

## NHẬT KÝ

**Tên:**

**Ngày sinh:**

**Tuổi:**

**Giới tính:**

**Thành phố:**

**Tên của người chăm sóc ( nếu có):**

**Tên của can thiệp viên:**

**Số điện thoại của người chăm sóc:**

**Số điện thoại của can thiệp viên:**

**Dạng khuyết tật:**

**Mức độ khuyết tật: nhẹ** (Chỉ cần vài sự hỗ trợ)/ Trung Bình (Hỗ trợ trong các hoạt động thông thường) / **Nặng** (Cần sự hỗ trợ hoàn toàn từ người khác)\*

**Động kinh: Có / Không\***

**Các loại thuốc đang sử dụng : Có / Không\* , nếu là có, loại thuốc đang sử dụng:\_\_\_\_\_**

**\*Khoanh tròn câu trả lời**

## 1. Nấc thang cuộc sống

Hãy tưởng tượng chiếc thang này chính là cuộc đời của bạn. Phần trên cùng của chiếc thang biểu thị cho những điều tốt đẹp nhất trong cuộc sống, và ngược lại, phần ở dưới chính là những gì “kém may mắn nhất”. Tại thời điểm này, bạn đang ở nấc thứ mấy của chiếc thang?

Hãy viết vào bảng này 1 vài dự định của bản thân bằng cách trả lời những câu hỏi bên dưới:

ĐIỀU TỐT  
ĐẸP NHẤT



9

8

7

6

5

4

3

2

1

NHỮNG KHÓ  
KHĂN VÀ TIÊU  
CỰC

Trả lời những câu hỏi sau đây và khoanh tròn số phù hợp với câu trả lời của bạn

- Bạn đang ở nấc thang số mấy trong thời điểm hiện tại? 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- Điều gì sẽ giúp bạn tiếp tục “trèo lên” những nấc thang tiếp theo?.....
- Điều gì có thể làm bạn “hụt” mất 1 vài bậc thang? .....

**Trong trường hợp bạn là một người chăm sóc và trẻ/người khuyết tật không thể phản hồi ( bằng lời nói hoặc cả không sử dụng lời nói)**

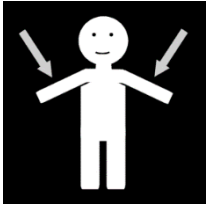
- Tại thời điểm này, trẻ/ người khuyết tật đang ở nấc thang số mấy trong cuộc sống của họ?  
1 2 3 4 5 6 7 8 9
- Làm thế nào để trẻ/ người khuyết tật có thể tiến lên 1 vài nấc thang? .....
- Điều gì sẽ làm trẻ/ người khuyết tật “hụt xuống” 1 vài nấc thang? .....

## 2. BÁO CÁO: thông tin từ những buổi phỏng vấn, quan sát trực tiếp và gián tiếp

Hãy hỏi: *Bạn có thể chia sẻ cuộc sống của bạn/ hoặc người khuyết tật diễn ra như thế nào không? Vui lòng mô tả các khả năng, điểm mạnh và thách thức trong cuộc sống hàng ngày từ kinh nghiệm của*

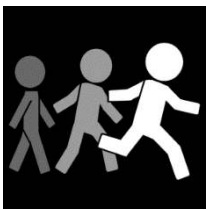
**Hãy viết/ điền vào những ô bên dưới và xem Phụ Lục I để biết thêm thông tin về các vị dụ)**

Ngày phỏng vấn/ quan sát:



**CHỨC NĂNG & CẤU TRÚC CƠ THỂ:** Mô tả sự khác biệt của các bộ phận cơ thể và chức năng bên trong của cơ thể (ví dụ: căng cơ, chức năng não, thở, tim, tình trạng, sức khỏe)

- 
- 
- 



**HOẠT ĐỘNG & THAM GIA:** Mô tả những điểm mạnh và hạn chế về những hoạt động mà người đó có thể và không thể làm cũng như những điểm mạnh và hạn chế khi tham gia (các hoạt động của cuộc sống hàng ngày, ví dụ: di chuyển, tự chăm sóc, học tập, kỹ năng học tập/kỹ năng làm việc, vui chơi/giải trí)

- 
- 
- 



**CÁC YẾU TỐ CÁ NHÂN:** Mô tả thông tin về người đó (ví dụ: tuổi tác, giới tính, tính cách, sở thích, không thích, niềm tin (ví dụ: tôn giáo), cảm xúc, ước mơ, thái độ, thói quen..)

