

Cha Mẹ & Người Chăm Sóc 2009-2010

Bản Hướng dẫn dành cho cha mẹ và người chăm sóc

Giúp con bạn trong việc học tập và lựa chọn nghề nghiệp

Hướng dẫn này cho quý vị biết về những thay đổi chính trong giáo dục và đào tạo. Nó cũng cung cấp một số chỉ dẫn thực tế về việc quý vị có thể giúp các con ở độ tuổi vị thành niên có thể đưa ra quyết định đúng đối với chúng.

Những thay đổi trong giáo dục và đào tạo cho những trẻ vị thành niên ngày nay nhiều lựa chọn hơn bao giờ hết. Quyết định làm việc gì có thể làm chúng vừa hứng thú, vừa bớt rối và lo lắng nữa. Quý vị biết rõ con mình nhất và có một vai trò quan trọng trong việc giúp chúng lựa chọn đúng đắn trong lúc này và trong tương lai. Bằng chứng cho thấy trẻ ở độ tuổi vị thành niên đánh giá cao những gì cha mẹ và người chăm sóc của chúng nghĩ, thậm chí nếu hành vi của chúng có thể hiểu theo nghĩa khác.

NHỮNG THAY ĐỔI TRONG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

Mục tiêu

Với một nền kinh tế toàn cầu đang tăng trưởng, những người trẻ tuổi ở Vương quốc Anh sẽ cần những mức kỹ năng cao hơn so với trước kia. Giáo dục và đào tạo đang được đổi mới để đáp ứng những nhu cầu của thế giới đang thay đổi. Mục tiêu của nó là nhằm bảo đảm rằng:

- Tất cả thanh niên có được những kỹ năng họ cần cho học tập, làm việc và cuộc sống của người trưởng thành – bao gồm những tiêu chuẩn tốt về tiếng Anh và toán
- Có một lựa chọn phù hợp với mọi thanh niên trẻ
- Mỗi lựa chọn đưa đến việc chọn một con đường thông qua học tập và đưa tới công việc.

Những kỹ năng cơ bản

Tất cả những chương trình học và hầu hết các bằng cấp hiện nay dạy những kỹ năng cơ bản cho việc học, làm việc và cuộc sống của người trưởng thành. Những kỹ năng thiết thực là những kỹ năng thực hành tiếng Anh, toán và ICT mà tất cả chúng ta sử dụng hàng ngày và hiện nay được dạy trong chương trình trung học. Những kỹ năng thiết thực là một phần của Bằng cấp và, từ tháng Chín 2010, của các chương trình GCSE và chương trình Thực tập.

Các lựa chọn nâng cao

Các hành động để bảo đảm rằng có một lựa chọn phù hợp cho mọi thanh niên bao gồm:

- Xây dựng những chương trình học tập mới và những lựa chọn cho các thanh niên cần thêm sự hỗ trợ để xây dựng sự tự tin và nhận được những đào tạo cơ bản
- Củng cố những bằng cấp hiện có như GCSE và trình độ A do đó những bằng cấp này vẫn phù hợp với mục đích và trang bị cho thanh niên trẻ trong việc học ở bậc cao hơn và làm việc
- Giới thiệu Chứng chỉ, một loại bằng cấp hoàn toàn mới. Với việc phối hợp các hoạt động trong lớp học và những kinh nghiệm thực tiễn, nó phù hợp với các em với mọi khả năng, các em muốn học theo cách thực tế trong cuộc sống thực. Nó có các cấp độ Cơ bản (Foundation), Bậc cao (Higher) và Nâng cao (Advanced). Không phải hiện nay đã có tất cả các loại Chứng chỉ đều có trong tất cả các lĩnh vực và trẻ vị thành niên của quý vị nên kiểm tra lại với trường học hoặc trường cao đẳng của chúng để xem có những loại Chứng chỉ nào

- Mở rộng các chương trình Thực tập cho những người muốn tìm kiếm sự thành đạt trên cơ sở công việc. Các chương trình Thực tập tạo cho các thanh niên thu nhận được kiến thức trong khi đang làm việc. Trong một số lĩnh vực, các chương trình Thực tập sinh trẻ dạy cho những em từ 14-16 tuổi
- Bảo đảm tất cả các em ở độ tuổi 16 và 17 một nơi thích hợp thông qua chương trình Bảo đảm Tháng Chín.

Tiến trình Hỗ trợ

Những thay đổi bảo đảm tất cả các lựa chọn sẽ đi đến đâu đó. Các thanh niên trẻ sau đó có thể thay đổi định hướng nếu muốn, nhưng cần kiểm tra rằng những lựa chọn họ quyết định không hạn chế những lựa chọn tương lai của các em.

Tìm hiểu thêm

Hãy xem bản mở rộng, trực tuyến của hướng dẫn này tại địa chỉ **www.connexions-direct.com/parentcarer** nơi quý vị cũng có thể tiếp cận các bản dạng pdf và bản chỉ có chữ của tài liệu này. Hãy xem thêm mục ‘Parents’ (‘Cha mẹ’) và ‘Young people’ (‘Thanh niên trẻ’) của **www.direct.gov.uk**. Nếu quý vị không có máy tính tại nhà, quý vị có thể vào mạng in-tơ-nét tại thư viện công cộng ở địa phương hoặc trung tâm Connexions.

