



Knowledge That Makes a Difference

مرکز گذار به بزرگسالی / Transition to Adulthood Hub

این مرکز گذار به بزرگسالی چارچوبی برای حمایت از جوانان با ناتوانی‌های توسعه‌ای در گذار از دبیرستان به زندگی بزرگسالی ارائه می‌دهد.

ابزارهای برنامه‌ریزی برای افرادی طراحی شده‌اند که واجد شرایط خدمات پشتیبانی بزرگسالی از طریق "CLBC" Community Living BC خواهند بود، اگرچه ممکن است برای دامنه وسیع‌تری از افراد مفید باشد.

برای اهداف CLBC، افرادی که تحت عنوان "ناتوانی‌های توسعه‌ای" واجد شرایط پشتیبانی هستند باید دارای ناتوانی عقلانی تشخیص داده شده باشند.

هرگز برای شروع خیلی دیر نیست / It's Never too Late to Start

بسیار مهم است که فرآیند برنامه‌ریزی انتقال به دوران بزرگسالی هرچه زودتر، از سن ۱۳ یا ۱۴ سالگی آغاز شود. شروع زود هنگام، زمان کافی را برای ایجاد و اجرای یک برنامه انتقال فراهم می‌کند که جوان را برای بزرگسالی آماده کرده و تمامی گزینه‌ها را به طور کامل بررسی می‌کند.

چه کسانی و چند نفر ممکن است درگیر باشند / Who and How Many People May Be Involved

علاوه بر نوجوان و مراقبان آنها، تیم برنامه‌ریزی باید حداقل از دو عضو و حداکثر هشت عضو تشکیل شود.

اعضای اصلی تیم برنامه‌ریزی انتقال معمولاً شامل موارد زیر هستند:

- مدیر پرونده مستقر در مدرسه
- معلم
- ارائه‌دهندگان خدمات فعلی (در صورت وجود)
- مشاوران رفتاری
- مشاوران یا درمانگران
- کارکنان خدمات خارج از خانه
- پرستاران یا پزشکان
- مددکاران اجتماعی

اعضای اصلی تیم برنامه‌ریزی انتقال ممکن است شامل موارد زیر نیز باشند

- سایر کارکنان مستقر در مدرسه از جمله مدیر یا معاون مدیر
- دستیار آموزشی، کارکنان حمایت ABA و/یا کارکنان مراقبت از کودکان و نوجوانان
- مشاوران فارغ‌التحصیلی بومی مدرسه
- ارائه‌دهندگان خدمات بزرگسالان

جامعه زیستی بریتیش کلمبیا / Community Living BC

جامعه زیستی بریتیش کلمبیا (CLBC) یک آژانس دولتی است که تامین مالی برای ارائه‌دهندگان خدماتی که از بزرگسالان با ناتوانی‌های توسعه‌ای در زندگی روزمره و شمولیت اجتماعی حمایت می‌کنند، فراهم می‌کند. مسئولین CLBC با افراد و خانواده‌هایشان ارتباط برقرار می‌کنند تا خدمات پشتیبانی مورد نیاز را تعیین و درخواست کنند. این پشتیبانی‌ها شامل موارد زیر است:

● پشتیبانی شمولیت اجتماعی / Community Inclusion Support

مسئولین CLBC می‌توانند به شما در پیدا کردن راه‌هایی برای شرکت در جامعه کمک کنند. چهار نوع پشتیبانی شمولیت اجتماعی وجود دارد: اشتغال، توسعه مهارت، پشتیبانی مبتنی بر جامعه و پشتیبانی خانگی.

- [پشتیبانی اشتغال / Employment Support](#)

هنگامی که افراد درخواست پشتیبانی از CLBC می‌کنند یا پشتیبانی‌های موجود را تغییر می‌دهند، یک مسئول CLBC گزینه‌های مربوط به پیدا کردن اشتغال را بررسی خواهد کرد. این ممکن است شامل خدمات از طریق [WorkBC](#) باشد.

- [پشتیبانی‌های مسکونی / Residential Supports](#)

CLBC انواع مختلفی از پشتیبانی‌های مسکونی را تامین مالی می‌کند که شامل زندگی پشتیبانی شده، زندگی مشترک و اقامتگاه‌های دارای کارکنان است که در آن‌ها به افراد کمک می‌شود تا در محل زندگی خود زندگی کنند.