- 
- 
- 



**CÁC YẾU TỐ MÔI TRƯỜNG:** Mô tả các yếu tố hỗ trợ và rào cản trong môi trường xung quanh (vật chất, xã hội, văn hóa, chính trị) VD: thái độ và hỗ trợ của gia đình và cộng đồng, khả năng tiếp cận nhà/cộng đồng, tình hình kinh tế xã hội, khả năng tiếp cận dịch vụ, điều kiện sống

- 
- 
-

### 3. KẾ HOẠCH

Ngày bắt đầu kế hoạch:

**A. Những khó khăn cần được ưu tiên dựa theo người khuyết tật/ người chăm sóc** (cùng nhau thảo luận để cùng thảo luận kỳ vọng và đặt mục tiêu thực tế)

- 1.
- 2.
- 3.

**B. Những khó khăn dựa theo nhà trị liệu/ nhân viên thực địa**

(Nếu những khó khăn này không giống ở cột A, vui lòng thảo luận thông qua quy trình để đưa ra quyết định chung; hãy quan sát các hoạt động được đề cập như là các thử thách nếu có thể.)

- 1.
- 2.
- 3.

**C. Mục – bạn muốn tập trung vào điều gì trong vòng 1 tháng tới?**

Bạn và gia đình muốn ưu tiên điều gì, và chuyển điều đó thành mục tiêu SMART (Hình bên dưới)

Điểm a*	Điểm b*

- 1.
- 2.
- 3.

**D. Kế hoạch hành động:**

Hãy nghĩ về A-B-C: *Cấp bách (hành động khẩn cấp), Rào cản (giảm bớt gánh nặng), Năng lực (phát triển), xem Phụ lục IV*

Chữ ký của người khuyết tật/ người chăm sóc:

Chữ ký của nhân viên thực địa/ nhà trị liệu:

Điểm (a) = khả năng hiện tại của người khuyết tật\*

Điểm (b) = sự hài lòng của người khuyết tật/người chăm sóc về khả năng hiện tại tại thời điểm này \*

not able to do at all    1   2   3   4   5   6   7   8   9   10    able to do it extremely well

not satisfied at all    1   2   3   4   5   6   7   8   9   10    extremely satisfied

Mục tiêu=

Ai



Cái gì



Làm thế nào



Ở đâu



Khi nào



1



2



5



7



10

**4. Daily Diary** Hãy viết 1 vài dòng mỗi ngày ( người khuyết tật, người chăm sóc nếu có) hoặc mỗi lần đến thăm nhà ( nhà trị liệu/ nhân viên thực địa)

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

Thời gian:

\* Mô tả: những điều nổi bật ngày hôm nay, ví dụ như điều gì đó tốt đẹp đã xảy ra hoặc thách thức. Cái gì, Tại sao, Ở đâu, Như thế nào, Ai, Khi nào: các hoạt động được thực hiện ở nhà hoặc các thỏa thuận được thực hiện cùng nhau. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào cho lần tư vấn tại nhà hoặc trung tâm tiếp , hãy viết nó ra đây.

## 5. Đánh giá giữa kỳ - Các Mục tiêu

### Mục tiêu 1:

Bạn sẽ cho mục tiêu bao nhiêu điểm tại thời điểm này?

a. Không thể thực hiện được

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Có khả năng làm điều đó rất tốt



b. Không hề hài lòng

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoàn toàn hài lòng

Điều gì đã thay đổi?

Điều gì đã tạo ra sự thay đổi đó?

Lời khuyên:

### Mục tiêu 2:

Bạn sẽ cho mục tiêu bao nhiêu điểm thời điểm bây giờ?

a. Không thể thực hiện được

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Có khả năng làm điều đó rất tốt

b. Không hề hài lòng

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoàn toàn hài lòng

Điều gì đã thay đổi?

Điều gì đã tạo ra sự thay đổi đó?

Lời khuyên:

### Mục tiêu 3:

Bạn sẽ cho mục tiêu bao nhiêu điểm thời điểm bây giờ?

a. Không thể thực hiện được

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Có khả năng làm điều đó rất tốt



b. Không hề hài lòng

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoàn toàn hài lòng

Điều gì đã thay đổi?

