







大学规划指南

面向残障学生、IEP及504计划学生

本手册将帮助你：

- 了解你在高等教育方面的法定权利
- 在高中阶段采取重要步骤，为大学做好准备
- 了解申请大学入学和经济援助的关键信息
- 熟悉大学中有助于你取得成功的调整措施和服务
- 了解如何在大学获得所需支持
- 寻找助你一路前行的资源

NYC Public Schools Student Pathways

NYC Public Schools | Division of Inclusive & Accessible Learning

includenyc



欢迎广大高中学子！

要是当年我申请大学时能有这样一本指南，告诉我作为一名残障学生需要了解的一切，那该多好啊。需要了解的内容太多了！作为一名大学生，我深知为自己发声和主动寻求帮助以获得调整措施是多么重要。此外，你还可以利用校园内的其他资源，帮助你培养在大学取得成功所需的技能。参加新生入学指导对我来说非常重要，因为它教会了我如何使用设备上的无障碍功能，以及如何获得学业辅导支持。

你现在就能了解这些事情，实在是太好了。祝你好运！

J.
College of Mount St. Vincent

正在考虑上大学？我为你感到高兴！刚上大学时，我既兴奋又焦虑。申请经济援助的手续让人头疼，但了解自己有哪些经济援助选择真的帮了大忙。作为一名残障学生，了解自己的权利并获得有助于成功的支持对我来说至关重要。从申请大学到大学生活，总有很多事要处理、要跟进。你需要善用各种支持，了解自己的权利，并清楚何时需要说明自身残障状况。你一定能行！

P.
City College, CUNY

引言

规划高中毕业后的新生活既令人心潮澎湃，但有时也不免让人心生畏惧。但关键在于循序渐进，并了解有哪些资源能为你提供支持。





无论学生是否有残障，他们都需要了解如何找到适合自己的大学。他们还需要了解如何申请入学和经济援助、注册就读以及如何在大学取得成功。如果你有残障，还需要考虑一些具体步骤。**本资源指南适用于你们，即参与IEP或504计划的高中生**。在准备大学升学期间，请与家人、辅导老师、个案经理以及其他支持者共同使用本指南。

使用本指南的重要提示！

- **残障**可包括身体、发育、智力、精神、情绪或学习方面的障碍。并非所有残障状况都肉眼可见。部分残障学生需要更多残障相关支持，部分学生需要的支持则较少。许多残障是永久性的，有些则是暂时的。所有残障学生都应了解自己的法定权利、责任以及可获得的援助。
- 在本资源指南中，“**大学**”一词泛指任何**高等教育机构(IHE)**。这既包括学院或大学，也包括授予证书、副学士学位或学士学位的课程。

目录



了解你的权利 第2页

- 《残障人士教育法》(IDEA)
- 《美国残疾人法案》(ADA)
- 高中和大学的法定权利差异



高中阶段的大学准备 第6页

- 过渡规划
- 自主决策
- 自我倡导
- 职业探索
- 生活技能



申请大学 第12页

- 大学选择类型
- 评估你对大学的期望和需求
- 寻找符合你期望和需求的大学：创建你的心仪院校名单
- 特殊计划
- 大学申请
- 与你的残障相关的注意事项



支付大学费用 第16页

- 大学费用
- 经济援助类型
- 申请经济援助（包括奖学金）
- 残障因素对经济援助的影响
- 从财务角度决定你要上哪所大学

5 大学调整措施 第20页

- 你的IEP在大学不再适用
- 大学调整措施
- 确定你需要的调整措施
- 申请调整措施
- 《家庭教育权利和隐私法案》(FERPA)
- 医疗信息授权和医疗代理

6 其他资源 第27页

- SUNY和CUNY无障碍服务办公室目录
- 残障权利和服务信息
- 过渡规划、大学入学和经济援助支持



1 了解你的权利

本章要点

- 《残障人士教育法》(IDEA)
- 《美国残疾人法案》(ADA)
- 高中和大学的法定权利差异

作为学生，你应了解与你的教育相关的法定权利，以便充分行使这些权利。但高中阶段适用的法律与大学阶段适用的法律之间存在重要差异。

高中阶段的权利

《残障人士教育法》(IDEA)是一项联邦法律，其规定残障儿童和青少年有权接受“免费且适当的公共教育”，直至高中毕业或年满21岁。*IDEA要求公立学校提供特殊教育和相关服务，以支持学生取得成功。这些服务载列于个别化教育计划(IEP)（具体取决于你的需求），帮助你实现教育目标。

IEP是一份法律文件，具有以下特点：

- 为你量身定制。
- 至少每年更新一次。
- 包含目标和支持需求，以及你的优势和进展情况。
- 推荐有助于你取得成功的计划、服务和调整措施，例如辅助技术或延长考试时间。

作为高中生，你应参加自己的IEP会议，讨论：

- 你的高中目标
- 你的高中毕业后目标
- 对你有效的支持措施
- 你的进展情况和任何挑战

在高中最后一年，你将参与制定一份离校总结，其中将概述你的优势、成就、支持需求以及后续步骤建议。

大学阶段的权利

高中毕业后，IDEA将不再适用于你。但**《美国残疾人法案》(ADA)**和1973年《康复法案》第504条等民权法律为防止基于残障的歧视提供了保障。在大学中，这意味着学生有权获得*合理调整措施*，确保他们能够充分参与大学生活的各个方面。

调整措施指为确保残障学生能够平等参与大学活动而做出的调整。这包括参与大学课程、获得学校住房（宿舍）以及加入各类社团和学生组织。ADA要求大学提供*合理调整措施*，确保残障学生能够充分参与课程和其他大学活动。

调整措施不会自动提供，你必须主动申请。**作为大学生，你需要说明自身残障状况并申请调整措施，主动开始申请流程。**第5章提供了更多关于申请调整措施的信息。



调整措施不会自动提供，你必须主动申请。

你的权利：高中与大学的关键区别		
类别	**IDEA（学前班至12年级）**	**ADA（大学）**
法定权利	免费且适当的公共教育	确保入学机会。禁止基于残障的歧视，消除参与大学的障碍
适用对象	任何3至21岁*（或直至高中毕业）的残障人士	任何具备大学入学资格且残障状况影响其参与大学学习的人士
识别残障并提供评估	学校和学区需要识别可能患有残障的学生，并提供评估以确定该学生是否符合IDEA规定的残障标准。	大学没有义务识别或评估学生。学生必须主动说明自身残障状况并申请调整措施。
家庭/家长的角色	家长全程参与IEP过程。	大学生被视为独立成年人；大学不会征询家长意见或向家长提供信息（除非学生提供书面同意）。
关于服务和调整措施的决策流程	IEP团队每年至少召开一次会议，审查进展情况、需求、目标和服务；IEP团队由学校专业人员、家长和学生组成。	大学生需自行申请调整措施；大学没有义务接受“不合理”的调整措施；学生、工作人员和教职员工共同制定方案。

你的权利：高中与大学的关键区别		
类别	**IDEA（学前班至12年级）**	**ADA（大学）**
服务和设备的提供	学校必须提供IEP中规定的必要服务和设备。	大学无需提供服务（如治疗、学业辅导、指导）或设备（如轮椅、语音转文本设备和电子阅读器）。 *注意：你可以通过健康保险和ACCES-VR等残障服务系统获得这些设备的资金支持。*

* 在纽约市，尚未获得纽约州认可文凭的残障学生可以继续在纽约市公立学校就读，并接受特殊教育服务，直至其年满22周岁所在学年结束（6月30日）。

2 高中阶段的大学准备

本章要点

- 过渡规划
- 自主决策
- 自我倡导
- 职业探索
- 生活技能

在高中阶段，你需要采取一些重要步骤，为步入大学和成年生活做好准备。教育的一项重要目标，是支持你做出自主决策。这意味着你需要自主设定人生目标并做出决策。自主决策对不同的人来说有不同的含义，但其核心思想在于能够自主做出选择。

制定目标并规划高中毕业后人生步骤的过程称为过渡规划。**每个人在过渡规划方面都需要帮助，而与家人、老师、辅导老师和同龄人合作制定计划是整个过程的重要组成部分。**过渡规划包括每年评估你在未来职业、教育和独立生活方面的优势、需求、技能和兴趣。年度IEP会议是回顾这些信息以及你的IEP团队如何帮助你为未来做好准备的重要机会。以下时间表可以帮助你规划步骤。



大学准备的关键行动		时间安排
跟踪你满足毕业要求的进度	■ 使用《毕业要求工作表》核对你的毕业路径。 ■ 了解针对残障学生的其他选择。 ■ 与辅导员讨论考试要求以及你可能存在的其他问题。 ■ 在年度IEP会议上讨论毕业进度。	**9至12年级**
探索职业兴趣	■ 使用职业探索工具（包括过渡规划评估），了解哪些类型的职业与你的兴趣和优势相契合。 ■ 利用IEP会议讨论你的目标、梦想以及关于职业选择的疑问。 ■ 申请实习和暑期工作，进一步了解职场环境。 ■ 研究大学教育与你的职业兴趣之间的关联。	**9至12年级**



