टीम के साथ मिलकर काम करने से छात्रों को यह सुनिश्चित करने में मदद मिलेगी कि उनके पास सबसे अच्छी प्रणालियां और समर्थन उपलब्ध हैं। कॉलेज में दाखिले की इजाजत मिलने पर छात्र कॉलेज के डीएसओ के साथ समन्वय करने और अपने ओटी को परिसर में लाने की सोच सकता है ताकि वह उनके साथ परिसर का जायजा ले सके। यह विशेष तौर पर तब काम आएगा जब छात्र की योजना परिसर में ही रहने की हो। इस प्रकार का स्थलीय आकलन उन बदलावों और निवेदनों की पहचान कर सकता है जो डीएसओ के सामने रखे जा सकते हैं।

तैयारी कैसे करें: हाई स्कूल की भूमिका

हाई स्कूल में पढ़ने के दौरान छात्र के पास यह अवसर होंगे कि वह अपने लिए कॉलेज की तलाश करने और उसकी चयन प्रक्रिया के बारे में स्कूल काउंसलर के साथ मिल-बैठ कर वार्तालाप करे। लेकिन प्रत्येक हाई स्कूल काउंसलर इतना लैस नहीं होता है कि वह भिन्न शारीरिक क्षमता वाले छात्रों की विशिष्ट जरूरतों पर पूरी तरह सोच-विचार करने में मदद कर सके। छात्रों व उनके परिवारों को खुद अपने प्रश्न बनाने और खुद उन पर शोध करने के लिए तैयार रहना होगा।

अगर छात्र के पास एक आईईपी है, तो अवस्थांतर (transition) योजना आईईपी का ही हिस्सा होगी। छात्र का आईईपी प्रक्रिया में हिस्सा लेना महत्त्वपूर्ण है ताकि वे अपनी जरूरतों और सुविधाओं को बेहतर समझ सकें और कॉलेज में एक प्रभावी सेल्फ-एडवोकेट बन सकें।

अगर छात्र के पास एक 504 प्लान है तो उसे कॉलेज में जाने के लिए अवस्थांतर सेवाएं मुहैया नहीं कराई जाएंगी। जो छात्र 504 प्लान के तहत आते हैं उन्हें अवस्थांतर सहायता और सुविधाओं के हर पहलू के बारे में सोच-विचार करने के लिए समय देना पड़ेगा ताकि वे कॉलेज में आत्मनिर्भरता और सफलता के साथ रह सकें।

कॉलेज काउंसलर/स्वतंत्र कॉलेज सलाहकार

विभिन्न कॉलेजों में क्या-क्या सुविधाएं दी जा रही हैं और किस कॉलेज में छात्र को प्रवेश मिलने की संभावना सबसे अधिक (एकेडमिक फिट) है, इस जानकारी के लिए कॉलेज काउंसलर अमूमन सबसे बड़े स्रोत होते हैं। वे कॉलेज जाने की तैयारी कर रहे शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले छात्रों के मुद्दों को लेकर उतना पारंगत नहीं हो सकते हैं। कॉलेज काउंसलर से पूछ लीजिए कि क्या उन्होंने शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले छात्रों के साथ पहले काम किया है। अगर नहीं तो वे आपको किसी अन्य सलाहकार या संसाधन के बारे में बता सकते हैं। कुछ परिवार स्वतंत्र कॉलेज सलाहकार से सहारा और मार्गदर्शन लेने का विकल्प चुन सुनते हैं। स्वतंत्र सलाहकार भी विभिन्न स्कूलों के बारे में सूचनाएं देने में सक्षम हो सकते हैं और उपयुक्त कॉलेज तलाशने में छात्र के साथ मिलकर काम कर सकते हैं।

कॉलेज फेयर

छात्रों के पास कॉलेज फेयर में जाने के अवसर अपने स्कूल, स्थानीय स्कूल के जिले, आसपास के क्षेत्र में मिल सकते हैं या इन्हें ऑनलाइन भी देखा जा सकता है। कॉलेज फेयर में आम तौर

पर विभिन्न कॉलेजों के प्रवेश प्रतिनिधि आमंत्रित किए जाते हैं। ये मेले आम तौर पर हाई स्कूल के जिम्नेज़ियम या सम्मेलन केंद्रों में लगते हैं। हाल-फिलहाल, कई संगठन और स्कूल ऑनलाइन कॉलेज फेयर आयोजित कर रहे हैं जहां छात्र वर्चुअल रूप से विभिन्न कॉलेजों के प्रवेश प्रतिनिधियों से जुड़ सकते हैं।

कॉलेज फेयर में जाने से पहले पूछे जाने वाले प्रश्न:

- क्या कॉलेज फेयर का स्थान सुगम है?
- अगर किसी सुविधा की जरूरत हो तो क्या इसके लिए निवेदन की कोई प्रक्रिया है?
- अगर वर्चुअल कॉलेज फेयर से जुड़ रहे हों तो पूछ लें कि क्या स्क्रीन रीडर और स्पीच-टु-टेक्स्ट सॉफ्टवेयर के लिए यह प्लेटफॉर्म सुलभ है।

कॉलेज एडमिशन स्टाफ के बारे में एक टिप्पणी:

कॉलेज में प्रवेश संबंधी कार्य करने वाले कर्मचारी भिन्न क्षमता वाले छात्रों की जरूरतों के बारे में भली-भांति परिचित नहीं भी हो सकते हैं। छात्रों और परिवारों को कॉलेज फेयर में एडमिशन स्टाफ से प्रश्न पूछने के लिए तैयार रहना चाहिए। अगर छात्र की दिलचस्पी खास उसी स्कूल में है तो छात्र को आगे बढ़कर डीएसओ से संपर्क करना चाहिए ताकि भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए परिसर में उपलब्ध सेवाओं के बारे में विशिष्ट सूचनाएं प्राप्त हो सकें। यह याद रखना भी महत्त्वपूर्ण है कि कॉलेज में सुविधाओं के लिए निवेदन करने की प्रक्रिया कॉलेज दाखिला प्रक्रिया से अलग है। एडमिशन स्टाफ और भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय (डीएसओ) परस्पर सूचनाएं साझा नहीं करते हैं।

कॉलेज भ्रमण

पक्षाघात और चलने-फिरने में बाधाओं का सामना कर रहे छात्र जिन स्कूलों में प्रवेश लेना चाहते हैं उन्हें उनके परिसरों का भ्रमण करना चाहिए। इससे छात्रों को यह अच्छे से ज्ञात हो जाएगा कि परिसर उनके लिए कितना सुगम है।

1. प्रवेश कार्यालय में संपर्क करें

- पूछिए कि क्या एडमिशन दफ्तर सुगम है (ऐसा पहले से ही मानकर न चलें)।
- भवन में किस तरह प्रवेश करना है, इसके बारे में भी दिशानिर्देश जान लें अगर भवन के अग्रभाग में सुगम प्रवेश द्वार नहीं है ("ऐतिहासिक" परिसरों में ऐसा आम है।)

2.पूछिए कि क्या भ्रमण सुगम है। अगर भ्रमण करने और भ्रमण सामग्री (संकेत भाषा अनुवादक, ऑडियो प्रणाली, बड़े प्रिंट, सामग्री की इलेक्ट्रॉनिक कॉपी, गोल्फ कार्ट आदि) का उपयोग करने के लिए छात्र को कुछ विशेष चीजों की जरूरत है तो उन्हें उपलब्ध कराने के लिए पहले से आग्रह करना सुनिश्चित कर लें। पूछने लायक प्रश्नों के कुछ नमूने ये हैं:

- क्या व्हीलचेयर से भ्रमण करना सुगम है?
- क्या भ्रमण कराने वाले मार्गदर्शक को परिसर के सुगम मार्गों पर आने-जाने का प्रशिक्षण दिया गया है?
- क्या आप पहले ही भ्रमण सामग्री इलेक्ट्रॉनिक रूप में मुझे भेज सकते हैं?
- क्या भ्रमण के साथ वीडियो भी दिखाए जाते हैं? अगर हां, तो क्या उनमें कैप्शन भी दिए गए हैं?

3. भ्रमण की दूरी के बारे में भी पूछिए

- कुछ परिसर काफी बड़े होते हैं और/या भौगोलिक रूप से आवागमन के लिए चुनौतीपूर्ण होते हैं। अगर छात्र घूमने-फिरने के लिए किसी पावर डिवाइस का इस्तेमाल नहीं कर रहा है तो उसे भ्रमण की दूरी भांप लेनी चाहिए ताकि वह इसकी तैयारी सुनिश्चित कर सके।

4. डीएसओ से मिलने के लिए अपॉइंटमेंट लें

- किसी काउंसलर से मिलिए और सुविधाएं प्राप्त करने संबंधी निवेदन प्रक्रिया पर चर्चा कीजिए।
- कहिए कि वे आपको शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले वर्तमान छात्रों से मिलवा दें।

टिप्पणी: जो विश्वविद्यालय फेडेरल धन प्राप्त करते हैं वहां अनिवार्य रूप से एडीए के नियमों का अनुपालन होना चाहिए। हालांकि अनुपालन में भिन्नता होती है और जिसे "अनुपालन" माना जाता है, जरूरी नहीं कि वह छात्र की विशिष्ट आवश्यकताओं की पूर्ति करे ही।

वर्चुअल कॉलेज भ्रमण

कई कॉलेज विभिन्न ऑनलाइन प्लेटफॉर्मों के माध्यम से वर्चुअल भ्रमण भी करवाते हैं। इनसे छात्रों को उन स्कूलों की पड़ताल करने का अवसर मिलता है जिन्हें शायद वे खुद जाकर न देख सकें। यद्यपि वर्चुअल भ्रमण आराम से घर बैठे स्कूलों की खोजबीन करने के अवसर बढ़ा देते हैं,