Điều gì đã tạo ra sự thay đổi đó?

Lời khuyên:

# Phụ lục I: Một vài ví dụ cho việc thông tin có thể được tiếp nhận từ “vùng cơ thể” nào

<p><b>Ngày:</b></p>	
<p><b>CHỨC NĂNG VÀ CẤU TRÚC CỦA CƠ THỂ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Thông tin về cách thức hoạt động của hệ thống bên trong <b>cơ thể</b> hoặc nếu bị thiếu 1 vài bộ phận cơ thể. Chúng tôi muốn nói đến các bộ phận của cơ thể như các cơ quan nội tạng, tứ chi và cấu tạo của chúng.</li> <li><b>Chức năng tinh thần và hệ thần kinh</b> VD: hiểu khái niệm về thời gian, giấc ngủ của một người, các chức năng trí tuệ như trí nhớ.</li> <li><b>Giác quan</b> VD: nhìn thấy, nghe thấy, cảm thấy đau.</li> <li>Chức năng <b>giọng nói và lời nói</b>, VD: chất lượng của giọng nói (sự lưu loát của lời nói, âm lượng của lời nói). Nói chuyện, hiểu giao tiếp và sử dụng một số cử chỉ.</li> <li>Chức năng của <b>hệ thống tim mạch</b>, bạch huyết, <b>khả năng chống lại bệnh tật và hệ thống hô hấp</b> VD: nhịp tim, nhịp đập.</li> <li>Chức năng của <b>quá trình tiếp nhận và xử lý thức ăn, tế bào cơ thể, hệ thống tuần hoàn</b> VD: tiếp nhận và xử lý thức ăn, nhu động ruột</li> <li><b>Bộ phận sinh dục và chức năng sinh sản</b> VD: bộ phận sinh dục, đi tiểu và đi tiêu đều đặn, v.v. Hoạt động đi vệ sinh phải được đặt dưới các hoạt động và sự tham gia.</li> <li><b>Chuyển động</b> và các chức năng liên quan VD: khớp, xương, phản xạ, điều khiển cử động. Đây chỉ là thông tin về cơ và xương. Các hoạt động bạn làm và chuyển động được thực hiện phải được đặt dưới các hoạt động và sự tham gia.</li> <li>Chức năng của da và các cấu trúc liên quan, ví dụ: sửa chữa các chức năng của da, tóc, móng.</li> </ul>	<p><b>CÁC HOẠT ĐỘNG VÀ SỰ THAM GIA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Thông tin về <b>những hoạt động</b> mà người đó có thể và không thể tham gia (ví dụ: các hoạt động trong cuộc sống hàng ngày, học tập, đi học, vui chơi, làm việc nhà).</li> <li><b>Tham gia</b> phải là được thực sự “nhập cuộc” vào một tình huống trong cuộc sống chẳng hạn như: ở bên cạnh bạn bè.</li> <li><b>Học và áp dụng kiến thức</b> VD: hiểu các nhiệm vụ cần làm, ghi nhớ những gì được nói, làm, nghe, cảm nhận, nhìn thấy, đọc sách, làm toán.</li> <li><b>Nhiệm vụ và yêu cầu chung</b> VD: phản hồi với một hướng dẫn bằng một hành động, tập trung và hướng sự chú ý của bạn, duy trì sự chú ý; khả năng lập kế hoạch cho các nhiệm vụ theo từng bước đúng trình tự, hoặc hiểu được trình tự các bước.</li> <li><b>Giao tiếp</b> VD: hiểu từ, nói được từ, tạo hội thoại, biểu thị điều mình muốn (có hoặc không có từ ngữ).</li> <li><b>Vận động</b> VD: di chuyển (ví dụ: lăn, bò, trườn, di chuyển bằng hông, đi bộ) trong nhà, ngoài trời, vận chuyển, đi lên/xuống cầu thang.</li> <li><b>Chăm sóc bản thân</b> VD: tắm rửa, mặc quần áo, ăn uống.</li> <li><b>Cuộc sống trong gia đình</b> VD: làm hoặc giúp đỡ việc nhà như dọn dẹp, v.v., sử dụng các thiết bị gia dụng.</li> <li><b>Tương tác</b> giữa con người và các mối quan hệ VD: hiểu và áp dụng các quy tắc xã hội, quản lý hành vi của bạn, đảm bảo hành vi phù hợp với một tình huống hoặc hoạt động nhất định.</li> <li><b>Các lĩnh vực trong cuộc sống</b> VD: trường học diễn ra như thế nào, hoặc người đó có thể dành 1 không gian cho bản thân và tận hưởng nó một mình không?</li> <li><b>Đời sống cộng đồng và xã hội</b> VD: tham gia các hoạt động trong đời sống xã hội có tổ chức như vui chơi, thăm bạn bè, gia đình hoặc hàng xóm, tiệc tùng.</li> </ul>
