

শিক্ষার্থীদের জন্য হাই স্কুলের পরের জীবন

হাই স্কুলে থেকে আপনার সন্তানের প্রাপ্তবয়স্ক হওয়ার জন্য প্রস্তুতি শুরু করার জন্য যেকোনো সময়ই ভালো সময়। নিচে পিতামাতা ও পরিবারের সদস্যদের জন্য তাদের সন্তানদের গ্র্যাজুয়েট হওয়ার পরে সাফল্য, স্বাধীনতা এবং পূর্ণতার দিকে পরিচালিত করতে সহায়তা করার কিছু পরামর্শ রয়েছে।

আপনার সন্তানকে হাই স্কুলের পরের জীবনের জন্য প্রস্তুত করতে সাহায্য করুন

- **ভবিষ্যতের কর্মসংস্থানের পরিকল্পনা করার** পাশাপাশি আপনার সন্তানের আগ্রহ ও পছন্দগুলোকে বিবেচনা করুন। স্কুল বা চাকরির প্রশিক্ষণ কর্মসূচির দ্বারা করা অন্য যেকোনো মূল্যায়নের মতোই এগুলো বিবেচনা করতে হবে।
- **আপনার সন্তানকে কর্ম-ভিত্তিক শিক্ষার সুযোগ প্রদান করুন** যা তাকে কাজের জগতে উপলভ্য বিভিন্ন সুযোগ অন্বেষণ ও অভিজ্ঞতা নেওয়ার সুযোগ দেবে। উদাহরণস্বরূপ, আপনার সন্তান কর্মক্ষেত্রে পরিবারের একজন সদস্য বা বন্ধুকে অনুকরণ করতে পারে, কমিউনিটিতে স্বেচ্ছাসেবক হতে পারে বা ইন্টার্নশিপ খুঁজে নিতে পারে।
- প্রাপ্তবয়স্ক জগতের জন্য স্কুলের নির্দিষ্ট লেসনগুলো কীভাবে প্রযোজ্য তা দেখিয়ে **আপনার সন্তানের স্কুল অ্যাসাইনমেন্টকে কাজে লাগাতে** পারেন। উদাহরণস্বরূপ, আপনি অর্থ ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে কথা বলতে আপনার সন্তানের গণিত দক্ষতার অ্যাসাইনমেন্ট ব্যবহার করতে পারেন।
- **একা করবেন না!** আপনি কোনো টিম মিটিংয়ে যোগদান করার সময় আপনার সাথে এমন অন্যদের নিয়ে আসুন যারা আপনার এবং আপনার সন্তানের পক্ষে সর্বোত্তম সহায়তা ও সমর্থন করতে পারে, যেমন কোনো কেয়ার কোঅর্ডিনেশন প্রোভাইডার, এমনকি কোনো অভিভাবক যিনি আগে এই প্রক্রিয়ার মধ্য দিয়ে গিয়েছেন। প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য পরিষেবা প্রদান করা সংস্থার সাথে যোগাযোগ করুন যেমন Office for People With Developmental Disabilities (OPWDD) অথবা Adult Career and Continuing Education Services - Vocational Rehabilitation (ACCES-VR), Office of Mental Health (OMH) এবং Commission for the Blind।

আপনার সন্তানকে আরো স্বাধীন হতে সাহায্য করুন

- **যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার সন্তানকে তাদের নিজস্ব পছন্দ বেছে নিতে দিন** এবং তাদের নিজস্ব পছন্দ প্রকাশ করতে উৎসাহিত করুন।
- আপনার সন্তানকে তার স্বাধীনতার দিকে সর্বোত্তমভাবে এগিয়ে যাওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় আবাসন ও কাঠামো দিয়ে **সেট আপ করতে সহায়তা করুন**। এর মধ্যে ভ্রমণ প্রশিক্ষণ, সহায়ক প্রযুক্তি, আবাসন বা চাকরির কোচ অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।
- **প্রতিবন্ধীদের চ্যালেঞ্জগুলো নিয়ে আলোচনা করতে দ্বিধা করবেন না।** স্বীকার করুন যে সমস্যা আছে, এবং সমাধান, ইতিবাচক উৎসাহ ও সমর্থন প্রদান করতে ভুলবেন না। একজন প্রতিরক্ষামূলক অভিভাবক এবং একজন অভিভাবক যে তাদের সন্তানকে যুক্তিসঙ্গত ঝুঁকি নিতে দেয়, এই দুইয়ের মধ্যে একটি সুস্থ ভারসাম্য বজায় রাখুন।
- **আপনার সন্তানকে তার প্রতিবন্ধিত্ব সম্পর্কে জানতে** এবং তার যেকোনো চাহিদা সম্পর্কে কীভাবে জানাতে হবে সেই বিষয়ে সাহায্য করুন।
- **আপনার সন্তানকে তার পরিকল্পনা নির্ধারণ করার দলের একজন প্রধান অংশ হতে উৎসাহিত করুন**। আপনার সন্তানকে তার নিজের শিক্ষাগত ও কর্মসংস্থান সম্পর্কিত পরিকল্পনা ও সিদ্ধান্ত গ্রহণে অংশগ্রহণের জন্য আগাম প্রস্তুত করুন। একজন প্রাপ্তবয়স্ক এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তি হিসেবে তাদের অধিকার ও দায়িত্ব সম্পর্কে তাদের শেখান।