मगर ऐसे ऑनलाइन भ्रमण के बावजूद यह जानना चुनौतीपूर्ण रहेगा कि परिसर शारीरिक रूप से आवागमन के लिए कितना सुगम है और यह भी कि वहां किन तरीकों से भिन्न क्षमताओं वाले लोगों को मदद दी जाती है और संलग्न रखा जाता है।

दुर्भाग्य से वर्चुअल भ्रमण हमेशा यह नहीं दिखा सकते हैं कि शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले छात्र किस तरह भवन में आ-जा सकते हैं या वहां कौन सी सुगम सुविधाएं (पुश बटन, टैक्टाइल फीचर, या सूचना पट्टियां) उपलब्ध हैं। वर्चुअल भ्रमण करने वाले लोग इमारत का अग्रभाग/आंतरिक भाग देखते हैं, लेकिन हो सकता है कि आने-जाने में सुगम प्रवेशद्वार भवन के बगल में या पिछले हिस्से में हो और वर्चुअल भ्रमण में न दिखाया गया हो। यद्यपि कॉलेजों का एडीए के नियम सम्मत होना जरूरी है, नियम सम्मत होने के भी विभिन्न स्तर होते हैं जिनमें से कुछ स्कूल तो इन नियमों से भी परे जाकर सुविधाएं देने का कार्य कर रहे हैं।

अगर छात्र की दिलचस्पी किसी खास कॉलेज में है और अकेला उपाय वर्चुअल भ्रमण ही हो तो परिसर को खुद जाकर देखे बिना भी सूचना प्राप्त करने के कुछ तरीके उपलब्ध हैं।

- भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय से संपर्क कीजिए और इस बारे में बातचीत कीजिए कि छात्र किस तरह की सुविधाएं चाहता है और वे क्या सहायता दे रहे हैं।
- उनसे आग्रह करें कि वे आपको शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले अन्य छात्रों से संपर्क करवा दें।
- छात्र स्वास्थ्य केंद्र और छात्र काउंसलिंग केंद्र से संपर्क कर उनसे परिसर में उपलब्ध सेवाओं के बारे में पूछिए।

तैयारी कैसे करें: व्यावसायिक पुनर्वास की भूमिका

पुनर्वास सेवाएं राज्य की ओर से उपलब्ध हैं और इन्हें व्यावसायिक पुनर्वास (वीआर) सेवाएं कहा जाता है। राज्य की वीआर एजेंसियां 1973 के पुनर्वास अधिनियम के तहत फेडेरल सरकार से कोष प्राप्त करती हैं, और इस कार्यक्रम की निगरानी शिक्षा विभाग करता है। वीआर कार्यक्रम का उद्देश्य वीआर के लिए पात्र व्यक्तियों को दी जानी वाली सेवाओं का आकलन, नियोजन, विकास और इन्हें प्रदान करना है ताकि ग्राही व्यक्तियों को उच्च शिक्षा और रोजगार के लिए तैयार किया जा सके। वीआर नौकरी दिलाने, आत्मनिर्भर बनाने और कार्यस्थल व समुदाय के साथ एकीकरण में सहायक हो सकता है।

वीआर के लिए पात्रता होने के लिए छात्रों में शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक या शैक्षणिक भिन्न क्षमता होना जरूरी है जो रोजगार या उच्च शिक्षा प्राप्त करने में असली बाधा हो। इसके अलावा, ऐसे छात्र भी इसके पात्र हो सकते हैं जो अनुपूरक सुरक्षा आय (एसएसआई) और/या सामाजिक सुरक्षा भिन्न क्षमता बीमा (एसएसडीआई) प्राप्त करते हैं और/या विशेष शिक्षा कार्यक्रम के तहत आते हैं, स्कूलों में सुविधाएं प्राप्त करते हैं, या जिनको गंभीर स्वास्थ्य स्थितियां हैं। यह जानना भी महत्त्वपूर्ण है कि वीआर सेवा, पात्र लोगों के एक छोटे से हिस्से को मुहैया की जाती है। क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति को सेवा देने के लिए धनराशि उपलब्ध नहीं है, इसलिए प्राथमिकता सबसे गंभीर भिन्न क्षमता वाले छात्रों को ही दी जाती है। प्रत्येक आवेदन की पात्रता को व्यक्ति दर व्यक्ति परखा जाता है।

हाई स्कूल में, जो छात्र पात्रता की शर्तों को पूरा करते हैं, वे वीआर सेवाओं के लिए आग्रह कर सकते हैं। परिवार यह निवेदन कर सकते हैं कि आईईपी/504 बैठकों में वीआर काउंसलर भी उपस्थित हो। उच्च शिक्षा की तैयारी का ही एक हिस्सा मानकर वीआर को हाईस्कूल की शुरुआत में ही शामिल करना छात्र और राज्य वीआर एजेंसी के लिए फायदेमंद हो सकता है, और छात्र जितनी जल्दी वीआर से जुड़ेंगे राज्य वीआर एजेंसी संसाधन और कोष की जरूरतों के बारे में उतना ही बेहतर पूर्वानुमान लगा सकती है।

वीआर क्या कर सकता है?

- छात्र की जरूरतों और व्यावसायिक लक्ष्यों के अनुरूप उपयुक्त कॉलेज तलाशने के प्रयास में छात्र के साथ मिलकर मदद करना।
- संभावित छात्रवृत्तियों की पड़ताल करने में छात्रों का सहयोग करना। अक्सर, यह हाई स्कूल काउंसलिग स्टाफ के साथ मिलकर किया जाता है।
- छात्र को कॉलेज में जिन सहूलियतों की दरकार हो, उनकी पड़ताल करने में मदद करना और जब छात्र का आवेदन स्वीकार हो जाए तो उन्हें कॉलेज के भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय से संपर्क साधने में सहायता करना।
- छात्र को वित्तीय सहायता, सहायक टेक्नॉलजी और/या दैनिक जीवन में सहायता उपकरणों तक पहुंच उपलब्ध करवाना।

जब चोट हाई स्कूल या कॉलेज में लगे

छात्र को अगर हाई स्कूल या कॉलेज के दौरान चोट लगी हो तो छात्रों और परिवारों के सामने यह तय करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है कि कैसे पढ़ाई को आगे जारी रखा जाए। दुबारा स्कूल में जाने की स्थिति अलग-अलग छात्र के लिए अलग-अलग नजर आ सकती है। कुछ छात्र अपने सहपाठियों की चाल पकड़ने का प्रयास कर सकते हैं तो अन्य छात्र धीरे-धीरे आगे बढ़ने की सोच सकते हैं।

छात्र किस तरह पढ़ाई में आगे बढ़ सकते हैं, इस पर असर डालने वाला एक सबसे प्रमुख कारक चोट के बाद की उनकी शारीरिक सक्षमता है। चोट के असर के आधार पर छात्र को सीखना या दुबारा सीखना पड़ सकता है:

- दैनिक जीवन कौशल की गतिविधियां
- सहायक टेक्नॉलजी इस्तेमाल कैसे करें (जैसे: टेक्स्ट टु स्पीच सॉफ्टवेयर, नोट लेने वाले सॉफ्टवेयर/डिवाइस, ऑडियो बुक्स, आदि)
- व्हीलचेयर/चलने-फिरने वाले सहायक यंत्र का उपयोग कर स्कूल का भ्रमण कैसे करें (कक्षाएं, भवन, बाथरूम)

ऐसे सामाजिक कारक और प्रभाव भी छात्रों के सामने आ सकते हैं जो उनकी निर्णय लेने की प्रक्रिया को निर्धारित करें। वे अपने समकक्षों के साथ जुड़े रहना और साथ-साथ चलना चाह सकते हैं। छात्रों के सामने सामाजिक बिछोह बहुत वास्तविक हो सकता है, इसलिए अपने दोस्तों के साथ कदमताल मिलाए रखने की छात्रों की चाहत को समझना भी महत्त्वपूर्ण है। हो सकता है उनके परिवार इन समस्याओं पर चर्चा करने के लिए थेरेपिस्ट, काउंसलर या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से संपर्क करना चाहें, और ऐसे ही अनुभवों से गुजर चुके अन्य परिवारों से सलाह लेना चाहें।

यदि छात्र हाई स्कूल में है:

परिवारों को उनके स्कूल और स्थानीय स्कूल प्रशासन से संपर्क कर संभावनाएं टटोलनी चाहिए। इसके अतिरिक्त, पुनर्वास केंद्र के पास कुछ ऐसे संसाधन हो सकते हैं जो हाई स्कूल में लौटने का मन बना रहे छात्र के काम आ सकते हों। परिवार यह भी चाहेंगे कि वे स्कूल काउंसलर या विशेष शिक्षा समन्वयक के साथ मिलकर यह तय करें कि स्कूल कौन सी सुविधाएं और सेवाएं मुहैया करवा सकते हैं। यह याद रखना महत्त्वपूर्ण है कि सार्वजनिक क्षेत्र के स्कूल आईडीईए और सेक्शन 504 के तहत सुविधाएं व सेवाएं उपलब्ध कराते हैं, और यह भी कि निजी स्कूल सिर्फ सेक्शन 504 के तहत सुविधाएं मुहैया कराते हैं (वे भिन्न क्षमता वाले छात्र के साथ भेदभाव नहीं कर सकते हैं।) छात्रों के पास विकल्प हैं कि वे चाहें तो स्कूल में पुनर्प्रवेश पूर्ण रूप से करें, कम कक्षाओं के साथ प्रवेश लें, दूर शिक्षा के जरिए और/या घर में या अस्पताल में रहकर मिले-जुले ढंग से पढ़ाई जारी रखें, या कुछ समय के लिए छुट्टी ले लें। परिवारों को उनके स्कूल या स्थानीय स्कूल प्रशासन के साथ मिलकर काम करने की जरूरत है ताकि वे उन्हें दस्तावेज प्रदान कर सकें और आगे बढ़ने की सर्वोत्तम राह निकाल सकें।