大学准备的关键行动		时间安排
申请ACCES-VR和其他服务机构支持	■ 了解ACCES-VR提供的各项服务，以支持你的职业发展和未来就业。 ■ 如合适，申请ACCES-VR的支持（建议在11年级申请）。 ■ 了解发育障碍人士办公室(OPWDD)；如合适，尽早申请相关服务。 ■ 了解独立生活中心(ILC)；如合适，联系当地的ILC寻求支持。 ■ 了解与你的需求相关的其他机构，包括纽约州盲人委员会。	**9至12年级**
大学调研	■ 了解各类学院和大学及其提供的课程。 ■ 使用大学调研工具寻找可能适合你的大学。咨询校内辅导老师了解相关资源（包括面向残障学生的非学位大学体验计划）。 ■ 了解你可能需要参加的入学考试，例如SAT。如果需要，申请调整措施（例如延长考试时间）。 ■ 到11年级时，开始制定心仪院校名单。 ■ 与家人讨论你的兴趣、需求和计划。 ■ 制定大学申请计划，包含所有必要步骤，确保在截止日期前按时完成。	**9至12年级，尤其是11年级**

大学准备的关键行动		时间安排
确保拥有最新的评估报告	■ 确保完成最后一次强制性三年期重新评估（最好在高中最后一年内完成），因为在大学申请调整措施时需要提供最新的评估报告。	**11和12年级**
参与完成你的离校总结	■ 与你的IEP团队合作完成离校总结。利用这次经历反思你的挑战和成功，并规划后续步骤。	**12年级**
整理申请调整措施所需的文件	■ 你需要提供最新评估报告、IEP和离校总结（或其他相关文件）的副本，以便申请调整措施。将这些材料整理成一个文件夹，以便随时提交给大学的无障碍办公室。 ■ 向学校咨询是否能以电子方式与你的心仪大学共享这些文件。在你的IEP会议上讨论这一选项。	**12年级**
整理医疗保健文件	■ 大学可能需要你提供疫苗接种记录，请与你的医生协调在适当时间发送这些记录。 ■ 与家人讨论是否需要医疗信息授权书或医疗代理委托书。这些文件允许你信任的人在你遇到紧急情况或需要医疗保健支持时代表你与医疗专业人员沟通。	**12年级**

培养技能

规划高中毕业后的生活，一部分在于培养你在未来道路上所需具备的**各项技能**。在你的人生历程中，你一直在培养这些技能，而高中阶段正是实现重大发展的时期。

高中阶段需要培养的重要技能	
自我倡导技能	你比任何人都更了解你自己。在大学里，你需要大胆发声，表达需求。你需要自行申请调整措施，并与大学教职员工和工作人员讨论你的调整措施方案。如果你的调整措施方案遇到困难，你需要与教师和大学工作人员进行沟通。培养自我倡导的技能和自信对你在大学乃至未来的人生中取得成功至关重要。
自我意识	了解自己，了解自己的喜恶。密切关注你擅长的方面，以及你在哪些情况下最能取得成功。留意在学习中哪些支持对你有帮助。在大学期间，你的自我意识将帮助你明确需要申请哪些调整措施，并协助你解决问题。
独立生活技能	培养生活技能，例如独自出行、理财、做出财务决策、管理药物、洗衣服以及规划饮食。在大学里，你拥有很大的独立性，你将运用这些技能支持你在学习、职业发展以及未来生活中取得成功。
组织技能	提升你的时间管理、规划和决策能力，以帮助你应对大学课程和其他校园活动。

过渡规划、大学准备和大学申请方面的帮助

纽约市公立学校内外有许多人员和计划可帮助你顺利完成这些步骤，并规划从高中到高中毕业后生活的过渡。你的支持资源包括：

- 辅导员
- 大学与职业辅导老师
- 社工
- 个案经理
- 过渡协调员和过渡团队负责人
- IEP团队
- 教师和学校管理人员
- 高等教育参与经理以及**过渡与大学入学中心(TCAC)**的其他工作人员

在哪里可以找到更多信息和支持?