- [پشتیبانی رفتاری / Behavioural Support](#)

پشتیبانی رفتاری با همکاری فرد و اطرافیان به تغییر رفتارهای نامناسب و جایگزینی آن‌ها با مهارت‌های اجتماعی یا ارتباطی مثبت می‌پردازد.

- [استراحت برای خانواده‌ها / Respite for Families](#)

پشتیبانی استراحت زمانی را فراهم می‌کند که نیازهای اعضای خانواده برآورده شود، و به اعضای خانواده این امکان را می‌دهد که از این زمان برای خود استفاده کنند.

- [مرکز ارزیابی استانی / Provincial Assessment Centre](#)

مرکز ارزیابی استانی بخشی از جامعه زیست بریتیش کلمبیا (CLBC) است و به عنوان یک خدمت بهداشت روان ثالث تحت قانون بهداشت روان تعیین شده است. PAC موظف است خدمات بهداشت روان چند رشته‌ای را برای افراد ارجاع شده ۱۴ سال به بالا با ناتوانی توسعه‌ای و بیماری روانی همزمان یا مشکل رفتاری ارائه دهد.

- [ابتکار پشتیبانی شخصی سازی شده \(PSI\) / CLBC Personalized Supports Initiative](#)

PSI CLBC از خدمات برای بزرگسالان با ناتوانی‌های توسعه‌ای جدا است و خدماتی را برای بزرگسالانی فراهم می‌کند که هم محدودیت‌های قابل توجهی در عملکرد تطبیقی و هم تشخیص اختلال طیف الکل جنینی (FASD) یا اختلال طیف اوتیسم (ASD) دارند. PSI رویکردی فردی و شخصی‌سازی شده برای رفع نیازهای بزرگسالان واجد شرایط فراهم می‌کند و از پشتیبانی‌های موجود در جامعه برای کمک به حفظ یا افزایش استقلال افراد بهره می‌برد. PSI پشتیبانی‌های موجود را تکمیل می‌کند، نه اینکه جایگزین آن‌ها شود. در صورت لزوم، PSI بودجه برای پشتیبانی‌هایی مانند زندگی پشتیبانی شده، استراحت، پشتیبانی اشتغال، توسعه مهارت، پشتیبانی خانهدار و توسعه شبکه‌های پشتیبانی فراهم می‌کند.

نقش مدیر پرونده در مدرسه - Role of the School-Based Case Manager

مدیر اصلی در مدرسه مسئول اطمینان از این است که برای دانش‌آموزان با نیازهای شناسایی‌شده، یک مدیر پرونده در مدرسه اختصاص یابد. مدیران پرونده در مدرسه، در هماهنگی برنامه‌ریزی انتقال به عنوان بخشی از فرایند برنامه آموزشی فردی (IEP) نقش فعالی ایفا می‌کنند. آنها خدمات را هماهنگ کرده، با سایر اعضای کادر که با یک دانش‌آموز خاص کار می‌کنند، و همچنین اعضای سازمان‌ها و وزارتخانه‌های مرتبط، ارتباط برقرار خواهند کرد.

برنامه‌ریزی انتقال بلندمدت باید از ابتدای کلاس هشتم یا نهم به فرآیند IEP وارد شود. زمانی که دانش‌آموز به سن ۱۶ سالگی نزدیک می‌شود، مدیر پرونده، به طور نزدیک‌تری با دانش‌آموز، مراقبان آنها و سازمان‌ها و نهادهای دولتی و جامعه مناسب همکاری خواهد کرد تا از برنامه‌ریزی برای بزرگسالی حمایت کند.

علاوه بر برنامه‌ریزی و پشتیبانی از برنامه‌های مدرسه، مدیران پرونده در مدرسه، وظایف مهمی در کمک به دانش‌آموزان/خانواده‌ها برای آماده‌سازی انتقال به بزرگسالی دارند، از جمله

تایید صلاحیت جامعه زیستی بریتیش کلمبیا / Confirming CLBC Eligibility

برای واجد شرایط بودن برای خدمات CLBC، ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی فعلی باید به وضوح نشان دهد که یک دانش‌آموز معیارهای اختلالات شناختی [DSM-5](#) را برآورده می‌کند. DSM-5 به طور بین‌المللی به عنوان مرجع بالینی اصلی پذیرفته شده است و به روان‌شناسان، روان‌پزشکان و سایر متخصصان این امکان را می‌دهد که دامنه‌ای از شرایط شناختی، روان‌شناختی، روان‌پزشکی و مرتبط را با استفاده از اصطلاحات رایج و معتبر شناسایی و توصیف کنند.

