Advocacy
NEPALI

प्रभावकारी आमाबुवा वकालतका लागि सीपहरू

तपाईंको बच्चाले आफ्नो स्कूल करियर भरि उ वा उनीलाई आवश्यक पर्ने सहायता प्राप्त गर्छ भनेर सुनिश्चित गर्न तपाईंले गर्न सक्ने अति महत्वपूर्ण कुराहरू मध्येमा तपाईंको बच्चाको शिक्षामा संलग्न हुनु पनि एक हो।

- तपाईंको बच्चासँग नि:शुल्क र उपयुक्त सार्वजनिक स्कूल शिक्षा प्राप्त गर्ने अधिकार छ।
- आफ्नो बच्चालाई विशेष सेवाहरू आवश्यक छ कि छैन भन्ने कुरा पत्ता लगाउने प्रक्रिया सहित, आफ्नो बच्चाको शिक्षासँग सम्बन्धित प्रत्येक निर्णयमा भाग लिने अधिकार तपाईंसँग छ।
- तपाईंले आफूलाई आफ्नो बच्चाका अधिकारहरूसँग परिचित गराउनुपर्छ। यी अधिकारहरू अपाङ्गता शिक्षा ऐन (Individuals with Disabilities Education Act - IDEA) अन्तर्गत संघीय सरकारद्वारा अनिवार्य गरिएका छन्।
- तपाईं तपाईंको बच्चालाई राम्ररी बुझ्नुहुन्छ, र तपाईंको सहयोग प्रत्येक अवसरहरूमा विशेष हुनुपर्छ।

बैठकमा राम्रो सञ्चारको लागि सुझावहरू

- तपाईंको लक्ष्य केन्द्रित हुनुहोस्
- सम्मान देखाउनुहोस् र अरूहरूबाट पनि आशा गर्नुहोस्
- आफ्ना भावनाहरू व्यवस्थापन गर्नुहोस्
- प्रश्नहरू सोध्नुहोस्
- स्पष्टिकरणको लागि फरक ढङ्गले व्यक्त गर्नुहोस्
- "धन्यवाद" भन्नुहोस्

जब तपाईं असहमति जनाउहुन्छ

- झगडालु नभइकन असहमति जनाउनुहोस्
- आवश्यक परेमा क्षमा माग्नुहोस्
- व्यक्तिलाई समस्याबाट अलग गर्नुहोस्
- कसैसँग पनि सबै उत्तरहरू हुँदैन भन्ने कुरा मनमा राख्नुहोस्
- तपाईंका तथ्यहरू सही छन् भनि सुनिश्चित गर्नुहोस्
- आफ्ना संघर्षहरू छान्नुहोस्

लिखित सञ्चारका लागि सुझावहरू पत्रहरू:

- परिवर्तन ल्याउन सक्ने व्यक्तिलाई पठाउनुपर्छ
- मिति उल्लेख भएको र हस्ताक्षेर गरिएको हुनुपर्छ
- एउटा वा दुईवटा मुद्दाहरूमा मात्र केन्द्रित भएको हुनुपर्छ
- एक पृष्ट भन्दा लामो हुनुहुँदैन
- यदि जवाफको अनुरोध गरिन्छ भने निश्चित मिति तिय गर्नुहोस्
- तपाईंको सम्पर्क जानकारी दिनुहोस्

*आफ्नो लागि एउटा प्रतिलिपि राख्न सम्झनुहोस्

के तपाईंलाई थाहा थियो?

मानसिहरूले आफ्नो शक्ति त्याग गर्ने एउटा सामान्य तरिका यो हो कि तिनीहरू आफूसँग कुनै शक्ति छैन भन्ने सोच्दछन्।

अधिवक्ता भनेको को हो?
अधिवक्ताहरू कुनै कुराहरूलाई राम्रो बनाउन आफ्नै लागि वा अरूहरूको लागि बोल्दछन्।

अधिकांश बैठकहरूमा आमाबुवाहरू तिनीहरूको साथमा अन्य कसैलाई ल्याउन सक्छन्। बच्चालाई सहयोग गर्न सबै सहभागीहरू सँगै काम गररिहेका छन्।

उपयुक्त हुँदा विद्यार्थीलाई बैठकमा संलग्न गराउनु आमाबुवाहहरू र विज्ञहरू एकसाथ मिलिरउसको फाइदाको लागि काम गररिहेका छन् भन्ने एउटा राम्रो उदाहरण हो।