GIÚP CON BẠN LỰA CHỌN PHÙ HỢP

Những thông tin tốt là chìa khóa để đưa ra những lựa chọn thành công. Giúp các con ở độ tuổi vị thành niên của quý vị có lựa chọn phù hợp với các em, nghĩa là kiểm tra xem chúng biết những cơ hội của chúng là gì và những điểm mạnh và quan tâm của chúng ở đâu.

Thông tin về các lựa chọn

Có ít lựa chọn hơn trong giai đoạn chủ yếu 4 so với giai đoạn sau 16 vì một số môn học là bắt buộc. Ví dụ tất cả các em đều phải học tiếng Anh, toán và khoa học.

Quý vị có thể hỗ trợ các con ở độ tuổi vị thành niên của mình như thế nào

Giúp các em tìm hiểu càng nhiều càng tốt về những khóa học và bằng cấp đang có. Khuyến khích các em:

- Đọc những thông tin các em có từ trường học – nếu các em quyết định những lựa chọn cho giai đoạn chủ yếu 4, hãy kiểm tra xem các em có biết những môn gì là bắt buộc và những gì là tùy chọn
- Sử dụng các hướng dẫn 14-19 trực tuyến ở địa phương để có thêm thông tin về những cơ hội ở địa phương – các em có thể tìm được thông tin tại địa chỉ **www.direct.gov.uk/14-19prospectus**
- Lập một danh sách gồm tất cả các câu hỏi các em có về những lựa chọn mà các em quan tâm, các lựa chọn đó dẫn đến đâu và những hỗ trợ tài chính có sẵn
- Nói chuyện với những người biết những điều các em cần biết – ví dụ, những người điều hành và lựa chọn những chương trình họ quan tâm, giáo viên của các em, người điều phối chương trình sự nghiệp và cố vấn cá nhân của chương trình Connexions
- Đăng ký những khóa học thử và đến thăm để tìm hiểu thêm về những gì một lựa chọn có
- Kiểm tra thời hạn đăng ký, đặc biệt là chương trình sau – 16 tuổi, vì những lựa chọn phổ biến có thể hết rất nhanh.

Những bằng cấp tốt hơn mang lại cơ hội nghề nghiệp tốt hơn, thu nhập cao hơn và thỏa mãn nghề nghiệp lớn hơn. Những công việc cho những người không có bằng cấp đang biến mất nhanh chóng. Nếu con quý vị đang quyết định sẽ làm gì sau – 16 tuổi, hãy khuyến khích các em quyết định một lựa chọn bao gồm cả việc học hành trong tương lai, bao gồm cả việc học đại học. Hãy lưu ý các em rằng không con đường nào là đúng đối với các em chỉ vì tầng lớp xã hội của các em, và rằng hầu hết các thanh niên đều tiếp tục việc học tập hoặc đào tạo khi họ rời trường học.

Điểm mạnh và sở thích

Con quý vị có thể có cơ hội thành công nhiều hơn nếu lựa chọn của các em phù hợp với điểm mạnh và mối quan tâm của chúng.

Giúp các em xác định điểm mạnh và sở thích

Khuyến khích các em nói về:

- Những bài học các em thích nhất và chán nhất
- Những hoạt động trong lúc rảnh rỗi
- Các em cảm thấy thế nào về những loại bài học khác nhau
- Các em thấy thế nào về những bài kiểm tra, thi và những dự án cụ thể.

Quý vị cũng có thể làm việc với các em về những hoạt động trong **Con đường nào đây? (Which way now?)** khi xem xét những lựa chọn trong giai đoạn chủ yếu 4, hoặc **Đó là lựa chọn của bạn (It's your choice)** sẽ xem xét những lựa chọn ở giai đoạn sau -16 tuổi. Nếu các em nghĩ sẽ tốt hơn khi làm việc đó trực tuyến, khuyến khích các em sử dụng những phiên bản tương tác của tạp chí tại địa chỉ www.connexions-direct.com/whichwaynow and www.connexions-direct.com/itsyourchoice

Giúp các em tìm những sự liên hệ giữa những gì các em chọn để làm bây giờ và những gì các em muốn làm trong tương lai

Khuyến khích các em nói chuyện về những mong muốn và quan điểm về tương lai và về bất kỳ ý tưởng nào các em có về công việc hoặc việc học tập. Bảo đảm với các em rằng sẽ không có vấn đề gì nếu các em không có những kế hoạch rõ ràng. Các em có thể lựa chọn những cơ hội mang lại nhiều lựa chọn trong tương lai.