ارزیابی روان‌شناختی - آموزشی / Psycho-Educational Assessment

مدیران پرونده مدرسه‌ای اطمینان حاصل می‌کنند که ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی انجام شده، به‌روز است و شامل مستندات مورد نیاز برای تعیین صلاحیت CLBC می‌باشد. گزارش ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی باید نشان‌دهنده تشخیص اختلال شناختی خفیف تا متوسط/شدید باشد.

اگر تشخیص اختلال شناختی خفیف تا متوسط/شدید در گزارش ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی ذکر نشده باشد یا گزارش ارزیابی وجود نداشته باشد، هنوز صلاحیت دانش‌آموز برای خدمات **Community Living BC (CLBC)** تعیین نشده است. بسته به سن آنها، باید به عنوان اولویت برای ارزیابی مدرسه‌ای در نظر گرفته شوند. ملاحظات زیر باید انجام شود

۱. ارجاع به تیم مدرسه ای / **Referral to School-Based Team (SBT)**. مدیر پرونده مدرسه باید نام دانش‌آموز را به SBT یا همان تیم مدرسه ای ارسال کند که نیاز به ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی را بررسی خواهد کرد. اگر SBT تعیین کند که باید ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی انجام شود، مدیر پرونده مدرسه فرم‌های ارجاع مناسب را تکمیل و ارسال خواهد کرد و نیاز به تعیین صلاحیت CLBC را ذکر خواهد کرد.

۲. **زمان بندی / Timing**. بهترین روش این است که ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی قبل از سن ۱۶ سالگی دانش‌آموز انجام شود تا از تأخیر در دسترسی و انتقال به خدمات بزرگسالی جلوگیری شود. در برخی موارد، والدین ممکن است ارزیابی خصوصی را در نظر بگیرند.

ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی باید با **فرم بررسی صلاحیت CLBC** که توسط یک روان‌شناس ثبت‌شده تکمیل شده است، همراه باشد.

برای اطلاعات بیشتر در مورد صلاحیت CLBC، لطفاً [اینجا](#) را ببینید

ارتباط با جامعه زیستی بریتیش کلمبیا / Connecting With CLBC

هنگامی که دانش‌آموز به سن ۱۶ سالگی رسید و ارزیابی روان‌شناختی-آموزشی با فرم تکمیل‌شده CLBC دریافت شد، مدیر پرونده مدرسه و تیم انتقال می‌توانند به حمایت از دانش‌آموز و خانواده در درخواست به CLBC بپردازند. ارتباط با CLBC و فرآیند درخواست بعدی به میزان راحتی و نیازهای والدین بستگی دارد. والدین ممکن است بخواهند

۱. مدارک ارزیابی را به CLBC برده و خودشان درخواست دهند
۲. از کارمند اجتماعی CYSN خود بخواهند که در فرآیند درخواست به آنها کمک کند؛ یا
۳. از مدیر پرونده مدرسه بخواهند که در فرآیند درخواست به آنها کمک کند.

در صورتی که مدیر پرونده مدرسه به خانواده کمک می‌کند، باید اطمینان حاصل کند که والدین رضایت آگاهانه برای افشای اطلاعات (امضا فرم‌ها) را ارائه داده‌اند. به‌علاوه، مدیر پرونده مدرسه ممکن است تصمیم بگیرد والدین/سرپرستان را به مدرسه دعوت کرده و تماس با CLBC را با هم انجام دهند.

زمانی که صلاحیت فرد تایید شد (به طور ایده‌آل، بین ۱۷ تا ۱۸ سالگی)، CLBC [کارگاه استقبال](#) برای والدین/سرپرستان و جوانان برگزار می‌کند. در [کارگاه استقبال](#)، CLBC یک [تسهیل‌کننده](#) تعیین می‌کند. این تسهیل‌کننده عضو کلیدی تیم انتقال می‌شود و زمان زیادی را صرف آشنایی با فرد و خانواده‌اش و جمع‌آوری اطلاعات در مورد نوع حمایت CLBC که آنها هنگام رسیدن به ۱۹ سالگی می‌خواهند، می‌کند.

راهنمایان خدمات به بزرگسالان با ناتوانی های رشدی / Services to Adults with Developmental Disabilities (STADD) Navigators

هنگامی که یک جوان صلاحیت دریافت خدمات CLBC را پیدا کرد، او همچنین واجد شرایط درخواست برای حمایت [راهنمای STADD](#) است. مدیران پرونده در مدرسه، باید اطمینان حاصل کنند که دانش آموزان با راهنمایان STADD متصل شوند، که بخشی جدایی ناپذیر از تیم برنامه ریزی انتقال دانش آموز و نقطه تماس اصلی برای خانواده ها خواهند بود.

والدین/سرپرستان می توانند با تماس تلفنی به STADD فرایند ارجاع را آغاز کنند. مدیران پرونده نیز می توانند دانش آموز را (با امضای رضایت برای افشای اطلاعات) از طریق [STADD Collaborate](#) [بیتفرم](#) برای خدمات راهنمایی ارجاع دهند. [STADD Collaborate](#) [بیتفرم](#) ابزاری مبتنی بر وب برای اشتراک گذاری اطلاعات است که اعضای تیم برای به اشتراک گذاشتن ایده ها، اهداف دانش آموز و مراحل مورد نظر استفاده می کنند.

مزایای افراد با ناتوانی ها / Persons with Disabilities (PWD) Benefits

[افراد](#) که واجد شرایط CLBC هستند، واجد دریافت مزایای شخص با ناتوانی (PWD) از دولت BC نیز هستند. مزایای PWD به افراد کمک مالی ماهانه، همچنین حمایت برای حمل و نقل/ کارت رفت و آمد حمل و نقل شهری (کامپس باس) و مزایای پزشکی ارائه می دهد. برای بیشتر افراد، PWD می تواند از زمانی که آنها به ۱۸ سالگی می رسند، آغاز شود.

دانش آموزان با نیازهای پزشکی در برنامه خانگی و مزایای افراد با ناتوانی / Student With Medical Needs On The [At-Home Program](#) And PWD Benefits

دانش آموزانی که در [برنامه خانگی](#) هستند باید مزایای PWD خود را در زمان رسیدن به ۱۸ سالگی در اختیار داشته باشند، زیرا بخش مزایای پزشکی PWD هزینه این خدمات را پوشش می دهد. عدم اطمینان از تکمیل به موقع درخواست های PWD می تواند منجر به تاخیرات قابل توجهی در دریافت ملزومات پزشکی در زمان رسیدن فرد به ۱۸ سالگی شود. اغلب این افراد دارای کارمندان اجتماعی هستند که از این موضوع آگاهند و به خانواده کمک می کنند تا اطمینان حاصل شود که درخواست PWD به موقع انجام می شود. با این حال، برای مدیران پرونده مهم است که با خانواده ها بررسی کنند تا نسبت به رعایت کردن این زمان بندی، اطمینان حاصل شود.

مزایای PWD برای جوانان در مراقبت دولتی از سن ۱۹ سالگی آغاز می‌شود، زمانی که وزارت کودک و رشد دیگر سرپرست نیست.

برنامه ریزی انتقال مبتنی بر فرد / Person Centred Transition Planning

برنامه‌ریزی مبتنی بر فرد یک فرآیند پیوسته برای انتخاب و سازماندهی خدمات و حمایت‌هایی است که یک فرد دارای ناتوانی ممکن است برای زندگی در جامعه به آنها نیاز داشته باشد. مهم‌ترین نکته این است که این فرآیند به‌وسیله فردی که از حمایت‌ها بهره‌برداری می‌کند، هدایت می‌شود.

