सामग्री सूची

1. भूमिका

2. परिचय

3. IDEA अनुसार, अपाङ्गताको १३ विशेष कोटिहरू

4. ५०४ सम्बन्धी तथ्यहरू

5. चरण १: बच्चाहरूमा ADHD का चेतावनी संकेतहरू दस्तावेज गर्ने

6. चरण २: अभिभावक-शिक्षक सम्बन्धका लागि शिक्षकसँग बैठक गर्ने

7. चरण ३: निदानको प्रक्रिया अघि बढाउने

8. चरण ४: तपाईंको बच्चालाई विद्यालयबाट सुविधा (accommodation) पाउन योग्य छ कि छैन भनी मूल्याङ्कनको अनुरोध गर्ने

9. चरण ५: विद्यालय मूल्याङ्कन बैठकमा विकल्पहरू समीक्षा गर्ने र IEP वा 504 योजना तपाईंको बच्चाका लागि उपयुक्त छ कि छैन निर्णय गर्ने

10. चरण ६: यदि विद्यालयको मूल्याङ्कन तथा सुविधा सम्बन्धी निर्णयसँग असहमति भएमा के गर्ने

11. चरण ७: IEP वा 504 बैठकका लागि तयारी गर्ने

12. चरण ८: IEP वा 504 बैठकअघि उपलब्ध सुविधाहरूको अनुसन्धान गर्ने

• कक्षामा ध्यान केन्द्रित गर्न गाह्रो हुने बच्चाहरूका लागि

• परीक्षाको चिन्ता हुने वा परीक्षा पूरा गर्न कठिनाइ हुने बच्चाहरूका लागि

• कक्षा कार्य (seatwork) पूरा गर्न कठिनाइ हुने बच्चाहरूका लागि

• गृहकार्य नगर्ने, हराउने वा बिर्सने समस्याका लागि

13. चरण ९: टोलीसँग मिलेर IEP वा 504 योजना तयार गर्ने

14. चरण १०: IEP/504 का लक्ष्यहरू र सुविधाहरूको संक्षेपमा समीक्षा गर्ने

15. चरण ११: IEP वा 504 सुविधाहरू प्रभावकारी रूपमा काम गरिरहेको छ कि छैन भन्ने निगरानी गर्ने

16. चरण १२: IEP/504 योजनाको समीक्षा, निगरानी, र पुनः मूल्याङ्कन गर्ने

- यदि तपाईंको बच्चासँग IEP छ भने
- यदि तपाईंको बच्चासँग 504 योजना छ भने
- यदि तपाईंको बच्चाले IEP मा उल्लिखित सुविधा अझै प्राप्त गरिरहेको छैन भने

भूमिका

यस सामग्रीलाई नेपाली भाषामा संकलन र अनुवाद गरिएको छ ताकि अमेरिकामा बसोबास गर्ने नेपाली भाषी समुदायले विद्यालयमा विशेष आवश्यकताका लागि उपलब्ध सुविधाहरूको बारेमा बुझ्न सकून्। यो विशेष गरी दुईभाषी अभिभावकहरू तथा नेपाली भाषा राम्रोसँग बुझ्ने व्यक्तिहरूलाई लक्षित गरी बनाइएको हो।

हामी विश्वास गर्छौं कि यदि अभिभावकहरू विद्यालय प्रणाली कसरी सञ्चालन हुन्छ भनेर बुझ्न सक्दछन् भने उनीहरूले आफ्ना बच्चाहरूलाई आवश्यक सहयोग प्राप्त गराउन सक्छन्। यसले बच्चाहरूको मानसिक स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ। प्रारम्भिक हस्तक्षेप (early intervention) ले बच्चाहरूको सिकाइ प्रक्रियालाई प्रभावकारी बनाउन मद्दत गर्छ।

यो सामग्री अमेरिकामा बस्ने विविध समुदायलाई लक्षित गरी, सांस्कृतिक पक्षलाई ध्यानमा राखी, तथा भाषा सम्बन्धी अवरोध हटाउने उद्देश्यले तयार गरिएको हो। भाषा बुझ्न नसक्दा मानसिक स्वास्थ्य सेवासम्म पहुँचमा समस्या आउन सक्छ। हामी यो अन्तर घटाउन चाहन्छौं।

यस मार्गदर्शनमा, विशेष शिक्षा के हो र अभिभावकले विद्यालय प्रणालीसँग कसरी समन्वय गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल गरिनेछ।

संकलनकर्ताहरू:

यो सामग्री मानसिक स्वास्थ्य क्षेत्रमा कार्यरत पेशेवरहरूद्वारा तयार गरिएको हो:

• डा. प्रिया श्रेष्ठ, एम.डी. (मनोचिकित्सक)

• डा. आकृति कार्की, एमबीबीएस (स्वयंसेवी मेडिकल विद्यार्थी)

• मार्कस बिस्वा (द्विभाषिक सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता)

• बुद्ध अधिकारी (सामाजिक अभियन्ता)