有许多工具和材料可以协助你规划高中毕业后的后续步骤。以下是NYCPS的一些重要规划资源。

- 高中毕业后
- 家庭过渡规划指南
- 残障学生过渡规划指南
- 大学及职业规划

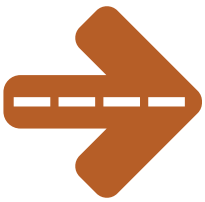
3 申请大学

本章要点

- 大学选择类型
- 评估你对大学的期望和需求
- 寻找符合你期望和需求的大学：创建你的心仪院校名单
- 特殊计划
- 大学申请
- 与你的残障相关的注意事项

高中毕业后有许多基于大学的教育和培训选择。

学术课程类别	完成课程后的收获	示例
教育证书	■ 完成大学规定的特定课程后获得的证书。 ■ 旨在使学生具备从事特定工作的资格。 ■ 学制长短不一，通常比学位课程短。	汽车技术、计算机编程、幼教助理、医学编码、药剂师助理、医疗助理、网页开发员



学术课程类别	完成课程后的收获	示例
副学士学位	■ 成功完成特定学习计划后授予的学位。 ■ 通常需要两年时间完成。 ■ 应用文科副学士(AAA)或应用理科副学士(AAS)通常旨在支持学生直接就业，不适用于转入学士学位课程。 ■ 文科副学士或理科副学士学位可作为攻读学士学位的途径。	会计学、儿童教育、计算机技术、刑事司法、文科、护理学、心理学专业文科或理科副学士 口腔卫生、医疗记录技术、呼吸治疗专业应用文科或应用理科副学士学位
学士学位	■ 成功完成特定学习课程后授予的学位。 ■ 通常需要四年时间完成。	人类学、教育学、美术、英语、历史、新闻学文学学士 会计学、生物学、生物医学工程、商学、数学、市场营销、物理学理学学士
非学分证书	■ 侧重职业发展，为顺利就业提供必要学术基础的证书。 ■ 为智力障碍学生拓宽接受大学教育的机会。	CUNY Unlimited学术与职业研究证书

创建你的心仪院校名单

你需要考虑自己在大学和职业发展方面的兴趣、期望和需求。然后，你可以进行调研，找到符合你兴趣和需求的大学。

调研结束后，创建你的意向大学名单。请记住，名单上应包含一些录取难度较高的院校（根据你的个人情况和院校录取标准）以及一些录取难度较低的院校。请确保你拥有多种优质选择。

完成大学申请

仔细阅读每所大学的申请说明，了解必要步骤，例如参加SAT等入学考试、请老师写推荐信以及撰写个人陈述或论文。

咨询你的大学顾问或辅导员，了解你是否符合大学申请**费用减免**条件。

特殊计划

大学内通常设有支持学生取得成功的特殊计划。了解是否有适合你的计划以及如何申请。许多计划需要你在大学申请表中填写专门的申请部分。一些计划示例包括：

- 高等教育机会计划
- 教育机会计划
- CUNY SEEK和CUNY College Discovery
- CUNY ASAP
- CUNY LEADS

记住你的残障相关需求

在规划大学生活时，请明确你的残障相关个人需求。为了解哪些大学最能满足你的需求，你可以采取以下步骤并提出以下问题。

调研

- 查找你正在考虑的每所大学中负责为残障学生提供支持的办公室名称。你可以在网上搜索。有些大学会使用“残障服务办公室”之类的名称，有些大学则可能称之为“无障碍中心”或类似名称。
- 考察该大学能在多大程度上满足你的特定需求。致电无障碍服务办公室咨询。
- 查阅各大学官网。了解学生申请调整措施的相关政策和程序。
- 参观大学，并提前计划与无障碍服务办公室的工作人员会面。询问学生如何申请调整措施，以及该校提供哪些类型的调整措施和支持服务。

向无障碍服务办公室咨询的问题

- ☐ 该校申请调整措施的流程是什么？
- ☐ 该校是否为所有学生提供其他支持服务（例如学业辅导）？
- ☐ 额外支持服务（非ADA规定范围）是否收费？如果收费，费用是多少？
- ☐ 告诉他们你认为自己需要哪些调整措施。该校是否会提供这些调整措施？
- ☐ 我需要提供哪些文件来证明我的残障状况，这些文件的日期需要多新？

请记住：ADA规定的调整措施必须免费。但该校可能还有其他收费服务。

与家人、校内辅导老师和其他支持者沟通

申请大学需要团队合作！你需要做出选择，并负责完成所有步骤。但你也并非孤军奋战。善用现有的支持是实现目标的明智之举。有些步骤需要由你的家人和校内辅导老师完成。与家人沟通并达成一致计划非常重要，这样他们才能了解需要采取哪些步骤为你提供支持。