ارزش‌های اصلی رویکرد مبتنی بر فرد شامل فردیت، حقوق، حریم خصوصی، انتخاب، استقلال، کرامت، احترام و مشارکت است. برنامه‌ریزی مؤثر مبتنی بر فرد شامل موارد زیر است

- مشارکت خانواده
- شناسایی و استفاده از هماهنگ‌کننده انتقال
- همکاری میان‌سازمانی
- مشارکت جامعه

استفاده از نقاط قوت فردی / Capitalizing on Individual Strengths

عملیات انتقال شامل شناسایی موفقیت‌های شخصی و فرصت‌ها و تجربیات مبتنی بر مدرسه است که دانش‌آموز از آنها لذت می‌برد و در آنها موفق است. برنامه‌ریزی انتقال مبتنی بر نقاط قوت می‌تواند به جوانان در تامین شغل، ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر و تجربه یک زندگی معنی‌دار در جامعه کمک کند.

بررسی گزینه‌ها و تصمیم‌گیری / Exploring Options and Decision-Making

اتخاذ تصمیمات مهم در مورد آینده، در حالی که در حال گذار به بزرگسالی هستید، برای جوانان و خانواده‌هایشان هم هیجان‌انگیز و هم چالش‌برانگیز است. این موضوع به ویژه برای جوانان با نیازهای خاص صادق است. آگاه بودن از گزینه‌ها، مسیرهای ممکن در زندگی و حمایت‌های مختلف موجود، بخش مرکزی این فرآیند تصمیم‌گیری است. تصمیمات شامل انتخاب‌های مربوط به تنظیمات زندگی آینده و مسائل مالی، ادامه تحصیل/آموزش، اشتغال، تفریحات جامعه و ارتباطات اجتماعی است.

تفکر در مورد آینده / Future Thinking

برنامه‌ریزی انتقال فرصتی برای ایجاد یک چشم‌انداز فردی برای آینده فراهم می‌آورد. این به نوبه خود جوانان را برای چالش‌ها و فرصت‌های جدید و هیجان‌انگیز آماده می‌کند.

از [چک‌لیست برنامه‌ریزی برای انتقال به بزرگسالی](#) استفاده کنید تا از فرآیند برنامه‌ریزی حمایت کرده و آن را مستند کنید. این چک‌لیست را به برنامه آموزشی فردی (IEP) پیوست کنید تا مرجعی برای افرادی که در برنامه‌ریزی انتقال دخیل هستند، باشد.

توسعه یک برنامه انتقال موفق / Developing A Successful Transition Plan

مرحله ۱: تشکیل تیم برنامه‌ریزی / Build a Planning Team

افرادی را انتخاب کنید که شما را به خوبی می‌شناسند و می‌توانند به شناسایی اهداف، نیازها و خدمات آینده شما کمک کنند. والدین، معلم، کارمند اجتماعی، ارائه‌دهندگان خدمات فعلی، سازمان‌های خدمات بزرگسالان و افرادی از شبکه پشتیبانی شخصی شما مانند همسالان، دوستان، همکلاسی‌ها و اعضای خانواده گسترده را در نظر بگیرید.

مرحله ۲: اشتراک‌گذاری اطلاعات / Information Sharing

اعضای تیم خود را در مورد اهداف، نقاط قوت و نیازهای خود مطلع کنید تا اطمینان حاصل شود که برنامه انتقال بر پایه شما متمرکز است.

مرحله ۳: برنامه‌ریزی انتقال / Transition Planning

وظایف مورد نیاز برای رسیدن به اهداف خود و همچنین خدمات و حمایت‌هایی که در حال حاضر استفاده می‌کنید و آنهایی که به عنوان بزرگسال نیاز خواهید داشت را فهرست کنید.

مرحله ۴: اجرای برنامه انتقال / Put Your Transition Plan into Action

هر عضو تیم بر روی وظایف خود کار خواهد کرد.

مرحله ۵: بروزرسانی برنامه انتقال / Update Your Transition Plan

نحوه پیشرفت هر یک از اعضا در انجام وظایف خود را زیر نظر داشته و در صورت لزوم برنامه را تنظیم کنید.

مرحله ۶: برگزاری جلسه پایانی / Hold an Exit Meeting

یک جلسه نهایی برنامه‌ریزی قبل از اتمام دبیرستان ترتیب دهید تا برنامه خود را نهایی کنید و بررسی کنید که چه وظایفی هنوز باید انجام شود.