डा. प्रिया वैद्य श्रेष्ठ अमेरिकाको युनिभर्सिटी अस्पताल क्लीवल्याण्ड मेडिकल सेन्टर मा बाल तथा किशोर मानसिक स्वास्थ्य विभागमा सहायक प्राध्यापक (Assistant Professor) को रूपमा कार्यरत छिन्। साथै, उनी नेपालिज अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएसन (NAPA) की संस्थापक अध्यक्ष हुन्, जुन नेपाल मूलका मानसिक स्वास्थ्य व्यवसायीहरूको संस्था हो।

यस सामग्रीलाई ASIA-ICHC (एक सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य संस्था) र नेपालिज अमेरिकन साइकिएट्रिक एसोसिएसन (NAPA) को सहकार्यमा संकलन गरिएको हो।

परिचय

• अपाङ्गता भएका बालबालिकाका लागि विशेष सेवा र सुविधाहरू दुई कानुनद्वारा नियमन गरिन्छ: Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) र Rehabilitation Act of 1973 को Section 504।

• IDEA सबै विद्यार्थीहरू (निजी विद्यालयका समेत) लाई लागू हुन्छ, तर ADHD भएका बालबालिकाहरू प्रायः Section 504 अन्तर्गत सेवा प्राप्त गर्छन्।

IEP सम्बन्धी तथ्यहरू

IDEA अन्तर्गत १३ प्रकारका अपाङ्गता कोटिहरू छन्:

• अटिजम (Autism)

• दृष्टिहीनता (Blindness)

• बहिरोपन (Deafness)

• भावनात्मक असन्तुलन (Emotional Disturbance)

• सुन्ने क्षमतामा कमी (Hearing Impairment)

• बौद्धिक अपाङ्गता (Intellectual Disability)

• बहु-अपाङ्गता (Multiple Disabilities)

• हड्डी तथा स्नायुजन्य अपाङ्गता (Orthopedic Impairment)

• अन्य स्वास्थ्य अपाङ्गता (Other Health Impaired) (यसमा ADHD समावेश छ)

• विशेष सिकाइ अपाङ्गता (Specific Learning Disability)

• बोली वा भाषा सम्बन्धी समस्या (Speech or Language Impairment)

• गम्भीर टाउको चोट (Traumatic Brain Injury)

• दृष्टि सम्बन्धी समस्या (Visual Impairment)

ADHD "Other Health Impaired (OHI)" कोटिमा पर्दछ। IDEA अनुसार, ADHD मात्र भएका बालबालिकाहरूलाई सेवा प्राप्त गर्न कठिन हुन सक्छ। यदि बच्चालाई अन्य सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता पनि छ भने, यो कानुन लागू हुन सक्छ। यदि बच्चाको ADHD धेरै गम्भीर छ र सिकाइमा असर पार्छ भने, उनी IDEA अन्तर्गत योग्य हुन सक्छन्।

यदि बच्चा योग्य भएमा, Individualized Education Program (IEP) तयार गरिन्छ, जसमा विशेष शिक्षा, आवश्यक सुविधाहरू, तथा लक्ष्यहरू उल्लेख गरिन्छ।

504 सम्बन्धी तथ्यहरू

Rehabilitation Act of 1973 को Section 504 अनुसार, शारीरिक वा मानसिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अन्य बालबालिकाहरूसरह सेवा उपलब्ध गराउनुपर्ने हुन्छ।

• ADHD भएका, तर IEP को लागि योग्य नभएका विद्यार्थीहरूले 504 योजना अन्तर्गत विद्यालयमा अतिरिक्त सहायता प्राप्त गर्न सक्छन्।

• 504 योजना अन्तर्गत सेवा पाउन, विद्यार्थीको अपाङ्गता "महत्वपूर्ण जीवन गतिविधि (Major Life Activity)" लाई प्रभाव पार्ने हुनुपर्छ। सिकाइ एक महत्वपूर्ण जीवन गतिविधि हो, त्यसैले ADHD ले बच्चाको सिकाइमा असर पुर्‍याएमा, उनी 504 अन्तर्गत योग्य हुन सक्छन्।

• ADHD भएका विद्यार्थीहरूले परीक्षामा अतिरिक्त समय, शिक्षकबाट ध्यान केन्द्रित गराउने संकेतहरू, तथा अन्य सुविधाहरू प्राप्त गर्न सक्छन्।

• 504 योजना IEP भन्दा कम औपचारिक हुन्छ।

• IEP योजना आवश्यक परेमा विशेष शिक्षा समावेश गर्छ, तर 504 योजना सामान्य कक्षा कोठामै आवश्यक सुविधाहरू प्रदान गर्छ।

• दुवै IEP र 504 योजना कानुनी रूपमा बाध्यकारी हुन्छन्।

यदि शिक्षकले योजनामा उल्लिखित सुविधाहरू दिन अस्वीकार गरेमा, अभिभावकहरूले गुनासो (Complaint) वा Due Process Hearing को अनुरोध गर्न सक्छन्।