अगर छात्र कॉलेज में है:

अगर छात्र को कॉलेज में चोट लगी है तो कुछ ऐसी चीजें हैं जो अल्पावधि में की जा सकती हैं। प्रथम, छात्र और परिवार को छात्र के एकेडमिक डीन से संपर्क कर उन्हें चोट और पुनर्वास योजना के बारे में सूचित करना चाहिए। सत्र के दौरान किस समय चोट लगी और पुनर्वास किया गया, इस आधार पर छात्र सत्र को छोड़ सकता है, या सत्र अधूरा छोड़ने का विकल्प चुन सकता है (छूटा हुआ काम भविष्य में पूरा करने में सक्षम रहे।) जब कोई छात्र कॉलेज लौटने के लिए तैयार हो तो वह पूर्णकालिक (फुल टाइम) पुनर्प्रवेश ले सकता है, कम पाठ्यक्रम के साथ (घटे हुए क्रेडिट घंटे) प्रवेश ले सकता है, किसी ऑनलाइन प्रोग्राम में स्थानांतरण करवा सकता है, पुराने स्कूल में लौटने के लक्ष्य के साथ घर के अधिक नजदीकी किसी कॉलेज/सामुदायिक कॉलेज में पाठ्यक्रमों से जुड़ सकता है, या छुट्टी ले सकता है (पढ़ाई स्थगित)। जब छात्र कॉलेज में लौटने की ठान ले तो उसे अपनी सुविधा संबंधी जरूरतों का निर्धारण करने के लिए और दस्तावेज एकत्र करने के लिए अपने पुनर्वास केंद्र और स्वास्थ्य सुरक्षा प्रदाता के साथ मिलकर काम करना चाहिए। इसके बाद छात्र को डीएसओ से संपर्क कर सुविधाओं के लिए निवेदन करना चाहिए (संदर्भ के लिए "सुविधाएं" खंड देखें)। अगर छात्र यह तय करता है कि वे कॉलेज में अंशकालिक रूप से जाना चाहते हैं तो उन्हें सुविधाओं की अंशकालिक (पार्ट-टाइम) स्थिति के लिए निवेदन करना पड़ेगा (कुछ कॉलेज प्रोग्राम पार्ट-टाइम स्थिति की अनुमति नहीं देते हैं।) इसके अतिरिक्त, पार्ट-टाइम स्थिति छात्र की वित्तीय सहायता पर भी असर डाल सकती है, इसलिए ऐसा तय करने के लिए छात्र को वित्तीय सहायता कार्यालय से भी संपर्क करना चाहिए।

कॉलेज का चयन

कॉलेज की तलाश शुरू करते समय हाई स्कूल छात्र अमूमन अपने स्कूल के कॉलेज काउंसलर या एक कॉलेज सलाहकार के साथ मिलकर काम करते हैं। कई छात्र स्वतंत्र रूप से या अपने परिवार के साथ बैठकर खोजबीन करते हैं। अधिकतर छात्र इस प्रक्रिया की शुरुआत अपनी रुचियों को ध्यान में रखकर करते हैं। एक बार छात्र ने यह तय कर लिया कि उनकी अभिरुचियां क्या हैं, तो यह कॉलेज में कोई कोर्स या मुख्य विषय तय करने की ओर उन्हें अग्रसर करते हैं। क्या उनका मनपसंद मुख्य विषय उनके पसंद के कॉलेजों में पढ़ाया जाता है, इस आधार पर छात्र कॉलेजों के नाम में काट-छांट कर सकते हैं। छात्रों को इस बारे में विचार कर लेना चाहिए कि वे किस तरह सीखना पसंद करते हैं। क्या वे खुद करके सीखना पसंद करते हैं या शोध करके? व्याख्यान या चर्चाएं? लघु समूहों में काम करना या पेपर लिखना? वे कॉलेज की वेबसाइट पर जाकर पाठ्यक्रमों का ब्योरा और प्राध्यापकों की समीक्षाएं देखकर यह तय करना शुरू कर सकते हैं कि क्या वह कॉलेज उनकी पढ़ाई के लिए बिल्कुल सही है। छात्रों को यह भी देखना चाहिए कि हाल-फिलहाल की सबसे नई कक्षाओं में स्वीकृत दाखिलों के लिए औसत जीपीए और मानक टेस्ट स्कोर क्या रहे। इससे उन्हें दाखिला मिलने की संभावना जानने में सहायता मिलेगी।

परिसर की संस्कृति के बारे में जानना भी सभी छात्रों के लिए एक और अहम गौरतलब बात है। कई और पहलुओं पर भी विचार करना चाहिए, जैसे छात्र को छोटा परिसर चाहिए या बड़ा, एक कक्षा में औसत छात्र संख्या कितनी है, शहरी परिसर हो या आंचलिक। कई छात्र अपनी निजी रुचियों जैसे कि खेल, कला, या राजनीति का उपयोग यह जांचने के लिए करते हैं कि क्या कोई कॉलेज उनके लिए एक अच्छा मेल होगा। इस मामले में कोशिश करें कि आप परिसर घूम आएं और वर्तमान छात्रों के साथ बात करें। परिसर के कल्चर के बारे में जानने हेतु छात्रों को थोड़ी सी ऑनलाइन खोजबीन करने की जरूरत पड़ सकती है और छात्रों का अखबार पढ़ने की भी।

कई परिवारों के लिए वित्त भी चिंता का एक विषय होता है। कई कॉलेज वित्तीय सहायता पैकेज और छात्रवृत्तियां देते हैं जिनके लिए छात्र पात्र हो सकते हैं। छात्रों और उनके माता-पिता को कॉलेज या ग्रेजुएट स्कूल में वित्तीय सहायता के लिए आवेदन करने के लिए **फ्री एप्लीकेशन फॉर फेडरल स्टूडेंट एड (FAFSA®) फॉर्म** भरने की जरूरत पड़ेगी जो यहां ***https://studentaid.gov*** उपलब्ध है। कॉलेज अपने अनुदानों और छात्रवृत्तियों को लेकर अधिकांश निर्णय एफएएफएसए (FAFSA) के नतीजों के आधार पर करते हैं। आवेदन जल्दी करना और अंतिम तिथियां जानना भी जरूरी है। कई छात्रवृत्तियां विशेष तौर पर भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए उपलब्ध हैं, जिनमें पक्षाघात और चलने-फिरने में बाधित छात्रों को मिलने वाली विशेष छात्रवृत्तियां भी शामिल हैं। तथापि, इस बारे में यथार्थवादी होना जरूरी है कि परिवार कितना खर्च उठाने में समर्थ है ताकि छात्र अत्यधिक कर्ज न उठा ले। राज्य के कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में पढ़ने का खर्च निजी कॉलेजों की तुलना में कम हो सकता है मगर वित्तीय सहायता और दान राशियों की उपलब्धता कम हो सकती हैं। सभी विकल्पों

को तलाश लेना महत्त्वपूर्ण है। अगर आप कॉलेज के वित्तीय सहायता संबंधी निर्णय से असहमत हैं तो पुनर्विचार के लिए याचिका डाल सकते हैं। वित्तीय सहायता के लिए अपील कैसे करें इस बारे में सूचना यहां मिल सकती है स्विफ्ट/स्टूडेंट:*https://formswift.com/swift-student#whatsanappeal*.

> **क्या यहां स्कूल जाना मुमकिन है? क्या मेरी सभी व्यक्तिगत जरूरतों का ख्याल रखा जाएगा?"**
>
> ***- टेलर प्राइस***
>
> *https://www.ChristopherReeve.org/living-with-paralysis/for-parents/higher-education*

पक्षाघात और चलने-फिरने में बाधाओं का सामना करने वाले छात्रों के लिए गौरतलब बातें

ऊपर बताए गए आम बिंदुओं के अलावा भी कई ऐसी गौरतलब बातें हैं जिनका सामना पक्षाघात एवं चलने-फिरने में बाधाओं वाले छात्रों को करना पड़ता है और जो उनके सक्षम समकक्षों की सोच के परे होती हैं। नीचे दी गई बातों का उद्देश्य मार्गदर्शन करना है, न कि किसी छात्र को कोई विशेष कॉलेज चुनने से रोकना। इस खंड में उठाई गई बातें पक्षाघात एवं चलने-फिरने में बाधाओं का सामना करने वाले छात्रों की संभावित समस्याओं और चिंताओं से जुड़ी हुई हैं। यह याद रखना जरूरी है कि छात्र की कुछ संभावित चुनौतियों को कम करने के लिए कॉलेज उसे सहायता और/या सुविधाएं उपलब्ध कराने में समर्थ हो सकते हैं। छात्र द्वारा किसी कॉलेज में आवेदन करने या पढ़ने जाने का निर्धारण करने से पहले भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय (डीएसओ) से संपर्क कर पूछताछ करना इसीलिए हमेशा महत्त्वपूर्ण रहता है।

भौतिक स्थितियां

एक बात जो कुछ छात्रों के लिए खास मायने रख सकती है वह है परिसर का भौतिक परिवेश। कॉलेज का भ्रमण आम तौर पर वसंत या गर्मी के मौसम में होता है पर ये एकमात्र मौसम नहीं होते हैं! छात्रों को पूरे साल के मौसम के मद्देनजर परिसर/इलाके की खोज-परख करनी चाहिए।

मौसम की स्थितियों पर विचार करते समय छात्रों को पूछना चाहिए:

- क्या इस इलाके में अत्यधिक हिमपात/बर्फबारी और/या बारिश होती है?
- क्या इस इलाके में बहुत ज्यादा गर्मी /उमस होती है?