<p><b>CÁC YẾU TỐ CÁ NHÂN:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Thông tin về <b>sở thích cá nhân</b> và <b>đặc điểm</b> của người đó.</li> <li><b>Giới tính.</b></li> <li><b>Tuổi tác.</b></li> <li>Người đó giải quyết hoặc <b>đương đầu</b> với cuộc sống, điểm mạnh và thách thức của mình như thế nào?</li> <li>Họ hoặc gia đình họ đã cùng chia sẻ những <b>cảm xúc</b> gì, hoặc bạn quan sát thấy điều gì?</li> <li><b>Về phong cách sống:</b> người đó sống như thế nào?</li> <li><b>Nền tảng xã hội:</b> người đó thích điều gì về bạn bè, gia đình, cộng đồng của họ?</li> <li><b>Mong muốn, mục tiêu và sở thích</b> trong cuộc sống của người đó, ví dụ: giáo dục, công việc, hạnh phúc hay tận hưởng cuộc sống.</li> <li><b>Tính cách</b> của người đó VD: hạnh phúc, có động lực hay không, quan tâm đến thế giới xung quanh anh ấy/cô ấy.</li> <li><b>Tính cách:</b> thái độ của người đó.</li> <li><b>Thói quen:</b> những lề thói và thói quen nào mà người đó thích hoặc đã hình thành?</li> <li><b>Sở thích:</b> người đó thích hay không thích điều gì? Ước mơ của anh ấy / cô ấy là gì?</li> <li><b>Tôn giáo:</b> người đó có tín ngưỡng tôn giáo hay phản ứng nhất định đối với tôn giáo không?</li> </ul>	<p><b>CÁC YẾU TỐ MÔI TRƯỜNG:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Thông tin về <b>gia đình</b> và <b>cộng đồng</b> VD: môi trường <b>vật chất</b> xung quanh như tòa nhà hay thiết bị, điều kiện kinh tế xã hội của gia đình, khả năng tiếp cận dịch vụ.</li> <li><b>Các yếu tố môi trường</b> tạo nên môi trường vật chất, xã hội và thái độ mà con người sống và thực hiện cuộc sống của họ như:</li> <li><b>Các vật dụng và công nghệ</b> VD: vật dụng hỗ trợ trong cuộc sống hàng ngày như cốc uống nước thích ứng, xe lăn, phương tiện hỗ trợ giao tiếp như tranh ảnh, khả năng tiếp cận ngôi nhà, phương tiện vận chuyển người đi cùng.</li> <li><b>Môi trường tự nhiên và những thay đổi của môi trường do con người tạo ra</b> VD: chất lượng ánh sáng (trong nhà), âm thanh, không khí, đường trải nhựa hoặc không trải nhựa ( hoặc trải xi măng, bê tông,..) , nhà ở gần hay xa đường, ảnh hưởng và rủi ro từ các yếu tố tự nhiên như mưa gió hoặc dòng sông gần đó.</li> <li><b>Hỗ trợ</b> và <b>các mối quan hệ</b> VD: từ gia đình, bạn bè, hàng xóm, các chuyên gia y tế, v.v.</li> <li><b>Thái độ</b> VD: từ gia đình, cộng đồng, hàng xóm (có nhiều kỳ thị, có ủng hộ hay không?).</li> <li><b>Dịch vụ, hệ thống và chính sách</b> VD: đi lại, các quy định cần ghi nhớ, trợ cấp từ chính phủ</li> <li><b>Tình hình kinh tế</b> VD: mức thu nhập, điều kiện sống (nhà ở có ổn định không, có che mưa che gió, v.v...).</li> </ul>