चरण १: ADHD का चेतावनी संकेतहरूको अभिलेख राख्ने

• ADHD वा अन्य सिकाइ समस्यासँग सम्बन्धित शैक्षिक संघर्षहरू बुझ्ने।

• शिक्षकहरूबाट प्राप्त नोटहरू तथा रिपोर्टहरू संकलन गर्ने।

• परीक्षा परिणाम, रिपोर्ट कार्ड, तथा अन्य महत्वपूर्ण कागजातहरू सुरक्षित राख्ने।

• अभिभावक-शिक्षक भेटघाटको समयमा नोटहरू लेख्न एउटा नोटबुक प्रयोग गर्ने।

• बच्चाको ग्रेड तथा शिक्षकसँगको सम्पर्कको रेकर्ड राख्ने।

• सबै कागजातहरू एउटै फाइलमा राख्ने।

• अमेरिकाको सर्वोच्च अदालतको निर्णय अनुसार, राम्रो रेकर्ड राख्नुपर्छ।

चरण २: अभिभावक-शिक्षक बैठक गर्ने

• शिक्षकसँग भेटघाटको समय निर्धारण गर्ने।

• बच्चाको संघर्ष तथा समाधान उपायहरूको छलफल गर्ने।

• गृहकार्य, असाइनमेन्ट, परीक्षा, तथा अन्य दस्तावेजहरू संकलन गर्ने।

• शिक्षकसँग बच्चाको सिकाइ शैली, गृहकार्यको समय, तथा अन्य प्रश्नहरू सोध्ने।

• शिक्षकसँग मिलेर रणनीति बनाउने।

• शिक्षकसँग निरन्तर सम्पर्कमा रहन फोन वा इमेल जस्ता संचार माध्यमहरू तय गर्ने।

चरण ३: ADHD को निदान खोज्ने

• निदान (Diagnosis) बिना पनि विद्यालय मूल्याङ्कन हुन सक्छ, तर निदान गराएमा राम्रो हुन्छ।

• ADHD वा सिकाइ अपाङ्गता (LD) भएको आशंका भएमा, चिकित्सकको मूल्याङ्कन गराउन सुझाव दिइन्छ।

• विद्यालयले सुविधा दिन सक्छ, तर उपचार प्रदान गर्न सक्दैन।

• विद्यालयले सुविधाको निर्णय गर्न ६० दिनसम्म समय लिन सक्छ।

• ADHD को निदान गर्न चिकित्सकले निम्न प्रक्रिया अपनाउँछन्:

• व्यवहारको इतिहास: बच्चाको व्यवहार, मनोवैज्ञानिक परीक्षणको नतिजा, तथा Conners Rating Scale को विश्लेषण।

• चिकित्सकीय इतिहास तथा परीक्षण: ADHD जस्तै देखिने अन्य रोगहरू पत्ता लगाउने।

• स्कूल रिपोर्ट तथा मेडिकल रिपोर्ट समीक्षा।

• चिकित्सकसँग उपचार योजना तथा आवश्यक सुविधाहरू छलफल गर्ने।

• निदान तथा सिफारिसहरू IEP वा 504 अनुरोध गर्दा विद्यालयमा बुझाउने।

चरण ४: विद्यालय मूल्याङ्कनको अनुरोध गर्ने

- विद्यालयबाट सेवा प्राप्त गर्न अनिवार्य छैन, विद्यालयले योग्यता निर्धारण गर्छ।
- विद्यालयको विशेष शिक्षा विभाग प्रमुख तथा विद्यालयका प्रधानाध्यापक लाई अनुरोध पत्र पठाउने।
- अनुरोध पत्रमा चिकित्सकीय निदान, शिक्षकको नोटहरू, बच्चाको गृहकार्य तथा परीक्षा परिणाम संलग्न गर्ने।
- बच्चाको शैक्षिक चुनौतीहरू स्पष्ट रूपमा उल्लेख गर्ने।
- विद्यालय टिमले बच्चाका लागि उचित कानुन र सेवाहरू निर्धारण गर्छ।
- अभिभावकले मूल्याङ्कन अघि सहमति पत्र (Consent Form) मा हस्ताक्षर गर्नुपर्छ।
- विद्यालयले मूल्याङ्कन गर्नु अघि अभिभावक र शिक्षकहरूको बैठक राख्न सक्छ।
- मूल्याङ्कन अनुरोधको लागि आवश्यक कागजातहरू:
- गृहकार्यका नमूना
- रिपोर्ट कार्ड
- शिक्षकको टिप्पणीहरू
- परीक्षा प्रतिलिपिहरू
- चिकित्सकको रिपोर्ट तथा अघिल्लो परीक्षण नतिजाहरू
- बच्चाको निदान गर्ने चिकित्सकलाई बैठकमा बोलाउन सुझाव दिइन्छ ताकि उनीहरूसँग विस्तृत प्रश्नहरू सोध्न सकियोस्।

चरण ५: विद्यालय मूल्याङ्कन बैठकमा विकल्पहरू मूल्याङ्कन गर्ने र बच्चाका लागि IEP वा 504 योजना उपयुक्त छ कि छैन निर्धारण गर्ने

