

下一步该怎么做： 残障儿童家长 需要了解的信息





序言

本信息指南专为 8 至 12 岁儿童的家长和照护者编写。这是一份简易指南，涵盖从孩子获得诊断到升入中学期间的各个阶段，提供相关实用信息，帮助您了解应对重大变化的重要理念、支持和策略。

本信息指南旨在配合《从小学升入中学：家长须知》(Transitioning to High School: what families need to know) 这本手册一起使用。您可以在 www.cyda.org.au/takecharge 找到更多资源。



什么是残障

“残障”不是一个贬义词，也不是什么需要隐藏或难以启齿的事情。残障是人类多样性的自然组成部分，对每个人来说表现形式略有不同。

- 如果用**社会模式来看待残障**，就会意识到，残障是由社会中的障碍造成的，而不是由个人的身体或心理状况造成的。
- **以残障为豪**的理念是指承认残障身份、社区和权利，并对此感到自豪。
- **残障歧视**是指残障人士受到个人或制度上的歧视。我们应该随时抵制这种行为。

在与孩子或他人谈论残障时，使用**注重优势的措辞**有助于建立自豪感、自信心和包容性。这意味着关注某个人的技能或兴趣，而不仅仅是他们的需求。



为您的孩子倡导权益

获取诊断

获取诊断可以帮助您理解并倡导孩子的需求，并为您打开获取支持的大门。全科医生等医疗专业人员可以为您获取诊断提供初步帮助。

这可能会是一个漫长的过程，但值得一提的是，孩子无需得到确诊就可以获得许多支持服务。



与专业人士沟通的技巧

您将在许多场合为您的孩子倡导权益，以确保他们获得所需的支持。为了能够更好地沟通，您应该：

- 分享孩子的报告和评估结果
- 具体说明以往行之有效的方法
- 准备并提出问题
- 保存记录和笔记。

有关如何在不同场合倡导权益的更多信息，请参阅《家长手册》(Parent Handbook)。



获取支持

支持并非只有一种形式。合适的支持将帮助您的孩子在家庭、学校和社区环境中都能茁壮成长。这些支持可能包括以下内容：

- NDIS（国家残障保险计划）
- 校内支持，如调整措施和学习计划
- 辅助医疗服务，如职业治疗、言语治疗或心理辅导
- 辅助科技，如轮椅
- 经济支持，如照护者津贴
- 为您和您的孩子提供的同伴和情感支持。

您可以在《从小学升入中学：家长须知》手册中找到更多信息，以帮助选择和协调不同类型的支持。



开始中学学习

从小学升入中学可能会让人感到不知所措，但您不必独自面对。有了合适的支持，您的孩子就能茁壮成长。

您的法定权利

根据《2005 年残障教育标准》(Disability Standards for Education (2005))，学校必须做出合理调整以支持残障学生。

有关您法定权利的更多信息，请访问 CYDA 网站。

与学校合作

您可以尽早与学校会面，帮助您的孩子顺利开启中学教育历程。您可以和学校一起讨论以下事宜：

- 制定**过渡计划 (Transition Plan)**，为孩子入读新学校提供支持。
- 制定**个人教育计划 (Individual Education Plan, 简称 IEP)**，列出孩子学习目标和需求。
- 其他所需的合理调整措施，如支持人员、灵活的时间表或感官支持。

更多信息请参考《从小学升入中学：家长须知》。



实用资源

照顾好自己

作为家长或照护者，别忘了照顾好自己需求。

自我关怀有助于防止身心耗竭。自我关怀的形式多种多样，例如与心理咨询师或朋友交谈、抽出时间做自己喜欢的事情，甚至仅仅是锻炼身体。

以下心理健康服务可能会对您有所帮助：

- **Lifeline**（生命热线，24 全天候危机支持）
www.lifeline.org.au | 13 11 14
- **Beyond Blue**（心理健康支持和资源）
www.beyondblue.org.au | 1300 22 4636
- **Carer Gateway**（为照护人提供支持，包括心理咨询）
www.carergateway.gov.au | 1800 422 737

您可以在哪里了解更多信息？

如需在应对孩子的残障及升入中学方面获得额外帮助，请查看我们为 8 至 12 岁残障儿童的家长提供的其他资源。其中包括以下资源：

- 涵盖详细信息的《家长手册》
- 一份用于理解诊断并获取支持的分步示意图。

您可以在 www.cyda.org.au/takecharge 找到这些资源



免责声明：Take Charge of Change（自如应对转变阶段）项目得到了澳大利亚联邦政府卫生、残障和老龄事务部的资助，旨在为残障儿童和青少年的家庭提供支持，帮助他们应对其生活中重要的过渡阶段。本信息指南所提供的信息仅作为一般指南，可能不包含最新信息和信息更新。这些信息指南的内容为截至 2025 年 10 月的最新信息。请访问 cyda.org.au 查看全套资源