查看这些大学申请建议，
它们将帮助你进行大学调研和申请。

4 支付大学费用

本章要点

- 大学费用
- 经济援助类型
- 申请经济援助（包括奖学金）
- 残障因素对经济援助的影响
- 从财务角度决定你要上哪所大学

大学费用

大学费用包括学费、杂费、书本和学习用品费，以及住宿、伙食和交通费用，这些加起来就是**总入学费用(COA)**。有些费用直接支付给大学。有些费用属于“间接”费用，你需要提前做好规划，例如学习用品费和往返校园的交通费。间接费用也可能涉及与残障相关的需求。

大学经济援助

你可以获得经济援助，用于支付全部、大部分或部分COA。大部分经济援助来自联邦政府、州政府和大学。这些经济援助可能包括：

- **助学金和奖学金**，你无需偿还这些费用，因此有时被称为“免费资金”。
- **贷款**，无论你是否完成大学课程，都必须偿还。
- **勤工俭学**，另一种形式的经济援助，为学生提供在校兼职工作的机会。

经济援助资格

大多数经济援助的资格取决于经济需求。经济需求由家庭收入和其他因素决定。**大多数经济援助要求申请人必须是美国公民、美国永久居民或其他符合条件的非公民。**

- **无证学生**可能有资格通过非公民《梦想法案》获得经济援助。
- **家长为无证移民的美国公民或永久居民学生**有资格通过FAFSA获得经济援助。

申请经济援助

要获得任何经济援助，你需要填写经济援助申请表。请咨询你的大学顾问或辅导员，了解关于这些表格及其申请流程的更多信息。

经济援助申请		
名称是什么?	**用途是什么?**	**我应该填写吗?**
FAFSA	FAFSA是申请联邦政府经济援助的申请表。其他经济援助提供方（如州政府）也会将FAFSA作为其申请流程的一部分。 FAFSA是申请经济援助流程的基础，其他表格需在提交FAFSA后提交。	公民、永久居民或符合条件的非公民**应该填写**；请与你的校内辅导老师讨论。
TAP	学费援助计划(TAP)是纽约州为符合条件的纽约州居民提供的经济援助。	纽约州居民在申请纽约州内的任何大学时**应该填写**。
CSS PROFILE	部分私立大学要求申请人除了提交FAFSA和TAP外，还需提交CSS PROFILE财政援助申请表。这些大学使用CSS PROFILE评估学生是否有资格获得该校自有资源提供的奖学金或其他援助。	仅当你申请的大学要求在提交FAFSA之外还需提交此表格时才需填写。

奖学金

你还可以申请专项奖学金。奖学金种类繁多，资格认定标准也各不相同。你可在此处了解更多关于奖学金的信息：

- 联邦学生援助——奖学金
- 大学理事会Big Future
- Career One-Stop奖学金搜索

有些奖学金专门面向残障学生。纽约市市长残疾人办公室(MOPD)能提供有关残障人士奖学金的信息。

你将获得多少援助?

每所录取你的大学都会向你发送一份**经济援助发放通知书**。该通知书将:

- 概述你的经济援助方案
- 概述总入学费用(COA)
- 列出你已获得的用于支付相关费用的任何经济援助
- 可能以摘要形式载列于你的大学门户网站申请账户
- 可能包含多种类型的经济援助

大学相关财务决策

选择大学需要考虑诸多因素。其中一个主要因素是费用——选择大学是一项财务决策。与家人、大学顾问和其他信任的人讨论不同大学为你提供的经济援助方案。有些大学可能提供大量助学金且学费较低,因此你无需贷款。而有些大学可能只提供大额贷款,助学金却很少。

一些在线工具可以帮助你评估大学提供的经济援助方案。所有这些工具(包括大学费用计算器)都能帮助你和家人了解每所大学是否在你们的承受范围内以及相关贷款的还款细则。你的辅导员或大学顾问可以帮你解答这些问题。你也可以联系大学的经济援助办公室获取相关信息。

帮助了解大学费用的资源

https://studentaid.gov/

这是美国教育部网站,其中包含有关大学费用以及如何申请经济援助的信息。联邦学生援助估算器可帮助学生预测其是否有资格获得联邦经济援助。

https://www.hesc.ny.gov/home/

这是纽约州高等教育服务公司网站,介绍了纽约州经济援助以及更广泛的经济援助。

https://finaid.org/

该网站由一家非营利公共服务组织运营,为大学生提供有关经济援助的信息以及如何管理大学费用的建议。Finaid.org提供多种计算器,帮助你就做出大学相关财务决策。

接受经济援助

与家人和顾问共同审阅经济援助发放通知书后，你需要完成以下步骤正式接受学校的录取和经济援助：

- 确定你将就读的大学，
- 在该大学的门户网站登录你的账户，
- 点击你接受的各项经济援助。
- 如果你不确定如何接受所提供的经济援助方案，请联系该大学的经济援助办公室。