- विद्यालयले Individualized Education Program (IEP) वा 504 योजना को लागि बच्चाको योग्यता मूल्याङ्कन गर्छ।
- विद्यालयले अभिभावकलाई सेवा प्राप्त गर्ने योग्यता बारे जानकारी दिन सक्छ, तर यदि अभिभावक विद्यालयको निष्कर्षसँग असहमत छन् भने, विद्यालयकै खर्चमा IEP को अनुरोध गर्न सक्छन्।
- केही विद्यालयहरूले सेवा सम्बन्धी छलफल गर्न अभिभावकहरूको सहभागिता अनिवार्य ठान्छन्, जबकि अन्य विद्यालयहरूले अभिभावकहरूको सुझाव लिने मात्र गर्छन्।
- अभिभावकहरूले मूल्याङ्कन जानकारीको स्पष्टीकरण अर्को बैठक अघि नै अनुरोध गर्न सक्छन्।

• अभिभावकहरूले मूल्याङ्कनको नतिजा बुझ्न सक्ने गरी जानकारी दिइनुपर्छ।

• मूल्याङ्कन बैठकमा प्रस्तावित सुविधाहरू र सेवाहरू छलफल गरिन्छ, तर अभिभावकहरूले विशेष सुविधाहरू र सेवाहरूको लागि दोस्रो बैठकको अनुरोध गर्नुपर्छ।

IEP कागजात सामान्यतया १० देखि १२ पृष्ठ लामो हुन्छ। यसमा बच्चाको लक्ष्यहरू तथा उच्च विद्यालयपछि आवश्यक हुन सक्ने स्थानान्तरण सेवाहरू समावेश हुनुपर्छ।

विशेष सेवा र सुविधाहरू नियमन गर्ने दुई कानुनहरू

• अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूको विशेष सेवा तथा आवासीय सुविधाहरू Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) र Rehabilitation Act of 1973 को Section 504 द्वारा नियमन गरिन्छ।

• IDEA सबै विद्यार्थीहरू (निजी विद्यालयमा अध्ययन गर्ने समेत) लाई लागू हुन्छ, तर ADHD भएका बालबालिकाहरू प्रायः Section 504 अन्तर्गत सेवा प्राप्त गर्छन्।

IEP सम्बन्धी तथ्यहरू

IDEA अन्तर्गत १३ प्रकारका अपाङ्गता कोटिहरू छन्:

• अटिजम (Autism)

• दृष्टिहीनता (Blindness)

• बहिरोपन (Deafness)

• भावनात्मक असन्तुलन (Emotional Disturbance)

• सुन्ने क्षमतामा कमी (Hearing Impairment)

• बौद्धिक अपाङ्गता (Intellectual Disability)

• बहु-अपाङ्गता (Multiple Disabilities)

• हड्डी तथा स्नायुजन्य अपाङ्गता (Orthopedic Impairment)

• अन्य स्वास्थ्य अपाङ्गता (Other Health Impaired) (यसमा ADHD समावेश छ)

• विशेष सिकाइ अपाङ्गता (Specific Learning Disability)

• बोली वा भाषा सम्बन्धी समस्या (Speech or Language Impairment)

• गम्भीर टाउको चोट (Traumatic Brain Injury)

• दृष्टि सम्बन्धी समस्या (Visual Impairment)

ADHD "Other Health Impaired (OHI)" कोटिमा पर्दछ। IDEA अनुसार, ADHD मात्र भएका बालबालिकाहरूलाई सेवा प्राप्त गर्न कठिन हुन सक्छ। यदि बच्चालाई अन्य सिकाइसम्बन्धी अपाङ्गता पनि छ भने, यो कानुन लागू हुन सक्छ। यदि बच्चाको ADHD धेरै गम्भीर छ र सिकाइमा असर पार्छ भने, उनी IDEA अन्तर्गत योग्य हुन सक्छन्।

यदि बच्चा योग्य भएमा, Individualized Education Program (IEP) तयार गरिन्छ, जसमा विशेष शिक्षा, आवश्यक सुविधाहरू, तथा लक्ष्यहरू उल्लेख गरिन्छ।

504 सम्बन्धी तथ्यहरू

Rehabilitation Act of 1973 को Section 504 अनुसार, शारीरिक वा मानसिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई अन्य बालबालिकाहरूसरह सेवा उपलब्ध गराउनुपर्ने हुन्छ।

• ADHD भएका, तर IEP को लागि योग्य नभएका विद्यार्थीहरूले 504 योजना अन्तर्गत विद्यालयमा अतिरिक्त सहायता प्राप्त गर्न सक्छन्।

• 504 योजना अन्तर्गत सेवा पाउन, विद्यार्थीको अपाङ्गता "महत्वपूर्ण जीवन गतिविधि (Major Life Activity)" लाई प्रभाव पार्ने हुनुपर्छ। सिकाइ एक महत्वपूर्ण जीवन गतिविधि हो, त्यसैले ADHD ले बच्चाको सिकाइमा असर पुऱ्याएमा, उनी 504 अन्तर्गत योग्य हुन सक्छन्।

• ADHD भएका विद्यार्थीहरूले परीक्षामा अतिरिक्त समय, शिक्षकबाट ध्यान केन्द्रित गराउने संकेतहरू, तथा अन्य सुविधाहरू प्राप्त गर्न सक्छन्।

• 504 योजना IEP भन्दा कम औपचारिक हुन्छ।

• IEP योजना आवश्यक परेमा विशेष शिक्षा समावेश गर्छ, तर 504 योजना सामान्य कक्षा कोठामै आवश्यक सुविधाहरू प्रदान गर्छ।

• दुवै IEP र 504 योजना कानुनी रूपमा बाध्यकारी हुन्छन्।

यदि शिक्षकले योजनामा उल्लिखित सुविधाहरू दिन अस्वीकार गरेमा, अभिभावकहरूले गुनासो (Complaint) वा Due Process Hearing को अनुरोध गर्न सक्छन्।

चरण ६: यदि तपाईं विद्यालयको मूल्याङ्कनसँग असहमत हुनुहुन्छ भने

• विद्यालयले IDEA वा Section 504 अन्तर्गत सेवा वा सुविधाहरू प्रदान नगर्न सक्छ, तर स्रोतहरू वा अनौपचारिक सुविधाहरू प्रस्ताव गर्न सक्छ।

• शिक्षकहरूले अतिरिक्त सहायता दिन सक्छन्, संकेतहरू प्रयोग गर्न सक्छन्, वा गृहकार्य जाँच गर्न सक्छन्।

• अभिभावकहरूले मूल्याङ्कनको प्रतिलिपि र बच्चा सेवा प्राप्त गर्न योग्य छैन भन्ने सबै जानकारी अनुरोध गर्नुपर्छ।

• अभिभावकहरूले स्वतन्त्र शैक्षिक मूल्याङ्कन (Independent Educational Evaluation - IEE) को लागि औपचारिक अनुरोध गर्न सक्ने अधिकार राख्छन्, ताकि विद्यालय मूल्याङ्कनले छुटाएको अपाङ्गता पत्ता लगाउन सकियोस्।

• IEE विद्यालय प्रणालीबाहिरका योग्य विज्ञहरूद्वारा गरिन्छ।

• यदि विद्यालयलाई स्वतन्त्र मूल्याङ्कन आवश्यक छैन भन्ने लागेमा, विद्यालयले Due Process Hearing को लागि निवेदन दिन सक्छ।

• अभिभावक र विद्यालय जिल्ला अनिवार्य समाधान सत्र मा सहभागी हुनुपर्छ, तर यदि १५ दिनभित्र अनौपचारिक मध्यस्थता बैठक तय गरियो भने समाधान सत्र आवश्यक नहुन सक्छ।

• यदि कुनै सहमति भएन भने, स्वतन्त्र सुन्ने अधिकारी (Hearing Officer) वा निष्पक्ष सुन्ने अधिकारीहरूको प्यानल गठन गरिन्छ।

• दुवै पक्षले Due Process Hearing को निर्णयमाथि पुनरावेदन गर्न सक्छन्।

• Due Process Hearing को समयसीमा:

• सुनुवाइ अनुरोधपछि ४५ दिनभित्र निर्णय

• पुनरावेदन गरिएमा ९० दिनभित्र निर्णय

- निर्णय समीक्षा अनुरोध गरेमा ३० दिनभित्र निर्णय
- अभिभावकहरूले आफ्नै खर्चमा निजी रूपमा IEE गराउन पनि सक्छन्।

चरण ७: IEP वा 504 बैठकको तयारी गर्ने

- सहभागीहरूलाई तपाईंको बच्चाको प्रोफाइल उपलब्ध गराउनुहोस्।
- बलिया पक्षहरू र कमजोरीहरू उल्लेख गर्नुहोस्:
- द्रुत सिक्ने क्षमता, राम्रो हाँस्यबोध, आशावादी, स्वतःस्फूर्त, कम्प्युटर तथा प्रविधिमा रुचि।
- सिकाइ चुनौतीहरू: ADHD, हल्का डिस्लेक्सिया, धैर्यको कमी।
- कक्षाकोठाका समस्याहरू: स्थिर बस्न गाह्रो, ध्यान केन्द्रित गर्न गाह्रो, परीक्षण सम्बन्धी कठिनाइ।
- शैक्षिक चुनौतीहरू सम्बोधन गर्ने सुविधाहरू प्रस्ताव गर्नुहोस्।
- अभिभावक र शिक्षकबीच राम्रो समन्वयको व्यवस्था मिलाउनुहोस्।
- द्विसाप्ताहिक इमेल अपडेट, प्रगतिबारे छलफल।
- प्रोफाइलको अन्त्यमा लक्ष्यहरू समावेश गर्नुहोस्:
- व्यवस्थापन, आत्मनिर्भरता, परीक्षा तयारी जस्ता सुधार आवश्यक क्षेत्रहरू उल्लेख गर्नुहोस्।

तपाईं बैठकमा निम्न कागजातहरू लैजानुहोस्:

- पछिल्लो मूल्याङ्कन रिपोर्टहरू
- बाह्य परीक्षण नतिजाहरू
- चिकित्सा प्रतिवेदनहरू
- शिक्षकहरूसँग भएका पत्राचारहरू
- ट्युटरको प्रतिवेदनहरू

अन्य तयारीहरू:

• संवेदनशील जानकारी खुलाउन नचाहे पनि, आवश्यक थप जानकारी दिने बारे विचार गर्नुहोस्।