परिसर में कक्षाओं और सेवाओं तक पहुंचने में आने वाली संभावित बाधाओं के बारे में यथार्थवादी होना भी महत्त्वपूर्ण है। उदाहरण के लिए अगर छात्र किसी बर्फीले इलाके में स्थित स्कूल को चुनता है तो यह भी सोचना चाहिए कि उसे सर्दी की वर्दी पहनने में कितनी देर लगेगी,

और उसे प्रतिकूल मौसम के दौरान बर्फ हटाने और सुगम यातायात की सुविधाओं के संबंध में डीएसओ से पूछ लेना चाहिए। कुछ स्कूलों में आने-जाने के लिए भूमिगत सुरंगें बनी होती हैं तो अन्य स्कूल अपने उन भवनों के आसपास से बर्फ हटाने का काम प्राथमिकता के साथ कर सकते हैं जहां भिन्न क्षमता वाले छात्र रहते हैं या उनका आना-जाना होता है। यह जानना भी बहुत महत्त्वपूर्ण है कि हम अपने प्रथम दिन के पहले क्या अपेक्षा रखें!

मौसम-संबंधी एक अन्य ध्यान रखने योग्य बात अपना तापमान नियंत्रित रखने की छात्र की क्षमता है। अगर छात्र किसी गर्म इलाके में स्थित स्कूल चुनता है तो कक्षा में जाते हुए काफी मुश्किल स्थिति का सामना करना पड़ सकता है। छात्रों और परिवारों को कॉलेज पसंद करते हुए मौसम/जलवायु को भी ध्यान में रखना चाहिए और अपनी जरूरतों के बारे में डीएसओ के साथ चर्चा करनी चाहिए कि क्या उनकी चिंताओं को दूर करने के उपाय उपलब्ध हैं।

एक और ध्यान देने योग्य बात परिसर की भौगोलिक परिस्थिति है। ऐसे परिसर जो पहाड़ी क्षेत्र में हैं या जहां भवन दूर-दूर फैले हुए हैं, वहां व्हीलचेयर से आना-जाना दुरूह हो सकता है। अगर छात्र हाथ से चलने वाली व्हीलचेयर इस्तेमाल करता है तो वे यह भी सोचना चाहेंगे कि परिसर में आने-जाने के बाद कैसा लगता है। अगर छात्र सक्षम है तो उसे आवेदन करने से पहले परिसर का भ्रमण कर लेना चाहिए। ऐतिहासिक परिसरों में ईंटों या गोल पत्थरों से बने पैदल रास्ते हो सकते हैं जिन पर चलना भी टेढ़ी खीर हो सकता है, जबकि नए या अपडेट किए परिसरों में अधिक सुगम और समतल रास्ते हो सकते हैं। कुछ कॉलेज एक इमारत से दूसरी तक आने-जाने के लिए सुगम यातायात साधन (बस या गोल्फ कार्ट) भी उपलब्ध करवाते हैं। इसके अतिरिक्त एक सुविधा के रूप में छात्र कक्षाओं का स्थान बदलने का भी आग्रह कर सकते हैं। (“सुविधाएं” खंड देखें)

घर से दूरी

घर से कॉलेज की दूरी भी छात्र की पसंद में एक और कारक हो सकता है। यह छात्र के जीवन के कई पहलुओं पर असर डाल सकता है, जिसमें चिकित्सा उपचार (डॉक्टर एवं थेरेपिस्ट) और सहायक ढांचे शामिल हैं।

चिकित्सा पर पड़ने वाले प्रभावों से जुड़े सभी पहलुओं के बारे में सोचते समय कुछ गौरतलब प्रश्न इस प्रकार हैं:

- क्या छात्र अपने पुराने चिकित्सकों और विशेषज्ञों से मिलना जारी रख पाएगा? यदि नहीं, तो क्या परिसर में या उसके आसपास चिकित्सक और विशेषज्ञ हैं जिनसे मिलकर वह परामर्श ले सके?
- क्या छात्र को परिसर में या आसपास मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध हो सकेंगी? अगर छात्र को मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की जरूरत है तो यह जरूरी है कि वे कॉलेज के काउंसलिंग केंद्र से संपर्क कर इस बारे में पूछ लें कि वे उनके पास कितनी जल्दी-जल्दी और कितनी बार आ सकते हैं, इससे पहले कि वे उसे किसी बाहरी सेवा प्रदाता के पास भेज सकें।

- क्या टेलीहेल्थ सेवा के विकल्प या तो विश्वविद्यालय या बीमा के जरिए उपलब्ध हैं?

छात्र ऐसे कॉलेजों की पड़ताल करने के इच्छुक हो सकते हैं जिनके परिसर में या आसपास अस्पताल हो, अथवा ऐसा कॉलेज चुन सकते हैं जो घर के निकट हों जिससे वे अपने वर्तमान चिकित्सकों को दिखाना जारी रख सकें।

छात्रों को यह तैयारी भी करनी पड़ेगी कि व्हीलचेयर क्षतिग्रस्त होने, व्यक्तिगत सुरक्षा सहायक (पीसीए) के न आने की स्थिति में उन्हें क्या उपाय करने पड़ेंगे या फिर तब जब उन्हें लगे कि अपने दोस्तों और घरवालों से आम प्रकार की अधिक मदद की जरूरत है। यहां नीचे कुछ ऐसे सुझाव दिए गए हैं जो छात्र द्वारा घर से दूरस्थ स्कूल चुनने की अवस्था में उत्पन्न हो सकने वाली परेशानियों को दूर कर सकते हैं:

- व्हीलचेयर की मरम्मत करने वाली किसी स्थानीय कंपनी का पता लगा लें। यदि हो सके तो जरूरत के मुताबिक एक मैनुअल चेयर हमेशा उपलब्ध रखने का बंदोबस्त करें।
- यह भी सोचें कि छात्र वापस अपने घर कैसे जा सकता है। क्या उन्हें परिसर में कार की जरूरत पड़ेगी (नोट करें: इसकी अनुमति बिना आवासीय सुविधा के नहीं भी मिल सकती है)? क्या घर जाने के लिए यातायात का कोई और सुगम साधन है?
- स्कूल के करीब रहने वाले किसी ऐसे दोस्त या परिवार की पहचान करें जो किसी मुद्दे के आने पर सहायता के लिए तैयार रहे।

भिन्न क्षमता सहायता कार्यालय (डीएसओ)

हरेक कॉलेज में डीएसओ या भिन्न क्षमता सेवा समन्वयक होता है। यह फर्क आमतौर पर स्कूल के आकार पर निर्भर करता है। डीएसओ का नाम अलग भी हो सकता है। कुछ उदाहरण इस प्रकार हैं:

- भिन्न क्षमता छात्र सेवाएं
- ऐक्सेस सेंटर
- ऐक्सेसिबिलिटी सेवाएं
- भिन्न क्षमता सहायता सेवाएं
- अकादमिक संसाधन केंद्र

डीएसओ और समन्वयक का काम यह सुनिश्चित करना है कि भिन्न क्षमता वाले छात्रों को फेडेरल कानून के अनुरूप सुविधाओं देने के लिए कॉलेज अपने दायित्व की पूर्ति करें। इसमें आम तौर पर शामिल रहता है:

- भिन्न क्षमता वाले छात्रों की सहायता के लिए "उचित सुविधाएं" होने का निर्धारण
- भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए सुविधाएं उपलब्ध करवाना

इसमें यह भी शामिल हो सकता है:

- भिन्न क्षमता संबंधी मुद्दों और सुविधाओं पर शिक्षकों और कर्मचारियों को सलाह और प्रशिक्षण देना
- भिन्न क्षमता संबंधी मुद्दों पर विश्वविद्यालय के अन्य विभागों के लिए एक संसाधन के रूप में भूमिका निभाना
- भिन्न क्षमता वाले छात्रों और या अन्य सामान्य छात्रवृंद के लिए अकादमिक सहायता उपलब्ध करवाना

छात्रों और परिवारों को डीएसओ का उद्देश्य वाक्य पढ़ लेना चाहिए ताकि वे अमुक कॉलेज के डीएसओ की भूमिका के बारे में सबसे सटीक समझ प्राप्त कर सकें। यह आम तौर पर डीएसओ वेबसाइट पर ऑनलाइन मिल जाता है। अगर छात्र यह तय लेते हैं कि उन्हें स्कूल पसंद है तो उन्हें आवेदन करने से पहले डीएसओ से संपर्क साध कर बातचीत का समय तय कर लेना चाहिए। अगर छात्र खुद भ्रमण करने जा रहा है तो भ्रमण तिथि के दिन ही मुलाकात का समय तय कर सकते हैं। अन्यथा छात्र डीएसओ काउंसलर से फोन या वीडियो चैट के जरिए बातचीत करने का आग्रह कर सकता है। कॉलेज में आवेदन करने से पहले डीएसओ के साथ बातचीत करना मददगार रहता है ताकि छात्र विभिन्न कॉलेजों में उपलब्ध सेवाओं और सहायताओं की परस्पर तुलना कर सकें। यही नहीं, इन वार्तालापों से छात्रों को डीएसओ में बैठे व्यक्तियों का स्वभाव पता चलेगा और यह भी निर्धारण करने में सहायक होगा कि क्या उस कॉलेज के काउंसलरों के साथ काम करते हुए उन्हें सहारा मिलने का अहसास होता है।

यह समझना भी जरूरी है कि डीएसओ अलग है और दाखिला विभाग अलग। कॉलेज में दाखिले की मंजूरी मिलने और नामांकन से पहले छात्र डीएसओ के साथ जो जानकारियां साझा करते हैं, वह उन्हें दाखिला विभाग के साथ साझा नहीं करता है। इसी तरह दाखिला विभाग को बताई गई भिन्न क्षमता की सूचना भी अपने आप डीएसओ के साथ साझा नहीं की जाती है। आखिरी बात, स्कूल में आवेदन करते समय प्रवेश प्रक्रिया के दौरान अपनी भिन्न क्षमता के बारे में खुलासा करना अनिवार्य नहीं है।

कॉलेज तलाशने के दौर में

जब पक्षाघात के साथ-साथ चलने-फिरने में बाधाओं का सामना कर रहा कोई छात्र डीएसओ से जुड़ता है, तो वह विशिष्ट सुविधाओं के बारे में पूछने का इच्छुक हो सकता है ताकि उसे डीएसओ की भूमिका और कॉलेज में मिलने वाली सहायता का अंदाजा लग सके। सहायता और देखभाल का स्तर जिसके तहत सुविधाएं दी और संचालित की जाती हैं, एक कॉलेज से दूसरे कॉलेज में अलग-अलग होता है। बेहतर यही है कि अपने डीएसओ काउंसलर से मिलने से पहले सवालों और संभावित सुविधाओं की सूची बनाकर छात्र डीएसओ के साथ वार्ता की तैयारी करे। यह ध्यान रखना जरूरी है कि सुविधाएं कॉलेज जीवन के लगभग हर पहलू से जुड़ी होती हैं। अगर कॉलेज आम छात्र समूह को कोई सुविधा प्रदान कर रहे हैं तो संघीय कानूनों के अनुपालन के लिए यह सभी छात्रों के लिए सुलभ होनी चाहिए।

नामांकन के बाद

कॉलेज में छात्र को प्रवेश मिलने के बाद सुविधाएं प्राप्त करने की एक आवेदन प्रक्रिया है। इसके लिए छात्र को डीएसओ में जाकर अपनी भिन्न क्षमता के बारे में "स्व-घोषणा" करने की जरूरत होती है। कई कॉलेजों में सुविधाएं प्राप्त करने हेतु ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया होती है, जिसमें डीएसओ की वेबसाइट के जरिए पहुंच प्राप्त की जा सकती है। अन्य कॉलेजों में स्व-घोषणा प्रक्रिया की शुरुआत छात्र की ओर से डीएसओ को ईमेल भेजने या खुद दफ्तर में काउंसलर से मिलकर शुरू होती है। छात्र के लिए यह जरूरी होगा कि वह अपनी भिन्न क्षमता के बारे में बात करने में समर्थ हो और इससे संबंधित कागजात दे सके।

> **जानिए आपको ऐसा क्या 'चाहिए' जो आपको स्वस्थ एवं सफल रखे और कॉलेज में नामांकन के दौरान आनंद दे सके। कालेज प्रशासन के साथ इन जरूरतों के बारे में चर्चा करना जरूरी है और इनमें देखरेख करने वाले सहायक, चिकित्सा उपकरण और सुगम आवास जैसी सुविधाएं शामिल हो सकती हैं।**
>
> ***– टेलर प्राइस***
>
> *https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/the-path-to-employment-paved-with-dreams-choices-goal*

सुविधाएं

नीचे ऐसी कुछ सुविधाओं की सूची दी गई है जिनके बारे में पक्षाघात के साथ चलने-फिरने में बाधित छात्रों को दाखिला लेने से पहले डीएसओ से पूछने का विचार करना चाहिए। अपने सवालों पर डीएसओ के जवाब छात्र को कॉलेज तलाशने की प्रक्रिया में अधिक सूचना सम्पन्न बना सकते हैं। यह ज्ञात होने पर कि उन्हें किसी स्कूल में अपनी जरूरत की सुविधाएं और सेवाएं प्राप्त नहीं होंगी, छात्र वहां आवेदन न करने या दाखिला न लेने का फैसला कर सकते हैं। इस सूची में अकादमिक, आवासीय, यातायात, कार्यक्रम संबंधी और मनोरंजक सुविधाएं शामिल हैं। यह याद रखना भी जरूरी है कि कॉलेज परिसर का जीवन सिर्फ कक्षाओं और आवास हॉल तक सीमित नहीं होता है और ऊपर बताए गए सभी क्षेत्र फेडेरल कानून के तहत आते हैं। (नोट: संभव है कुछ अन्य सुविधाएं भी हों जिनके लिए छात्र आग्रह करे। छात्र की विशेष जरूरतों का निर्धारण करने के लिए उसके थेरेपिस्ट और काउंसलर से संपर्क करना सुनिश्चित करें।)

कक्षा संबंधी सुविधाएं जिनके बारे में डीएसओ से पूछना चाहिए:

- पंजीकरण में प्राथमिकता
  - चूंकि छात्र को सुबह तैयार होने में अधिक समय लग सकता है और उससे भी अधिक समय परिसर में जगह-जगह जाने में लग सकता है, इसलिए पंजीकरण में प्राथमिकता प्राप्त करने की प्रक्रिया के बारे में पूछिए ताकि आप कक्षाओं के ऐसे समय चुन सकें, जिनमें पहुंचने के लिए पर्याप्त समय मिल सके।
- कक्षा का स्थान परिवर्तन
  - क्या ऐसा कोई तरीका है जिसके तहत छात्र यह आग्रह कर सकें कि उनकी कक्षाएं ऐसे भवनों में लगें जो आस-पास हों? क्या आप यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि छात्र के लिए सबसे सुगम कक्षा भवनों (समतल फर्श, एडीए के अनुरूप, सुगम पहुंच) का चयन किया जाएगा? क्या शेड्यूल को अंतिम रूप दिए जाने से पहले छात्र कक्षाओं की स्थिति को जाकर देख सकता है?
- कक्षा का फर्नीचर
  - पढ़ने के लिए आरामदायक मेज-कुर्सी और संशोधित कक्षा उपकरण प्राप्त करने की निवेदन प्रक्रिया क्या है?
- वैकल्पिक फ़ॉर्मेट
  - यदि छात्र को पाठ्यक्रम सामग्री पीडीएफ या स्क्रीन रीडर युक्त फ़ॉर्मेट में चाहिए, और/या पाठ्यपुस्तकों की इलेक्ट्रॉनिक कॉपी चाहिए तो यह पूछिए कि किस तरह डीएसओ इसे उपलब्ध करवाना सरल बनाते हैं।
- व्याख्यान रिकॉर्ड करने की क्षमता
  - अगर छात्र लिखने/टंकण करने में असमर्थ है तो उन्हें व्याख्यान रिकॉर्ड करने के लिए निवेदन करना पड़ सकता है। पूछ लें कि रिकॉर्डिंग के संबंध में कॉलेज की नीतियां क्या हैं।

- नोटलेखक
  - अगर छात्र को अपने लिए नोट्स लेने वाले सहायक की जरूरत है तो क्या कॉलेज ने किसी समकक्ष (अन्य छात्र) से नोट लिखवाने की व्यवस्था अपनाई है, या वे पेशेवर नोटलेखक रखते हैं या सहायक टेक्नॉलजी का इस्तेमाल नोट्स लेने के लिए करते हैं? नोट प्राप्त करने की प्रक्रिया क्या है?
- सहायक टेक्नॉलजी (एटी) का प्रयोग करने में दक्षता
  - अगर छात्र को पेपर लिखने और परीक्षा देने में आवाज को टेक्स्ट में बदलने वाले सॉफ्टवेयर की जरूरत है तो क्या स्कूल ऐसा सॉफ्टवेयर सुलभ करवाता है? और, अगर छात्र परीक्षा के दौरान एटी का इस्तेमाल कर रहा है तो यह प्रक्रिया कैसे काम करती है?
- अतिरिक्त समय
  - परीक्षाएं और पाठ्यक्रम को पूरा करने में छात्रों को अतिरिक्त समय की जरूरत पड़ सकती है। पठनकार्य और परीक्षाओं के लिए अतिरिक्त समय लेने की निवेदन प्रक्रिया के बारे में पूछिए।

आवासीय सुविधाएं:

परिसर में रहने के इच्छुक पक्षाघात से प्रभावित और चलने-फिरने में बाधित छात्रों को डीएसओ और आवास विभाग से संपर्क करने की जरूरत पड़ेगी ताकि वे परिसर के आवासीय विकल्पों का अंदाजा लगा सकें। आम तौर पर कॉलेजों में छात्रावास सुविधा प्राप्त करने की एक अलग प्रक्रिया होती है जो अकादमिक सुविधाओं से जुड़ी हुई नहीं होती है। इसके लिए आवेदन आम तौर पर मई के अंत या जून की शुरुआत में छात्र के प्रथम वर्ष से पहले ग्रीष्म में करने होते हैं। अधिकतर मामलों में, इन आवेदनों का मूल्यांकन डीएसओ और आवास विभाग करते हैं। यह अच्छा रहेगा यदि छात्र अपने लिए आवश्यक चीजों की एक सूची बना लें ताकि उसके आधार पर वे सुनिश्चित कर सकें कि कॉलेज का आवास हॉल (डॉर्मटरी) कक्ष उनके लिए सुलभ है। अगर छात्र कॉलेज तलाशने के दौर में है तो परिसर भ्रमण के दिन वे एक सुलभ कमरे को देखने का आग्रह कर सकते हैं। अगर यह संभव न हो तो छात्र सुलभ आवास हॉल कक्षों की तस्वीरें दिखाने को कह सकते हैं जिसमें उस इमारत का प्रवेश द्वार और उसमें सुगमता पूर्वक आने-जाने की सुविधाएं शामिल हों।

ये कुछ ऐसी सुविधाएं हैं जिनके लिए छात्र आग्रह करने के इच्छुक हो सकते हैं:

- एडीए ऐक्सेसिबल कक्ष: "एडीए ऐक्सेसिबिलिटी" का आशय उस तकनीकी अनुरूपता से है जिसका प्रावधान एडीए में किया गया है। छात्रों को उनके अनुरोध में विशिष्ट होना चाहिए और उनके लिए काम करने वाली ऐक्सेसिबिलिटी सुविधाओं के लिए पूछना चाहिए। उदाहरण के लिए अगर हाथ हिलाने-डुलाने की चुनौती होने के कारण छात्र चाभी से ताला नहीं खोल सकता है तो वह की-लेस एंट्री की मांग कर सकता है। कुछ आवास हॉल कक्षों में निजी बाथरूम होते हैं तो कुछ में साझा "सामुदायिक" बाथरूम। अगर छात्र को अपनी साफ-सफाई और निजता बनाए रखने के लिए व्यक्तिगत बाथरूम की जरूरत है तो इसके लिए आग्रह जरूर करें। छात्र नहाने के लिए शावर चेयर की मांग भी कर सकते हैं या अपनी ला सकते हैं। कक्ष को देखने या सामान लाना शुरू करने के दौरान अगर यह छात्र की जरूरतों के अनुरूप नहीं लगता, तो छात्र

को डीएसओ को उन चीजों के बारे में बताना चाहिए जो उनके लिए अनुरूप नहीं लगतीं, ताकि डीएसओ किसी समाधान का प्रयास कर सके।

- स्थान: छात्रावास के कक्ष के स्थान को लेकर भी कुछ गौरतलब बातें हैं। कुछ छात्र निचली मंजिल या भूतल पर रहने के इच्छुक हो सकते हैं ताकि वे आसानी से अपने कमरे में आ-जा सकें और आपात स्थिति में इससे बाहर निकल सकें। इसके अतिरिक्त छात्र परिसर के केंद्रीय हिस्से में या ऐसी जगह रहने का आग्रह कर सकते हैं जिससे वे अपनी कक्षाओं या भोजन कक्ष के नजदीक रहें।

- आवास हॉल का फर्नीचर: अच्छे आवास हॉल कक्षों में आम तौर पर एक बिस्तर, एक मेज-कुर्सी और एक बड़ी आलमारी (क्लॉज़िट/ड्रेसर) की व्यवस्था होती है। अगर छात्र को एक ऐक्सेसिबल डेस्क चाहिए या जगह में कुछ परिवर्तन (कपड़े रखने के डंडे नीचे करना, फर्नीचर हटाना, आदि) की जरूरत है तो यह एक ऐसी सुविधा है जिसके लिए निवेदन किया जा सकता है। अगर छात्र को एक हॉस्पिटल बेड चाहिए तो उन्हें आवास हॉल में मौजूदा बेड को हटाने का आग्रह करना पड़ेगा। कुछ कॉलेज हॉस्पिटल बेड या अपनी जगह खुद बदलने में सहायक उपकरण (ईक्विपमेंट फॉर सेल्फ-ट्रांसफर) उपलब्ध करवा सकते हैं मगर ज्यादातर कॉलेजों में हॉस्पिटल बेड की व्यवस्था परिवार को खुद करनी पड़ती है। हॉस्पिटल बेड कभी-कभार किराए पर भी लिए जा सकते हैं जिन्हें स्थानीय होम हेल्थ सप्लाई कंपनियां देती हैं।

- व्यक्तिगत देखभाल सहायक (पीसीए): एडीए के टाइटल II के तहत, व्यक्तिगत देखभाल सेवाओं को सुविधाओं के रूप में उपलब्ध कराने के लिए कॉलेज बाध्य नहीं हैं। अगर छात्र को दैनिक जीवन और साफ-सफाई के लिए पूर्णकालिक पीसीए की जरूरत है तो उसकी सेवाओं का खर्च परिवार को खुद उठाना होगा। आम तौर पर विश्वविद्यालय अतिरिक्त शुल्क लिए बगैर पीसीए को छात्र के साथ कमरे में रहने की अनुमति दे देते हैं। अगर छात्र अपने कमरे से जुड़ा हुआ दूसरा कमरा या कोई अन्य व्यवस्था चाहता है तो उसे इस बारे में डीएसओ और आवास कार्यालय के साथ चर्चा करनी पड़ेगी। (पीसीए से जुड़ा खंड देखें)

यातायात सुविधाएं:

अनेक विश्वविद्यालय परिसर के भीतर और बाहर छात्रों को शटल और बस सेवा उपलब्ध कराते हैं ताकि परिसर के अंदर आवाजाही सुलभ हो सके, निकटवर्ती शहरों तक पहुंच स्थापित हो सके, और छात्र परिसर से बाहर के आयोजनों में भाग ले सकें। जिन छात्रों को ऐक्सेसिबल वाहन सुविधा की जरूरत है, उन्हें डीएसओ से संपर्क कर परिसर में यातायात की ऐक्सेसिबिलिटी के बारे में पूछना चाहिए। कुछ स्कूल सुगम गोल्फ कार्ट मुहैया कराते हैं खास तौर से शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता वाले छात्रों की जरूरतों को पूरा करने के लिए। डीएसओ से पूछिए कि किस तरह की ऐक्सेसिबल यातायात सुविधाएं उपलब्ध हो सकती हैं।

कार्यक्रमगत सुविधाएं:

भिन्न क्षमता वाले छात्र परिसर में होने वाले आयोजनों में भाग लेने के लिए सुविधाएं पाने का निवेदन कर सकते हैं। परिसर में होने वाले आयोजनों को सुगम बनाना कॉलेजों की प्राथमिकता में है या नहीं यह निर्धारित करने का एक तरीका यह है कि क्या आयोजनों की प्रचार सामग्री में ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट दिया गया है जिसमें यह उल्लेख होता हो कि कोई सुविधा पाने के लिए लोग किससे संपर्क कर सकते हैं। छात्र इसका पता कॉलेज में व्यक्तिगत भ्रमण के दौरान और कॉलेज की वेबसाइट पर परिसर के आयोजनों के खंड में जाकर लगा सकते हैं। कई कॉलेजों में

किंतु सब में नहीं, परिसर आयोजनों के लिए ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट देना जरूरी है। इस तरह की सुविधाओं के कुछ उदाहरण ये हैं :

- ऐक्सेसिबल बैठना एवं साथी संग बैठना
- बैठने में तरजीह
- किसी एक्सेसिबल स्थान में कार्यक्रम का आयोजन

आमोद-प्रमोद की सुविधाएं:

छात्र ऐसी सुविधाओं के लिए भी आग्रह कर सकते हैं जो परिसर में मनोरंजक सेवाओं और गतिविधियों से संबंधित हों (जिनमें क्लब और स्कूल प्रायोजित सामाजिक गतिविधियां शामिल हैं)। इसमें परिसर के फिटनेस सेंटर और स्टूडेंट सेंटर तक सुगम पहुंच शामिल है ("मनोरंजक गतिविधियां एवं परिसर के आयोजन" विषय का खंड देखें)। यद्यपि इमारतों को स्वयं एडीए के अनुरूप होना जरूरी हैं मगर अक्सर स्थान सुगम नहीं होते और वे भिन्न क्षमता वाले छात्रों को सुविधाओं का आनंद लेने और अपने समकक्षों के साथ घुल-मिल सकने लायक तरीके उपलब्ध नहीं कराते हैं। सुविधाओं के कुछ उदाहरणों में शामिल हैं:

- ऐक्सेसिबल चेंजिंग एरिया
- पूल चेयर लिफ्ट
- पहुंच बनाने के लिए फिटनेस सेंटर के उपकरणों को पुनर्व्यवस्थित करना
- एडैप्टिव फिटनेस उपकरण
- एडैप्टिव फर्नीचर
- एडैप्टिव गेमिंग उपकरण

व्यक्तिगत देखभाल सहायक

जिन छात्रों को दैनिक जीवन में नहाने, शौचालय जाने, कपड़े पहनने और निजी देखभाल जैसे अन्य नित्य कार्यों के लिए मदद चाहिए, उन्हें व्यक्तिगत देखभाल सहायक (पीसीए) की सेवाएं लेने की जरूरत पड़ेगी। एडीए, वह कानून जिसमें कॉलेज और कार्यस्थल पर "उचित सुविधाएं" उपलब्ध कराने का प्रावधान है, विश्वविद्यालयों को इस बात के लिए बाध्य नहीं करता है कि वे भिन्न क्षमता वाले छात्रों को पीसीए उपलब्ध कराएं। (इस बारे में अधिक जानकारी के लिए "पूरक एड्स एवं सेवाएं" यहां *https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/docs/auxaids.html*) पढ़ें। कॉलेज की पीसीए नीति की जानकारी आम तौर पर डीएसओ की वेबसाइट पर होती है। नीति को जरूर देख-परख लें। इसमें आवास संबंधी सूचना संभवत: शामिल होनी चाहिए और यह भी कि विश्वविद्यालय में पीसीए का पंजीकरण कैसे हो सकता है ताकि उन्हें आवास हॉल तक पहुंच प्राप्त हो सके। अगर पीसीए छात्र के साथ नहीं हैं तो क्या वे परिसर में पुस्तकालय, फिटनेस सेंटर और भोजन कक्ष जैसी

सेवाओं का लाभ ले सकते हैं, इस संबंध में कॉलेजों की नीतियां अलग-अलग होती हैं। अगर कॉलेज की नीति में यह सूचना नहीं दी गई हैं तो डीएसओ से परामर्श लीजिए।

जिन छात्रों को पीसीए की जरूरत है, उनके पास कुछ विकल्प होते हैं। वे एक स्वतंत्र पीसीए की सेवा ले सकते हैं, एक होम-हेल्थ एजेंसी के जरिए पीसीए रख सकते हैं या फिर किसी दोस्त या परिवार के सदस्य को पीसीए बना सकते हैं। पीसीए रखने का खर्च देश भर में अलग-अलग होता है। परिवारों को अपने विकल्पों पर विचार करने की आवश्यकता होगी, जिनमें निम्न शामिल हो सकते हैं: निजी वेतन, मेडिकएड या बीमा। फैमिली केयरगिवर एलायंस का यह संसाधन उपरोक्त उल्लिखित प्रत्येक विकल्प के भले और बुरे पहलुओं पर विवरण प्रदान करता है, और पीसीए का साक्षात्कार करते समय उपयोग करने के लिए छात्रों और परिवारों के लिए मार्गदर्शक प्रश्नों की रूपरेखा देता है: *https://www.caregiver.org/hiring-home-help*.