残障学生的经济援助例外情况

大多数经济援助要求学生全日制就读，且覆盖的学期数有限。但是，如果你是残障学生，这些要求可能会有例外。你可以在此处找到更多信息。

请注意，你就读大学的每一年都需要申请经济援助。你所在大学将每年根据你和家人的收入以及其他因素重新评估你的经济援助资格。此流程通过你的FAFSA和你需要提交的任何其他经济援助表格（如TAP申请表）进行。

有关经济援助申请的更多信息和建议，请查阅支付大学费用。

5 大学调整措施

本章要点

- 你的IEP在大学不再适用
- 大学调整措施
- 确定你需要的调整措施
- 申请调整措施
- 《家庭教育权利和隐私法案》(FERPA)
- 医疗信息授权和医疗代理

进入大学后，你的IEP将不再适用。你在高中阶段获得的任何校内服务或调整措施，在大学里都不会继续提供。你需要归还学校根据你的IEP提供的所有设备。



但是，作为残障大学生，你可能有资格获得一些调整措施。

大学还提供各种支持和服务，帮助所有学生取得成功，例如学业辅导、学业指导、教授指导时间、导师指导、职业咨询和医疗服务。

调整措施及其获取方式

调整措施指为确保残障学生在大学中能与其他学生一样享有同等机会而做出的调整。有时，大学会使用“学术调整”一词指代为大学课程提供的调整措施。

与高中或学区不同，大学没有法律义务去甄别残障学生。申请大学时以及入学后，你均无需说明自己的残障状况。但是，如果你需要学术调整或任何类型的合理调整措施，**则需要你主动开始相关流程。**

作为纽约市学生，你还有机会在高中毕业后，将你的残障相关文件以电子形式共享给你选择的高等教育机构。这有助于推进调整措施资格认定流程，确保所有最新文件（例如你的IEP和最新评估结果）能及时以你的名义进行共享。请咨询你的IEP团队，了解更多关于此流程的信息。



你需要主动开始相关流程。

在你申请调整措施并获得批准后，你将收到一份调整措施方案。此方案概述了你将在课程或其他大学活动中获得的具体调整措施。有时这也被称为“调整措施安排信”。你必须每学期（或每季度）重新申请调整措施，才能收到新的调整措施方案。

调整措施详解：关键术语	
无障碍服务	无障碍服务是学院或大学中负责协调为残障学生提供调整措施和服务的部门。大学可能会使用其他类似名称，例如残障服务办公室、无障碍资源中心或无障碍办公室。
替代格式	替代格式指除标准印刷版外，提供学习材料的不同形式。替代阅读格式包括电子文本、盲文或音频录音。
辅助技术(AT)	辅助技术(AT)指任何有助于阅读、写作或动作等功能的物品、软件、工具或程序。AT可以包括电子设备以及手机上的应用程序。其他类似术语包括适应性技术和适应性设备。你可以在此处了解更多信息。请注意，你必须归还高中或大学提供的所有设备。
证明文件	证明文件指你提供的关于自身残障状况的书面证据。这可以包括医疗报告、你的最新IEP和评估报告。在申请调整措施之前，请务必查看大学要求提供哪些证明文件（如有）。
自我披露	自我披露指你主动提供有关自身残障状况的个人信息，以便在大学或工作场所获得ADA规定的调整措施。是否说明残障状况由你自行决定。除提供调整措施所需外，大学必须对你的信息保密。
通用设计	通用设计是一种打造建筑、产品、学习体验或服务的理念，旨在让所有人（包括残障人士）都能无障碍使用。

调整措施的具体内容因你的需求而异。

学术调整措施示例

- 延长考试时间
- 优先选择教室座位
- 专门的考试空间
- 教室内配备美国手语翻译
- 使用辅助技术进行阅读或打字
- 讲座录音
- 讲义
- 笔记协助
- 定期提供学业表现反馈
- 课堂休息时间
- 提前通知作业和考试安排
- 提供有声读物
- 使用语音转文本软件
- 服务性动物
- 减少课程负担（同时保持全日制学生身份以获得经济援助）

