

1 Ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει έγκαιρα με το σύμβουλο σταδιοδρομίας στο σχολείο - υπάρχουν διαφορετικές διαδρομές, το VCE δεν είναι η μόνη επιλογή.

6 Βοηθήστε το παιδί σας να αναπτύξει καλές συνήθειες μελέτης - συμπεριλαμβανομένων τακτικών διαλειμμάτων.

2 Κανονίστε για τα σχολικά βιβλία πριν ξεκινήσει το σχολείο ώστε να μπορέσει το παιδί σας να εξοικειωθεί με τα θέματα.

7 Η ισορροπημένη διατροφή και η επαρκής ξεκούραση είναι σημαντικές.

3 Να έχετε στο σπίτι ένα ημερολόγιο με τις σημαντικότερες σχολικές ημερομηνίες.

8 Βεβαιωθείτε ότι το παιδί σας γνωρίζει ότι υπάρχει υποστήριξη - όπως από το τμήμα υγείας και ευεξίας του σχολείου και τις υπηρεσίες Kids Helpline, LifeLine, Headspace και Beyond Blue.

4 Μιλήστε με το παιδί σας για το πώς τα πηγαίνει στο σχολείο κι αν έχει τυχόν ανησυχίες - ενημερώστε το παιδί σας ότι είστε εκεί για να το βοηθήσετε ενώ παράλληλα σέβετε το χώρο του.

9 Αν το παιδί σας ανησυχεί για τα μαθήματα ή τα διαγωνίσματα, προσπαθήστε να παραμείνετε ήρεμοι και να ακούτε τις ανησυχίες του.

5 Ενθαρρύνετε το παιδί σας να συμμετέχει σε εξωσχολικές δραστηριότητες, όπως σπορ και μουσική.

10 Ενθαρρύνετε το παιδί σας να επισκεφθεί πανεπιστήμια και TAFE κατά τις ημέρες για το κοινό. Δεν είναι απαραίτητο για το παιδί σας να είναι στην Τρίτη Λυκείου για να παρευρεθεί.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το: www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school