जून 2020 तक यूनाइटेड स्टेट्स में केवल दो कॉलेज हैं जहां ऐसे आवासीय कार्यक्रम उपलब्ध हैं जिनमें पीसीए की सुविधा है। ये स्कूल हैं:

1. **यूनिवर्सिटी ऑफ इलिनॉय, अर्बाना-शैम्पेन:**
https://www.disability.illinois.edu/living-accommodations/

beckwith-residential-support-services-nugent-hall

2. राइट स्टेट यूनिवर्सिटी, डेटन ओहाइयो:
http://www.wright.edu/diversity-and-inclusion/disability-services/personal-assistance-station

इन स्कूलों में पीसीए आम तौर पर नर्सिंग छात्र होते हैं जो आगे पढ़ने के लिए पीसीए के रूप में काम करते हैं। इसका अर्थ यह हुआ कि पीसीए आमतौर पर उन छात्रों की उम्र के ही होते हैं जिनकी वह सहायता कर रहे होते हैं।

अगर छात्र किसी एजेंसी के जरिए पीसीए रखना चाहते हैं तो वे डीएसओ से स्थानीय होम हेल्थकेयर एजेंसियों की सूची के बारे में पूछना चाह सकते हैं। यद्यपि कॉलेज किसी एजेंसी विशेष की सिफारिश नहीं कर सकते हैं, वे छात्रों की अपने पास स्थानीय एजेंसियों की सूची रखते हैं। छात्रों को डीएसओ से कहना चाहिए कि वह उन्हें ऐसे छात्रों से मिलवा दे जिनके पास पीसीए हैं। इस तरह उन्हें यह अंदाजा लग जाएगा कि परिसर में पीसीए रखना कैसा रहता है। कभी-कभी, छात्र एक पीसीए साझा करने में सक्षम होते हैं (बशर्ते उनकी जरूरतें आपस में ओवरलैप न करें या टकराएं नहीं।) छात्र अनेक अंशकालिक पीसीए रखने की भी सोच सकते हैं और इसमें अक्सर वे नर्सिंग स्कूल या शारीरिक या व्यावसायिक चिकित्सा कार्यक्रम के माध्यम से इन पीसीए को काम पर रखे जाने की प्रक्रिया को सरल बना सकते हैं। व्यक्तिगत पीसीए रखने और एजेंसी की सेवाएं लेने के अच्छे-बुरे पहलू हैं। सभी संभावनाओं पर गौर जरूर करें, जिसमें हर विकल्प के साथ संभावित चुनौतियां भी शामिल हैं।

ये कुछ ऐसी चीजें हैं जिन्हें पीसीए रखने की तैयारी के लिए छात्र कर सकते हैं:

1. देखभाल संबंधी जरूरतों को लिखें

- सुबह उठने से लेकर 24 घंटे के दौरान छात्र को किस-किस तरह की मदद की जरूरत होती है, उन सब बातों को लिखें। पीसीए की सेवा लेने में यह मददगार रहेगा ताकि वह आपकी जरूरतों और उम्मीदों को समझ सके। इसमें कपड़े पहनाना, साफ-सफाई करवाना, स्थान बदलना और भोजन करवाना शामिल हो सकता है।

2. विशिष्ट निर्देशों को लिखें

- अगर छात्र को ऐसी देखभाल की जरूरत है, जो तकनीकी या खास किस्म की है तो उसकी एक क्रमवार प्रक्रिया लिख दें और/या पीसीए के उपयोग के लिए एक वीडियो बना दें। इसमें रात्रिकालीन सांस लेने वाली मशीनें, मसाज-रीढ़ की हड्डी सीधी करने जैसी शारीरिक कसरतें और दवा देने संबंधी कार्य हो सकते हैं।

3. ऐसे अन्य क्षेत्रों के बारे में भी विचार करें जहां छात्र को समर्थन की जरूरत हो सकती है।

- छात्र को कपड़े धुलवाने, किराना खरीदने और मेल-जोल बढ़ाने जैसी गतिविधियों में भी मदद की जरूरत पड़ सकती है।

इन सभी चीजों के बारे में पहले ही लिख लेने से पीसीए से संवाद करने और अपनी उम्मीदें स्पष्ट रूप से बताने में आसानी रहेगी।

यूनिवर्सिटी ऑफ अल्बैनी में स्नातक छात्र के रूप में मैंने पूरी तरह भिन्न क्षमता छात्र सहायता कार्यालय और अपने व्यावसायिक पुनर्वास काउंसलर पर पूरी तरह भरोसा किया। उन्होंने एक ऐसे अध्ययन क्षेत्र की ओर ले जाने में मेरी मदद की जहां मुझे कामयाबी मिलनी थी और लगातार मेरा मार्गदर्शन किया, यहां तक कि पहली नौकरी में भी"।

- शेरी डेन्केन्सन-ट्रॉट

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

मनोरंजक गतिविधियां एवं परिसर के आयोजन

पक्षाघात एवं चलने-फिरने में बाधाओं वाले छात्र मन बहलाना और कसरतें करना चाहते हैं, ठीक उसी तरह जैसे उनके सक्षम साथी करते हैं। यदि छात्र की दिलचस्पी खेल, फिटनेस, आमोद-प्रमोद और परिसर के आयोजनों में है तो उन्हें कुछ चीजों के बारे में जागरूक होना चाहिए: प्रथम, एडीए और सेक्शन 504 दोनों में ही "ऑक्ज़िलरी एड्स" का प्रावधान है जिसका आशय यह है कि सहायता उपलब्ध करवाना कॉलेजों की जिम्मेदारी है, जिसमें जिम के विशेष उपकरण, इंटरप्रेटर, क्लोज्ड कैप्शनिंग, और भी कई चीजें शामिल हैं। अतिरिक्त सूचना इस लिंक पर मिल सकती है। द्वितीय, इस तरह की सहायता प्राप्त करने के लिए छात्रों को प्रक्रिया का पालन करते हुए सुविधा का आग्रह करना पड़ता है। इसकी शुरुआत आम तौर पर डीएसओ से होती है लेकिन परिसर के दूसरे विभागों की भूमिका भी इसमें हो सकती है।

खेल एवं फिटनेस

जो छात्र कॉलेज या क्लब स्तर पर कॉलेजिएट एडैप्टिव स्पोर्ट्स के इच्छुक हैं, वे ऐसे स्कूलों को चुनना चाहेंगे जो इन पाठ्यक्रमों को उपलब्ध कराते हैं। पाठ्यक्रमों की नवीनतम सूची प्राप्त करना भी चुनौतीपूर्ण हो सकता है चूंकि इस संबंध में कोई एक नियामक संस्था नहीं है। यहां कुछ सामग्री है जो इस खोज में सहायता कर सकती है:

1.अमेरिकन कॉलेजिएट सोसाइटी ऑफ एडैप्टेड एथलेटिक्स (ACSAA): कॉलेज/विश्वविद्यालय जहां एडैप्टेड स्पोर्ट्स होते हैं

2. गीआरआईटी: कॉलेजिएट एडैप्टिव स्पोर्ट्स गाइड

3. एबलथ्राइव: एडैप्टिव स्पोर्ट्स पाठ्यक्रमों वाले 21 कॉलेज:

अगर छात्र की रुचि किसी खेल विशेष में है तो ताजा सूचनाओं के लिए कॉलेज के एथलेटिक्स विभाग और डीएसओ से संपर्क करना बेहतर होगा।

अगर छात्र परिसर में कसरत करने की उम्मीद करता है तो उन्हें परिसर के फिटनेस सेंटर में खुद जाकर पता करना होगा।

यद्यपि फिटनेस सेंटर को एडीए के अनुरूप होना जरूरी है मगर अक्सर इसका मतलब यह नहीं है कि यह भिन्न क्षमता वाले प्रत्येक व्यक्ति के इस्तेमाल लायक हो।

ये कुछ बातें हैं जिन्हें फिटनेस सेंटर देखते या उसके बारे में पूछते हुए गौर करना चाहिए:

- जगह की स्थिति
  - क्या छात्र इस जगह अपने आप पहुंच सकता है?
- कसरत के उपकरण
  - क्या यहां एडैप्टिव कसरत का साजो-सामान है।
  - क्या उपकरणों के आसपास छात्र के लिए आवश्यक किन्हीं एड्स को इधर-उधर ले जाने लायक पर्याप्त स्थान है (जैसे: व्हील चेयर, केन या अन्य सहायक उपकरण)?
- लॉकर रूम
  - क्या एक ऐक्सेसिबल चेंजिंग रूम है?
  - क्या एक ऐक्सेसिबल शावर और टॉयलेट है?
- पूल
  - क्या पूल में एक चेयर लिफ्ट है और क्या सारा स्टाफ इसे इस्तेमाल करने के लिए प्रशिक्षित है?
- फिटनेस कक्षाएं
  - क्या यहां एडैप्टिव फिटनेस कक्षाएं लगती हैं?
  - क्या प्रशिक्षक प्रशिक्षित हैं कि छात्रों की भिन्न क्षमताओं के अनुरूप बदलाव ला सकें।