非学术调整措施示例

- 住宿相关调整措施，例如入住带电梯的建筑楼或单人间
- 校园内携带支持性动物
- 餐饮相关调整措施，例如提供特定食物

了解调整措施申请流程

大学调研时，请了解调整措施的申请流程，特别是你非常感兴趣的大学。你可以在大学官网上找到这些信息。



申请调整措施

选定大学后，**请联系无障碍办公室，了解并启动申请调整措施的流程**。你可以随时申请调整措施，但尽早联系将有助于确保大学有充足的时间审核你的申请并提供相应的调整。

申请调整措施是你与残障办公室之间的一种互动。没有针对特定残障的固定调整措施方案。所有调整措施都取决于你的大学课程、住宿和医疗保健情况以及你的需求。



请联系无障碍办公室，了解并启动申请调整措施的流程。

你还可以向无障碍办公室咨询你可能感兴趣的其他校园资源和服务。你可以了解以下信息：

- 个人或小组技能培训工作坊（例如时间管理）
- 辅导服务
- 医疗服务
- 导师计划
- 校园内由学生主导的残障人士组织

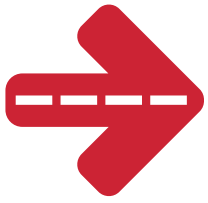
你的调整措施申请获得批准后，无障碍办公室将以信函形式汇总相关内容。通常，该信函会发送给相关教师。在某些情况下，你需要将该信函发送给你的教师，表明你将使用信函中列出的调整措施。该信函不会透露你的残障状况或诊断结果。它仅概述你已获准使用特定调整措施。

请与无障碍办公室保持联系。如果你遇到任何困难，请尽快告知他们，以便探讨解决方案。



申请调整措施检查清单

- [ ] 查看你的课程：确定需要调整措施方案（安排信）的障碍。
- [ ] 列出能够消除这些障碍的调整措施清单。
- [ ] 查看你的住宿和餐饮需求（如果你计划住校），以确定任何需要调整措施方案的障碍。
- [ ] 阅读大学官网上的指南，了解申请调整措施的步骤。
- [ ] 在大学官网上查找申请调整措施的表格或信函模板，帮助你撰写申请。
- [ ] 与无障碍办公室预约，讨论你的申请。
- [ ] 提交你的调整措施申请。
- [ ] 向无障碍办公室的工作人员咨询其他可能对你有帮助的活动或支持。
- [ ] 如果在规定的时间内没有收到回复，请跟进你的申请。
- [ ] 仔细阅读调整措施方案，确保理解其内容，并确认其中包含你认为所需的项目。（如果未包含，你可以与无障碍办公室联系，商讨可能的调整。）
- [ ] 按照相关步骤，将你的调整措施方案告知教师。



《家庭教育权利和隐私法案》(FERPA)

还有一项与获取你的教育记录和个人信息相关的法律。《家庭教育权利和隐私法案》(FERPA)是一项联邦法律，它规定家长和监护人有权查阅其子女的教育记录，有权要求更正记录，并有权对教育记录中个人身份信息的披露进行一定程度的控制。

当你年满18岁，或已入读大学（不限年龄）时，FERPA项下的权利将从家长转移给你本人。这意味着大学工作人员只能直接与你分享信息，而不能与你的家长、监护人或任何其他人分享。但是，有时你可能需要家长或你生活中的其他人与大学沟通你的情况。在这种情况下，你需要签署一份授权书或FERPA豁免同意书。（还有其他类型的FERPA豁免同意书，例如你放弃查看某些记录的权利，如教授的推荐信。）

考虑大学期间所需的调整措施并准备提出申请时，你也应考虑是否希望或需要让家长或照护人访问你的学业记录和信息，以便其代表你进行沟通。

医疗信息授权和医疗代理

作为大学生，医疗保健服务提供者不得向任何人披露你的医疗信息。但在某些情况下，你可能希望或需要家长或其他信任的人访问你的医疗信息，并能够与你的医疗保健服务提供者沟通。为此，你可以签署医疗信息授权书或医疗代理委托书。请尽早与家人讨论，并了解更多相关信息。你应该在大学入学前完成相关表格的填写。大学官网上提供了医疗信息授权书相关信息。有关医疗代理的更多信息请访问：https://www.health.ny.gov/publications/1430.pdf