• विद्यालयलाई सहभागीहरूको सूची पहिले नै जानकारी गराउनुहोस्, ताकि बच्चाको प्रोफाइल तथा कागजातहरू व्यवस्थित गर्न सकियोस्।

• बैठक अघि एजेन्डा सूची तयार पार्नुहोस्।

• सहयोगी खोज्नुहोस्, जसले नोट लिई महत्वपूर्ण बुँदा छुट्न नदियोस्।

• बैठक टेप रेकर्ड गर्न सकिन्छ, तर यसले विद्यालयका अधिकारीहरूलाई असहज बनाउन सक्छ।

चरण ८: IEP वा 504 बैठक अघि सुविधाहरूबारे अनुसन्धान गर्नुहोस्

• ADHD भएका हरेक बच्चा फरक हुन्छन्।

• “मानक” सुविधा हुँदैन, किनभने ADHD को लक्षण व्यक्तिपिच्छे फरक हुन्छ।

• IEP वा 504 योजना हरेक बच्चाका लागि व्यक्तिगत रूपमा अनुकूल हुनुपर्छ।

ध्यान भङ्ग हुने बच्चाहरूका लागि सम्भावित सुविधाहरू:

• अगाडि बस्ने व्यवस्था

• ढोका तथा झ्यालबाट टाढा बस्ने व्यवस्था

• शिक्षक र विद्यार्थीबीच संकेतको प्रयोग (जस्तै, शिक्षकले डेस्क छोएर ध्यान फर्काउने)

• नजिकका विद्यार्थीहरूको सिट परिवर्तन गर्ने

• दैनिक पाठ योजनाको संक्षिप्त प्रतिवेदन प्राप्त गर्ने

परीक्षा कठिनाइ भएका बच्चाहरूका लागि:

• लिखित परीक्षणको सट्टा मौखिक परीक्षण द्वारा मूल्याङ्कन

• ध्यान भङ्ग नहुने कोठा (Library वा Resource Room) मा परीक्षा दिनु

• परीक्षा पूरा गर्न अतिरिक्त समय दिनु, तर खाना वा आराम समयमा होइन

• परीक्षा गति होइन, ज्ञान प्रदर्शन गर्न बनाइनु

• घरमै अभ्यास गर्न अग्रिम अध्ययन मार्गदर्शन पठाउनु

गृहकार्य सम्बन्धी समस्याहरूका लागि:

• शिक्षकले दैनिक रूपमा गृहकार्य पुस्तिका जाँच गर्ने

• बच्चाको लागि अतिरिक्त पुस्तक घरमा राख्ने

• गृहकार्यको सूची विद्यालय वेबसाइट वा हटलाइनमा राख्ने

• ADHD का कारण खराब गृहकार्य दिनहरू स्वीकार गर्ने

• अभिभावकले गृहकार्य पूरा भए/नभएको जाँच गर्ने

चरण ९: IEP वा 504 योजना तयार पार्ने

• बच्चा योग्य ठहरिएपछि ३० दिनभित्र IEP वा 504 बैठक बोलाइन्छ।

• सहभागीहरू:

• शिक्षक, प्रधानाध्यापक, मनोवैज्ञानिक, परामर्शदाता, विशेष शिक्षा शिक्षक, नर्स आदि।

• अभिभावक अनिवार्य रूपमा उपस्थित हुनुपर्छ, बच्चालाई पनि उपस्थित हुन प्रेरित गरिनुपर्छ।

• बैठकको उद्देश्य: फैसला, सहमति, र IEP वा 504 योजना हस्ताक्षर गर्नु।

• विद्यालयले IEP वा 504 अनुसार सेवा कार्यान्वयन गर्नुपर्छ।

• अभिभावकले IEP घर लैजान, समीक्षा गर्न, तथा सुधारका लागि सुझाव लिन सक्छन्।

तपाईंको विकल्पहरू:

1. “स्वीकृत” बक्स चेक गरेर हस्ताक्षर गर्नुहोस्।

2. हस्ताक्षर नगरी स्पष्टीकरणसहित फिर्ता गर्नुहोस्, अर्को बैठकको अनुरोध गर्नुहोस्।

3. “हामीसँग शंका छ” बक्समा हस्ताक्षर गर्नुहोस्, पुनः छलफल गर्न IEP टोलीसँग बैठक बोलाइन्छ।

IEP समीक्षा गरेर घर लैजाँदा तीन सन्देश जान्छ:

1. अभिभावकले आफ्ना अधिकारहरू बुझेका छन्।

2. अभिभावक आफ्नो बच्चाको शिक्षाप्रति गम्भीर छन्।

3. विद्यालयको दबाबमा स्वीकार गर्न बाध्य हुने छैनन्।

यदि बैठक तनावपूर्ण भयो भने:

• बैठक पुनः तालिकाबद्ध गर्नुहोस्।

• विद्यालयले अस्वीकार गरेको सुविधाहरूको सूची बनाउनुहोस्।

• चिकित्सक वा विशेषज्ञहरूसँग सल्लाह लिनुहोस्।

• सुविधाहरू प्रभावकारी छन् भन्ने अनुसन्धान गर्नुहोस्।

यदि तपाईं अझै सन्तुष्ट हुनुहुन्न भने:

• IEP सम्बन्धी असहमति भएमा, मध्यस्थता वा Due Process Hearing को अनुरोध गर्नुहोस्।

• 504 योजना सम्बन्धी समस्या भएमा, विद्यालयको 504 संयोजकसँग बैठक मिलाउनुहोस्।

• विद्यार्थीको नाम, समस्या विवरण, र सम्पर्क जानकारी उल्लेख गर्दै लेखित गुनासो पेश गर्नुहोस्।

• संयोजकले निर्णय गर्नेछन्।

चरण १०: IEP/504 लक्ष्य र सहजीकरणहरूको सारांश तयार गर्नुहोस्

यदि तपाईं र विद्यालय सहजीकरणहरूमा सहमत हुनुहुन्छ भने, बैठक सकिनुअघि मुख्य बुँदाहरूको संक्षिप्त विवरण दिनु राम्रो हुन्छ। तपाईं यसरी भन्न सक्नुहुन्छ:

“म यहाँ उपस्थित सबैलाई मेरो बच्चालाई सहयोग गर्न प्रयास गर्नु भएकोमा धन्यवाद दिन चाहन्छु। सबैलाई स्पष्ट हुनको लागि, हामीले सहमति गरेका सहजीकरणहरू निम्नानुसार छन् (सहजीकरणहरूको सूची); प्रत्येक शिक्षकले यी सहजीकरणहरू आफ्नो कक्षामा कार्यान्वयन गर्नेछन्। यो भोलिबाट लागू हुनेछ। शिक्षकहरूले मसँग (सञ्चार विधि) दैनिक, साप्ताहिक वा दुई साप्ताहिक रूपमा सम्पर्क राख्नेछन्। हामी अर्को वर्ष फेरि भेट्नेछौं, सहजीकरणहरू पुनरावलोकन गर्न, के काम गर्यो र के गरेन भनेर निर्धारण गर्न, साथै आगामी सहजीकरणहरू तय गर्न।”

• सबैलाई आफ्नो जिम्मेवारी र अपेक्षाहरू बुझाउन सुनिश्चित गर्नुहोस्।

• बैठकमा सहभागी भएकोमा धन्यवाद दिने वा उपस्थिति नोटहरू पठाउनुहोस्।

• सहमत शर्तहरूको संक्षिप्त विवरण संलग्न गर्नुहोस्।

• शिक्षकहरूले IEP वा 504 योजनाको प्रतिलिपि पाएको सुनिश्चित गर्नुहोस्।

• बैठकका सहभागीहरूको सामु नै शिक्षकहरूले दस्तावेज प्राप्त गर्ने भन्ने कुरा स्पष्ट गर्नुहोस्।

• कक्षा-सम्बन्धी सहजीकरणहरू शिक्षकहरूलाई जानकारी गराउनुहोस्।

• बैठकमा उपस्थित नभएका शिक्षकहरूसँग पनि सम्पर्क राख्नुहोस्।

चरण ११: IEP वा 504 सहजीकरणहरू अनुगमन गर्नुहोस्

तपाईंको बच्चाको शिक्षामा सक्रिय रूपमा संलग्न रहँदा सहजीकरणहरू कत्तिको प्रभावकारी छन् भन्ने जानकारी राख्न सकिन्छ। निम्न उपायहरू अपनाउन सकिन्छ:

• शिक्षकहरूसँग सहजीकरणहरू र सम्भावित समस्याहरूबारे नियमित सम्पर्क राख्नुहोस्।

• शिक्षकहरूसँग सबैभन्दा प्रभावकारी र कम प्रभावकारी सहजीकरणहरूबारे सोध्नुहोस्।

• अभिभावक/शिक्षक बैठकहरूमा भाग लिनुहोस् र प्रगति प्रतिवेदनहरू हेर्नुहोस्।

• शिक्षक र प्रशासकहरूलाई सकारात्मक प्रतिक्रिया दिनुहोस्।

• बच्चाको परीक्षा, गृहकार्य र रिपोर्टहरू अनुगमन गर्नुहोस्।

• विद्यालयका कार्यक्रममा तथा PTA बैठकहरूमा भाग लिनुहोस्।

• पुस्तकालयमा स्वयंसेवक बन्नुहोस् वा शैक्षिक भ्रमणहरूमा साथ दिनुहोस्।

• विद्यालयमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्नुहोस्।

• 504, IEP, ADHD आदि सम्बन्धी तालिमहरूबारे जानकारी माग्नुहोस्।

• शिक्षकहरू र 504/IEP टोलीहरूसँग ADHD र सम्बन्धित अपांगताहरूबारे जानकारी साझा गर्नुहोस्।

यदि सहजीकरणहरू प्रभावकारी छैनन् भने, कुनै पनि समयमा बैठक बोलाउन सक्नुहुन्छ। साना परिवर्तनहरू टेलिफोनबाट IEP वा 504 योजनाको प्रमुखसँग सहमत भएर गर्न सकिन्छ, तर ठूला परिवर्तनहरू वार्षिक समीक्षा बैठकमा मात्र गरिन्छ।