अगर छात्र को कसरत कर सकने के लिए किसी चीज की जरूरत है तो डीएसओ के जरिए वह सुविधा मांग सकता है। डीएसओ इसका समाधान परिसर के रीक्रिएशन विभाग के साथ मिलकर निकालेंगे जो एक यथोचित सुविधा उपलब्ध कराएगा।

परिसर के आयोजन

कॉलेज जीवन ऐसा समय है जब छात्रों को कई प्रकार की आकर्षक गतिविधियों जैसे संगीत, वक्ता, और खेल प्रतियोगिताओं में भाग लेने का अवसर मिलता है। दुर्भाग्य से परिसर के आयोजनों की रूपरेखा तय करते समय ऐक्सेसिबिलिटी का ध्यान हमेशा नहीं रखा जाता है। छात्र यह सुनिश्चित करना चाह सकते हैं कि उन्हें कॉलेज द्वारा प्रदान किए जा रहे सभी आयोजनों में उन्हें समान पहुंच प्राप्त हो। कुछ कॉलेजों ने अपने सभी आयोजनों (एथलेटिक्स, छात्र संघ, वक्ता, आदि) के साथ सुविधा के पहलू को एकीकृत करते हुए हर प्रचार सामग्री पर "ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट" देना शुरू कर दिया है, जबकि अन्य कॉलेजों में कार्यक्रम के प्रचार में सुविधाओं की खोज कर रहे लोगों के लिए सूचना देना आवश्यक नहीं होता। जो छात्र सुविधा चाह रहा हो उसके लिए "ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट" मेजबान व्यक्ति या विभाग का विवरण प्रदान करता है ताकि भिन्न क्षमता वाले छात्र उनसे संपर्क कर किसी प्रकार की सुविधा का आग्रह कर सकें। अगर आयोजन के प्रचार में "ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट" नहीं दिए जाते हैं तो आयोजक को ढूँढ़ने और अपनी विशेष जरूरत के बारे में समझाने का सारा बोझ उस छात्र पर पड़ जाता है जिसे अपनी भिन्न क्षमता के कारण किसी सुविधा की आवश्यकता हो सकती हो। जब छात्र कोई परिसर भ्रमण कर रहे हैं तो आयोजनों की प्रचार सामग्री के आधार पर देख सकते हैं कि क्या इनमें एक "ऐक्सेसिबिलिटी स्टेटमेंट" है। यही काम परिसर में पिछले साल के आयोजन कैलेंडर को ऑनलाइन देखकर किया जा सकता है जिसमें आप एक-एक आयोजन के बारे में पता लगा सकते हैं कि क्या भाग लेने वाले छात्रों के पास सुविधाओं का आग्रह करने का कोई तरीका है। जिन छात्रों को सुविधाओं (बैठने में तरजीह, आरामदायक सीट, पीसीए पहुंच, सुगम यातायात) की जरूरत है, उन्हें डीएसओ से पूछना चाहिए कि कॉलेज आयोजनों में सुविधाएं मांगने की निवेदन प्रक्रिया क्या है।

निष्कर्ष

उपयुक्त संरचनाओं, समर्थन और सुविधाओं का साथ मिलने से पक्षाघात एवं चलने-फिरने में बाधाओं वाले छात्र भी कॉलेज में सफल हो सकते हैं। इस पुस्तिका में प्रस्तुत गौरतलब बातों पर अमल करने से पक्षाघात एवं चलने-फिरने में बाधाओं वाले छात्रों को कुछ ऐसी दिक्कतें दूर करने में मदद मिल सकती है, जिनका सामना कॉलेज में करना पड़ सकता है।

फोटो श्रेयः लुई फेवरिट, शेफर्ड सेंटर के सौजन्य से

संसाधन

अगर आप पक्षाघात के साथ कॉलेज जाने के बारे में अधिक जानकारी के लिए इच्छुक हैं या आपके मन में कोई विशेष प्रश्न उठ रहे हैं तो आपकी सहायता करने के लिए रीव फाउंडेशन के सूचना विशेषज्ञ टोल-फ्री नंबर 800-539-7309 पर सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे ईएसटी तक उपलब्ध हैं।

पक्षाघात के साथ जीवन जीने से जुड़े सैकड़ों विषयों पर रीव फाउंडेशन समग्र संसाधन और पुस्तिकाएं उपलब्ध कराता है जिनमें शामिल हैं:

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन: आपके बच्चे की जरूरतों के अनुसार सबसे उपयुक्त कॉलेज को चुनना ब्लॉग *https://www.ChristopherReeve.org/living-with-paralysis/for-parents/higher-education*

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन: कोरोनावायरस के दौरान कॉलेज, इयान मालसिएव्स्की का एक ब्लॉग *https://www.ChristopherReeve.org/blog/life-after-paralysis/college-during-the-coronavirus*

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन: भिन्न क्षमता वाले व्यक्तियों के लिए शिक्षा संबंधी फैक्टशीट: *https://s3.amazonaws.com/reeve-assets-production/Education-for-PWD-8-20.pdf*

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन: एक पीसीए चुनना और रखना: *https://www.ChristopherReeve.org/blog/daily-dose/selecting-and-hiring-a-pca*

पक्षाघात के साथ कॉलेज जाने की तैयारी करने के लिए अतिरिक्त संसाधन

ऐक्सेसिबल कॉलेज: *https://accessiblecollege.com*

ऐक्सेसिबल या सुविधाजनक कॉलेज शारीरिक रूप से भिन्न क्षमता और स्वास्थ्य स्थितियों वाले छात्रों और उनके परिवारों को कॉलेज जाने की तैयारी करने और वहां सुविधाएं निर्धारित करने के बारे में व्यक्तिगत रूप से परामर्श देते हैं। रीव फाउंडेशन ऐक्सेसिबल कॉलेज में सीमित संख्या में परामर्शों को प्रायोजित करता है ताकि छात्र या उसके परिवार पर सेवा के लिए खर्चों का कोई भार न पड़े। इस प्रस्ताव से जुड़ने के लिए कृपया 1-800-539-7309 पर कॉल करके रीव फाउंडेशन के सूचना विशेषज्ञ के बारे में पूछें।

एबलथ्राइव: एडैप्टिव खेल कार्यक्रमों वाले 21 कॉलेज: *https://ablethrive.com/activities/21-colleges-adapted-sports-programs*

अमेरिकन कॉलेजिएट सोसाइटी ऑफ एडैप्टेड एथलेटिक्स (एसीएसएए): *https://www.acsaaorg.org/resources.php*

फैमिली केयरगिवर अलायंस: घरेलू सहायक को रखना: *https://www.caregiver.org/hiring-home-help*

फिनएड: भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए वित्तीय सहायता भिन्न क्षमता वाले छात्रों के लिए विभिन्न छात्रवृत्तियों के साथ-साथ वित्तीय सहायता संसाधन *https://finaid.org/otheraid/disabled*

ग्रिट: कॉलेज एडैप्टिव खेल गाइड: *https://www.gogrit.us/news/2015/12/14/the-complete-guide-to-collegiate-adaptive-sports*

शेफर्ड सेंटर यूनिवर्सिटी ऐक्सेसिबिलिटी: 12 मिनट की एक वीडियो फिल्म जो इस सोच को बढ़ावा देती है कि रीढ़ की हड्डी में चोट लगने के बाद शिक्षा जारी रह सकती है। कॉलेजों में भिन्न क्षमता संसाधन कार्यालय होते हैं जो भिन्न क्षमता वाले छात्रों को कॉलेज भ्रमण में मदद करते हैं।*https://www.youtube.com/watch?v=qF59-wfnl2A&feature=youtu.be*

यूनिवर्सिटी ऑफ इलिनॉय, अर्बाना-शैम्पेन का भिन्न क्षमता संसाधन एवं शैक्षिक सेवा विभाग (डीआरईएस)/बेकविथ आवासीय सहायता सेवाएं (बीआरएसएस): *https://www.disability.illinois.edu/living-accommodations/beckwith-residential-support-services-nugent-hall*

यू.एस. शिक्षा विभाग: भिन्न क्षमता वाले परा-माध्यमिक छात्रों के लिए पूरक सहायता एवं सेवाएं: *https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/docs/auxaids.html*

राइट स्टेट भिन्न क्षमता सेवा कार्यालय: व्यक्तिगत सहायता स्टेशन: *http://www.wright.edu/diversity-and-inclusion/disability-services/personal-assistance-station*

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

हम यहां मदद के लिए हैं.

आज और अधिक सीखिए!

क्रिस्टोफर एंड डाना रीव फाउंडेशन

636 मॉरिस टर्नपाइक, सुइट 3ए
शार्ट हिल्स, एनजे 07078
(800) 539-7309 टोल फ्री
(973) 379-2690 फोन
ChristopherReeve.org

यह प्रोजेक्ट आंशिक रूप से अनुदान संख्या 90PRRC0002 के सहयोग से समर्थित है जो यू.एस. एडमिनिस्ट्रेशन फॉर कम्यूनिटी लिविंग, डिपार्टमेंट ऑफ हेल्थ एंड ह्यूमन सर्विसेज वाशिंगटन, डी.सी. 20201 से प्राप्त हुई है। सरकारी अनुदान लेकर प्रोजेक्ट चलाने वाले दानग्राहियों को अपनी खोज और निष्कर्षों को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इसलिए यह जरूरी नहीं है कि इसमें व्यक्त राय और दृष्टिकोण आवश्यक रूप से सामुदायिक जीविका प्रशासन (एडमिनिस्ट्रेशन फॉर कम्यूनिटी लिविंग) की आधिकारिक नीति का प्रतिनिधित्व करते हों।