在**第6章“其他资源”**中，你可以找到CUNY和SUNY所有无障碍服务办公室的目录链接。你可以在线搜索其他大学的无障碍服务。

6 其他资源

本章要点

- SUNY和CUNY无障碍服务办公室目录
- 残障权利和服务信息
- 过渡规划、大学入学和经济援助支持

大学无障碍服务和残障计划

查找**纽约市立大学(CUNY)**和**纽约州立大学(SUNY)**无障碍服务和残障计划相关信息。

CUNY

CUNY在全市范围内设有多所学院和大学。每所院校均设有专门的残障或无障碍服务办公室，负责为残障学生提供学术调整措施和支持。

CUNY残障和无障碍服务：查找CUNY为残障学生提供的众多计划和服务相关信息，并查看此处列出的各CUNY院校残障和无障碍服务办公室的联系方式。

要开始此流程，请填写保密调整措施申请表，你可在其中安全上传医疗或残障相关文件以供审核。

如需了解更多信息，请访问CUNY Accommodate启动页面，该页面收录了日益丰富的实用资源库。如果你更喜欢书面说明，也可以下载CUNY Accommodate学生用户指南。

SUNY

SUNY在纽约州各地设有多所学院和大学。每所院校均设有专门的残障服务办公室。

SUNY残障服务办公室：在此可查找SUNY为残障学生提供的计划和服务相关信息，包括此处列出的各SUNY院校无障碍服务办公室的联系方式。

残障信息和法定权利

查找有关残障、残障公民权利以及支持大学生的各类资源的信息。

- **国家残疾大学生中心(NCCSD)**：NCCSD是一个联邦资助的国家中心，为未来和在读的残障大学生（包括非全日制学生和研究生）提供信息和资源。NCCSD网站提供了涵盖广泛主题的信息，面向学生、家庭、教师、教授以及任何对残障和高等教育存在疑问的人士。
- 教育部民权办公室
  - 准备接受高等教育的残障学生：了解你的权利和责任
  - 面向高等教育残障学生的辅助设施和服务
  - 残障学生向高等教育过渡：高中教育工作者指南
- 美国残疾人技术援助计划
- 司法部ADA
- 纽约市市长残疾人办公室
- **美国学习障碍协会**
  - 学生资源

残障服务系统和提供方

查找为残障人士提供服务的纽约州机构相关信息。

- **ACCES-VR**：ACCES-VR是一个纽约州机构，致力于帮助残障人士找到工作并稳定就业，并支持其独立生活。你最早可在高中三年级申请ACCES-VR支持，以获得职业和就业评估、培训以及职业辅导。根据学生的职业目标和大学规划，ACCES-VR可以为残障学生提供支持。请与你的校内辅导老师讨论你是否符合ACCES-VR资格，并访问ACCES-VR网站了解更多信息和此处提供的大学相关信息。
- **盲人委员会：**纽约州盲人委员会的使命是提高法定盲人的就业能力，最大限度地增强其独立性，并协助其发展自身能力和优势。
  - 如需了解更多信息或查找当地学区办公室，请致电：**1-866-871-3000**或发送电子邮件至离你最近的学区办公室。

- **发育障碍人士办公室(OPWDD)**：纽约州发育障碍人士办公室(OPWDD)负责协调为纽约发育障碍人士提供的服务，包括智力障碍、脑瘫、唐氏综合征、自闭症谱系障碍、普拉德-威利综合征和其他神经功能损害。OPWDD直接提供服务，并通过约450家非营利服务提供机构组成的网络提供服务。
- **独立生活中心**：独立生活中心(ILC)提供一系列服务，帮助纽约所有残障人士过上完全融入社会、自主自立的生活。ILC在生活、学习和就业的各个方面提供协助。其致力于识别并消除建筑、沟通和观念上的障碍，使残障人士能够充分参与当地社区及其他更广泛的社会生活。

大学入学计划和过渡规划资源

查找提供大学和职业咨询的信息和计划。

- TCAC
- INCLUDEnyc
- Think College
- 纽约市公立学校(NYCPS)，**家庭过渡规划指南**
- 联邦TRIO计划
- Gear UP

大学经济援助

查找有关如何管理大学费用和申请经济援助的信息。

- 联邦学生援助
- HESC
- UAspire
- 了解FAFSA
- Finaid
- 寄养青年大学学业成功计划(Foster Youth College Success Initiative)


6
其他资源
5
大学调整措施
4
支付大学费用
3
申请大学
高中阶段的大学准备
2
1
了解你的权利

NYC Public Schools

大学规划指南

面向残障学生、
IEP及504计划学生

请扫描二维码访问本指南的电子版。