चरण १२: IEP/504 योजनाको समीक्षा, अनुगमन र पुनः मूल्यांकन गर्नुहोस्

IEP र 504 योजनाहरू वार्षिक रूपमा समीक्षा गर्न आवश्यक छ। यदि तपाईंको बच्चाले जनवरीमा IEP वा 504 योजना प्राप्त गरेको छ भने, अर्को समीक्षा अर्को जनवरीमा हुनेछ। अभिभावकहरूले समीक्षा प्रक्रियाको तयारी यसरी गर्न सक्छन्:

• नयाँ प्रोफाइल बनाउने।

• शिक्षकहरूसँग छलफल गर्ने।

• बच्चाका लागि नयाँ लक्ष्यहरू तय गर्ने।

विद्यालयसँग वर्षभर सञ्चार कायम राख्दा कुन सहजीकरण आवश्यक छैनन् र कुन थप गर्नुपर्छ भन्ने निर्धारण गर्न सकिन्छ।

यदि सहजीकरणहरू अझै कार्यान्वयन गरिएका छैनन् भने, उजुरी दिन सकिन्छ। सेवा निवेदन गर्दा विद्यालयले तपाईंलाई जानकारीको एउटा प्याकेट दिएको हुन्छ, जसमा सम्बन्धित सम्पर्क व्यक्ति वा कार्यालयको विवरण हुन्छ।

यदि तपाईंको बच्चासँग IEP छ भने:

- विशेष शिक्षा विभाग प्रमुखलाई लेखी आफ्नो चिन्ताहरू जानकारी दिनुहोस्।
- कुन सेवा वा सहजीकरण प्रदान गरिएको छैन भन्ने विस्तृत विवरण दिनुहोस्।
- यदि फोनमार्फत सम्पर्क गर्नुहुन्छ भने, पत्रमार्फत अनुगमन गर्नुहोस् र प्रतिक्रियाको प्रतिलिपि आफ्नो फाइलमा राख्नुहोस्।

यदि तपाईंको बच्चासँग 504 योजना छ भने:

- विद्यालय जिल्लाको 504 समन्वयकर्तालाई लेख्नुहोस्।
- यदि तपाईंले फोन वा प्रत्यक्ष भेटघाट गर्नुभयो भने, छलफलको सारांश लेखेर सुरक्षित राख्नुहोस्।

IEP र 504 योजनाहरू संघीय कानुनअनुसार निगरानी गरिन्छ। विद्यालयहरूले यी योजनाहरू कार्यान्वयन नगरे संघीय कानुनी कारबाही हुन सक्छ, त्यसैले विद्यालयले सामान्यत: समस्याको समाधान गर्ने प्रयास गर्छ।

यदि तपाईंको बच्चाले अझै IEP सहजीकरणहरू प्राप्त गरिरहेको छैन भने:

यदि तपाईंको बच्चासँग IEP छ भने:

- विद्यालयलाई लिखित रूपमा उजुरी दिनुहोस् र मध्यस्थताको अनुरोध गर्नुहोस्।
- प्रक्रिया सुनुवाइको लागि निवेदन दिनुहोस्। यसको लागि वकील वा विशेष शिक्षा अधिवक्तासँग सहकार्य गर्न आवश्यक पर्न सक्छ।

यदि तपाईंको बच्चासँग 504 योजना छ भने:

- विद्यालय जिल्लाको 504 समन्वयकर्तासँग लिखित रूपमा उजुरी दर्ता गर्नुहोस्।
- 504 को प्रावधानहरूको निरीक्षण गर्ने क्षेत्रीय नागरिक अधिकार कार्यालयमा उजुरी दर्ता गर्नुहोस्।

समस्या समाधान प्रक्रियामा विशेष शिक्षा विज्ञको सहायता लिनुहोस्। वकीलहरू जस्तै यी विज्ञहरूलाई कानुनी अनुमति आवश्यक पर्दैन, त्यसैले अनुभव, अघिल्लो ग्राहकहरू र सिफारिसहरू जाँच गर्नुहोस्।

अन्य अपांगता भएका बच्चाहरूका अभिभावकहरूसँग सल्लाह लिनुहोस् वा निम्न स्रोतहरू जाँच गर्नुहोस्:

• National Disability Rights Network (ndrn.org)

• Wrightslaw Yellow Pages (yellowpagesforkids.com)

• Council of Parent Attorneys and Advocates (copaa.org)

• Parents Helping Parents Resource Directory (php.com/resources)

निष्कर्ष

IEP वा 504 योजनाहरू प्रभावकारी बनाउन अभिभावकहरूले सक्रिय भूमिका खेल्नुपर्छ। विद्यालय प्रशासनसँग नियमित सम्पर्क राख्नुपर्छ, शिक्षकहरूलाई आवश्यक स्रोतहरू प्रदान गर्नुपर्छ, र यदि विद्यालयले योजना कार्यान्वयन नगरेमा कानुनी उपाय अपनाउनुपर्छ। बच्चाको शैक्षिक आवश्यकताहरू सुनिश्चित गर्न अभिभावकहरूले कुनै पनि प्रकारको दबाबमा नपरी दृढ रहनुपर्छ।