बच्चाहरू 18 वर्ष पुग्नुभन्दा पहिले स्वयम् वकालतमा तिनीहरूलाई जति सिक्दो धेरै अभ्यास आवश्यक पर्छ। स्वयम्-वकालत सीपहरूले विद्यार्थीहरूलाई संसार र उच्च शिक्षा पछिको तिनीहरूको भविष्यका लागि तियार गर्छ।

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY

प्रभावकारी आमाबुवा वकालतका लागि सीपहरू

प्रभावकारी अधिवक्ता हुने छ सीपहरू

1. आफ्नो बच्चाको अपाङ्गता बुझ्ने
2. मुख्य खेलाडीहरू थाहा पाउने: समितिमा को-को छन्?
3. आफ्ना अधिकारहरू र उत्तरदायित्वहरू बारे थाहा पाउने: नियमहरू के-के हुन्?
4. पूर्ण व्यवस्थित हुने: मेरो कार्ययोजना के हो?
5. स्पष्ट र प्रभावकारी सञ्चार प्रयोग गर्ने: मेरो पालो आउँदा मैले के भन्ने?
6. असहमतिहरू कसरी समाधान गर्ने थाहा पाउने: हामी असहमत हुँदा हामीले के गर्ने?

सीप 1 - आफ्नो बच्चाको अपाङ्गता बुझ्ने

यसको बुझाइले तपाईंलाई निम्न कुरामा सहयोग गर्छ:
- आफ्नो बच्चाको लागि कुन सेवाहरू उपयुक्त छन् भन्ने थाहा हुन्छ
- उच्च आशाहरू राख्न
- सही सहायता प्रविधि (AT) र सुविधाहरू पत्ता लगाउन

सीप 2 - मुख्य खेलाडीहरू थाहा पाउने

- निर्णय गर्ने व्यक्ति को हो?
- के कर्मचारी मानिसहरू सरकारी, गैर नाफामुखी, वा निजी कर्मचारीहरू हुन्?
- तपाईं व्यक्तिको नाम कसरी पत्ता लगाउन सक्नुहुन्छ?

सीप 3 - आफ्ना अधिकारहरू र उत्तदायित्वहरू थाहा पाउने

निम्न कुराहरू गरेर तिनीहरू बारे थाहा पाउनुहोस्:
- वेबसाइटहरू पढेर
- सेवामा कसरी आर्थिक सहयोग गरिएको छ भनि सोधेर
- कानुनहरू तथा नीतिहरू हेर्न अनुरोध गरेर
- प्रश्नहरू सोधेर
- समूहमा शामिल भएर

सीप 4 - पूर्ण व्यवस्थित हुने

- अभिलेखहरू राख्नुहोस्
- यसलाई लिखित रूपमा राख्नुहोस्
- फोनको अभिलेख राख्नुहोस्
- बैठकको नोटबुक लिनुहोस्

सीप 5 - स्पष्ट र प्रभावकारी सञ्चार प्रयोग गर्नुहोस्

- "उपहार" मा ध्यान दिनुहोस् – तपाईंको बच्चाको लागि उचित सेवा
- सुन्नुहोस् र प्रश्नहरू सोध्नुहोस्
- बच्चाका आवश्यकताहरूमा केन्द्रित हुनुहोस्
- समाधानहरू पत्ता लगाउन सँगै समस्या समाधान गर्नुहोस्
- स्पष्टसँग बोल्नुहोस्
- मानिसहरूलाई रक्षात्मक महसुस नगराउनुहोस्
- नकारात्मक कुराहरू सकारात्मकमा परिवर्तन गर्नुहोस्
- सार निकाल्नुहोस्

सीप 6 - असहमतिहरू कसरी समाधान गर्ने थाहा पाउने

अनौपचारिक प्रक्रियाहरू:
- पहिले मानिसहरूसँग कुराकानी गर्नुहोस्

औपचारिक प्रक्रियाहरू:
- मध्यस्थता
- उजूरीहरू
- अपिलहरू

IDEAs that Work
U.S. Office of Special Education Programs

यस कागजातमा समावेश विषयवस्तु संयुक्त राज्यको शिक्षा विभाग, #H325160003 बाट अनुदान अन्तर्गत विकास गरिएको थियो। यद्यपि, ती विषयवस्तुले संयुक्त राज्यको स्वास्थ्य विभागको नीतिलाई आवश्यक रूपमा प्रस्तुत गर्दैनन् र तपाईंले संघीय सरकारद्वारा अनुमोदन ग्रहण गर्नुहुँदैन। परियोजना अधिकारी, कारमेन सान्चेज

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY