|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | ਸੱਤਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਬਸੰਤ ਐਡੀਸ਼ਨ | | | | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਟੈਂਪਲੇਟHigh School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ) — ਖਬਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | |
| *Replace with School Contact Info* | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ  ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਿਡਲ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਾਲਗ ਜੀਵਨ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ, ਯਾਨੀ ਕਿ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਨਗੀਆਂ।  ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਲਾਹਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਉਂਦਾ ਹੈ:   * ਐਡਵਾਂਸਡ ਜਾਂ ਆਨਰਜ਼ ਕੋਰਸਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਡਵਾਂਸਡ ਮੈਥ) ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ * ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹਾਈ ਸਕੂਲ-ਪੱਧਰ ਦੇ ਕੋਰਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ) * ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਕਲੱਬ * ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਰੀਅਰ ਦੀ ਖੋਜ ਦੇ ਮੌਕੇ | | |  |  | ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹਨ  ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨਾ ਜਾਣ ਜਾਂ ਛੁੱਟਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ 3.0 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾ GPA (Grade Point Average, ਗ੍ਰੇਡ ਪੁਆਇੰਟ ਔਸਤ) ਹੋਣ ਅਤੇ ਗਣਿਤ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ 'ਤੇ ਵਧੀਆ ਸਕੋਰ ਪਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਹੋਰ ਲਾਭ ਵੀ ਹਨ:   * ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ, ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁਨਰ ਹੈ। | * ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿੱਚ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਅਤੇ ਹੁਨਰ 'ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿਚਲਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਭਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਨਮਾਨ ਕਮਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। * ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਖੇਡਾਂ, ਥੀਏਟਰ, ਸੰਗੀਤ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਠੋਸ ਬਾਲਗ ਸੰਬੰਧਾਂ, ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ, ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਮੌਕੇ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। * ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਵਧਾ ਕੇ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਸੀਬਤ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। | | | | |
|  |  |  |  | | |
| ਅਗਾਮੀ ਇਵੈਂਟਾਂ   * *Click here to enter text.* |  |  | **Graduation cap with solid fill**  ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?  ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਗੁਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। 9ਵੇਂ ਗ੍ਰੇਡ ਤੱਕ, ਨਿਯਮਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਤੋਂ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਦਰਾਂ ਦੇ 8ਵੇਂ-ਗ੍ਰੇਡ ਦੇ ਟੈਸਟ ਸਕੋਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| High School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ)  ਸੱਤਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਸਪ੍ਰਿੰਗ ਐਡੀਸ਼ਨ | gearup.wa.gov | | | | | |
|  | | | | | |
| ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਕੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? |  | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **ਮਾਰਗ** | **ਕਰੀਅਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ** | **ਸੈਂਪਲ ਨੌਕਰੀਆਂ** | | ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ | *ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ* | ਡੈਂਟਲ ਹਾਈਜੀਨਿਸਟ  ਫਿਜ਼ਿਕਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ  ਸਰਜਨ | | ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ | *ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ* | ਫ਼ਿਸ਼/ਵਾਈਲਡ ਲਾਈਫ਼ ਮੈਨੇਜਰ  ਸਮੁੰਦਰੀ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨੀ  ਵਾਟਰ ਕੁਆਲਿਟੀ ਟੈਕਨੀਸ਼ੀਅਨ | | ਰਚਨਾਤਮਕ/ਫ਼ਾਈਨ ਆਰਟਸ | *ਨਿੱਜੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।* | ਗ੍ਰਾਫਿਕ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ  ਫਿਲਮ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਐਡਿਟਰ  ਇੰਟੀਰੀਅਰ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ | | ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ | *ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ, ਹਿਲਾਉਣ, ਬਦਲਣ, ਚਲਾਉਣ ਜਾਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸਤੂਆਂ, ਡੇਟਾ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।* | ਏਅਰਕ੍ਰਾਫਟ ਮਕੈਨਿਕ  ਕੰਪਿਊਟਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਰ  ਪਲੰਬਰ | | ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ | *ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਉਤਪਾਦਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਡਿਲਿਵਰੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।* | ਅਕਾਊਂਟੈਂਟ  ਵਕੀਲ  ਰੀਅਲ ਐਸਟੇਟ ਏਜੰਟ | | ਲੋਕ ਸੇਵਾਵਾਂ | *ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ* | ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ  ਪੁਲਿਸ ਅਫਸਰ  ਸਮਾਜਕ ਸੇਵੀ | | | | |
| ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰੀਅਰ ਦੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਮਾਰਗਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।  ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਮੈਂ ਕੌਣ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ? ਮੈਂ ਕਿਸ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਹਾਂ? ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ? ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਾਜ਼ ਵਜਾਉਣਾ ਹੋਵੇ, ਅੱਜ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕੱਲ੍ਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਕਰੀਅਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। |
| ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਕਾਲਜ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, Advanced Placement (AP), ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਆਨਰਜ਼-ਪੱਧਰ ਦੇ ਕੋਰਸਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ (9ਵੇਂ ਤੋਂ 12ਵੇਂ ਗ੍ਰੇਡ) ਵਿੱਚ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। * ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰੀ-ਅਲਜਬਰਾ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ। * ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਓ, ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰੋ, ਸਾਰੀਆਂ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟਾਂ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਓ, ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਗ੍ਰੇਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। * ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹਨ। * ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡਾਂ ਜਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ। * ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। * ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਲੱਭੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। * ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਕਰੀਅਰ ਨਾਲ ਮੇਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਖੋਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ CareerBridge.wa.gov 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਦੇਖੋ। | | |  |  | ਮਿੱਥਬਸਟਰ  **ਮਿੱਥ:** ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਉੱਨੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।  **ਅਸਲੀਅਤ:** ਕੁਝ ਮਾਪੇ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਉੱਨੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਸਕੂਲ ਦੀ ਰੁਟੀਨ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਬੂਤ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮਿਡਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ, ਮਾਪੇ ਅਜੇ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ।  Harvard University ਦੇ Family Research Project ਤੋਂ ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਈ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ GPA, ਟੈਸਟ ਸਕੋਰ, ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।  ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅਕਸਰ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਰਣਾਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। |
|  |  |  |
| ਪਰਿਵਾਰਕ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਅਤੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਹੋਮਵਰਕ, ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। * ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ, ਓਪਨ ਹਾਊਸਾਂ, ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਕਨੈਕਟ ਕਰੋ। ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿਪ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਮਵਰਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣਾ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਦਿਲਚਸਪ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ - ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਹ ਖੇਡਾਂ ਜਾਂ ਅਕਾਦਮਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਬੰਧਤ ਕਲੱਬ ਹੀ ਹੋਣ। ਸੰਭਾਵੀ ਕਰੀਅਰ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। | | |