مسیرهای فارغ التحصیلی / Pathways to Graduation

دانش‌آموزان با ناتوانی‌های ذهنی سه مسیر ممکن برای فارغ‌التحصیلی دارند

۱. **مدرک فارغ التحصیلی BC یا برنامه Dogwood:** به دانش‌آموزانی که موفق به تکمیل الزامات فارغ‌التحصیلی استانی شوند، اعطا می‌شود.

۲. **برنامه Dogwood بزرگسالان BC:** یادگیرندگان که ۱۸ سال یا بیشتر دارند، می‌توانند اعتبارهای کسب‌شده در مدارس متوسطه و پس از دبیرستان را برای دریافت دیپلم فارغ‌التحصیلی بزرگسالان BC (Adult Dogwood) ترکیب کنند. یادگیرندگان بزرگسال همچنین می‌توانند دیپلم Dogwood معمولی BC را دنبال کنند.

۳. **برنامه گواهی اتمام مدرسه (همیشه‌سبز)** برای دانش‌آموزان با ناتوانی‌های ذهنی که بر روی برنامه‌های مبتنی بر IEP کار می‌کنند **(برنامه‌های اصلاح شده)**

برنامه مدرک تکمیل مدرسه (Evergreen): برای دانش‌آموزان با ناتوانی‌های ذهنی که در حال کار بر روی برنامه‌های آموزشی بر اساس IEP (برنامه‌های اصلاح‌شده) هستند. برخی از دانش‌آموزان با ناتوانی‌های ذهنی قادر به اخذ دیپلم Dogwood یا دیپلم Adult Dogwood خواهند بود، در حالی که دیگران مسیر مدرک Evergreen را دنبال خواهند کرد. اعضای تیم آموزشی دانش‌آموز (از جمله والدین و دانش‌آموز) تصمیمات برنامه‌ریزی مربوط به مسیر فارغ‌التحصیلی را در پایان کلاس نهم اتخاذ خواهند کرد. تصمیم‌گیری در مورد برنامه‌های فارغ‌التحصیلی نباید قبل از کلاس دهم انجام شود.

دانش‌آموزان بزرگسال بدون فارغ التحصیلی / Adult Non-Graduated Students

اکثریت دانش‌آموزان در پایان سال دوازدهم با همسالان خود فارغ‌التحصیل می‌شوند. با این حال، در برخی شرایط، ممکن است مناسب باشد که یک دانش‌آموز به کارهای فارغ‌التحصیلی یا تکمیل برنامه Evergreen ادامه دهد. تأمین مالی برای دانش‌آموزان بزرگسال بدون فارغ‌التحصیلی با نیازهای ویژه واجد شرایط تأمین مالی ویژه آموزشی است اگر

- سطح ۱ – دسته‌بندی‌های A و B
- سطح ۲ – دسته‌بندی‌های C تا G
- سطح ۳ – دسته‌بندی H

برای جزئیات دسته‌بندی، به [فرم 1701](#) (راهنمای فرم‌های K-12) مراجعه کنید. برای واجد شرایط بودن، دانش‌آموزان بزرگسال بدون فارغ‌التحصیلی با نیازهای ویژه باید در حال کار بر روی اهداف تعیین‌شده در برنامه آموزشی فردی (IEP) خود باشند و

- در سال تحصیلی قبلی در فرم 1701 گزارش شده باشند (یعنی برنامه K-12 خود را بدون وقفه از زمانی که هنوز در سن مدرسه بودند ادامه دهند)؛ و
- برنامه خود را در همان مدرسه ادامه دهند (یعنی برنامه K-12 خود را بدون وقفه در همان مدرسه ادامه دهند که به مدرک فارغ‌التحصیلی BC، دیپلم فارغ‌التحصیلی بزرگسالان BC یا برنامه مدرک تکمیل مدرسه منجر شود)

تیم آموزشی (از جمله والدین و دانش‌آموز، در صورت لزوم) مسیر فارغ‌التحصیلی دانش‌آموز را مطابق با بهترین منافع دانش‌آموز و در چارچوب برنامه‌ریزی انتقال (با توجه به پروفایل، نیازها و علاقه‌های دانش‌آموز) تعیین خواهد کرد. برای اطلاعات بیشتر، به اطلاعات وزارت آموزش و پرورش در [اینجا](#) مراجعه کنید