Nếu các em đã lựa chọn sẵn một nghề nghiệp nào đó, các em có thể cần những kinh nghiệm, môn học và bằng cấp cụ thể và những bước để làm việc đó. Khuyến khích các em tìm hiểu thêm bằng cách tìm hiểu những nghề nghiệp mà các em thấy hứng thú tại **jobs4u** tại địa chỉ www.connexions-direct.com/jobs4u và tìm hiểu những yêu cầu tham gia khóa học tại sách hướng dẫn cho tuổi 14-19 trực tuyến tại địa phương.

Hãy thử thách một cách nhẹ nhàng bất kỳ lựa chọn nào làm quý vị lo lắng

Ví dụ, quý vị có thể muốn thử thách một lựa chọn vì quý vị cảm thấy con mình:

- Chưa tiến hành nghiên cứu đầy đủ
- Đánh giá quá cao hoặc quá thấp mong muốn của chúng và những khả năng trong môn học
- Bị ảnh hưởng quá nặng từ những người các em nghĩ là sẽ dạy khóa học, những gì bạn bè các em nói hoặc lo lắng sẽ trở thành một cậu bé hoặc cô bé duy nhất trong nhóm.

Hỗ trợ các quyết định của các em

Nếu quý vị không đồng ý với những lựa chọn của con cái mình, hãy cố gắng nhượng bộ một cách nhẹ nhàng. Cho các em biết những gì quý vị muốn là những điều tốt nhất cho chúng bằng cách chấp nhận rằng đó là lựa chọn của các em. Nếu sau đó chúng nhận thấy rằng chúng đã đưa ra quyết định sai lầm, chúng sẽ cần sự hỗ trợ của quý vị để đối phó với những hậu quả.

Khuyến khích các em có kế hoạch dự phòng

Các em có thể không có khả năng gắn kết giữa những điều các em muốn làm vì một loạt các vấn đề thực tế. Có một kế hoạch dự phòng sẽ làm cho chúng cảm thấy dường như chúng vẫn còn có sự kiểm soát với những gì diễn ra.

AI CÓ THỂ GIÚP QUÝ VỊ?

Quý vị có thể nhờ sự giúp đỡ từ những giáo viên dạy các môn học và các giáo viên hỗ trợ. Quý vị có thể tư vấn những người và các tổ chức dưới đây. Tìm hiểu thêm tại phiên bản đầy đủ của hướng dẫn này tại www.connexions-direct.com/parentcarer

Nói chuyện với nhà tư vấn cá nhân Connexions của con mình

Nhà tư vấn cá nhân cung cấp thông tin, lời khuyên và hướng dẫn về các khóa học, cơ hội đào tạo, nghề nghiệp và các vấn đề khác mà thanh thiếu niên, cha mẹ và những người chăm sóc quan tâm. Quý vị có thể thu xếp để gặp nhà tư vấn tuổi thanh thiếu niên của mình tại trường học hoặc trung tâm Connexions địa phương.

Nhà tư vấn cá nhân Connexions và Điều phối viên chương trình Những nhu cầu Giáo dục Đặc biệt (Special Educational Needs Co-ordinators) (SENCO) cung cấp cho các thanh thiếu niên cần những nhu cầu đặc biệt và những em bị tàn tật sự hỗ trợ thêm với kế hoạch chuyển đổi. Vào những năm Lớp 9, 10 và 11, cùng với những yêu cầu hàng năm đối với việc đánh giá những nhu cầu giáo dục đặc biệt, một kế hoạch chuyển đổi cho tuổi trưởng thành cũng cần phải được xây dựng. Kế hoạch chuyển đổi cần được vạch ra cùng với các em và là trung tâm của cuộc thảo luận, tập trung vào những quan tâm của các em và những gì các em muốn làm trong tương lai, có tính đến tất cả những lựa chọn cùng các em và cha mẹ hoặc người chăm sóc của các em. Các chuyên ngành khác liên quan đến cuộc sống thanh thiếu niên cũng có thể đóng góp. Khi Kế hoạch Chuyển đổi đã được xây dựng, cố vấn cá nhân Connexions sẽ giúp thực hiện chương trình này, bao gồm cả việc phối hợp cả những nhu cầu hỗ trợ đặc biệt cho các em. Connexions có thể tiếp tục cung cấp hỗ trợ cho tới tuổi 25.

Sử dụng Connexions Direct

Dịch vụ này dành cho các em từ 13 đến 19 tuổi việc tiếp cận nhanh với những thông tin và lời khuyên về một loạt các vấn đề tác động đến thanh thiếu niên. Việc tiếp cận thông tin thông qua trang web hoặc thông qua việc liên lạc với một cố vấn Connexions Trực tiếp. Trang web có một kho dữ liệu về nghề nghiệp **jobs4u** tại địa chỉ www.connexions-direct.com/jobs4u. Cố vấn Connexions Direct sẵn sàng tiếp các thanh thiếu niên từ 8 g sáng tới 2 g đêm, bảy ngày trong tuần qua điện thoại, nhắn tin hoặc email tại địa chỉ www.connexions-direct.com

Sử dụng Directgov tại www.direct.gov.uk

Đây là cửa hàng- một- điểm dừng với các thông tin về dịch vụ công cộng. Truy tìm các mục 'Parents' ('Cha mẹ') và 'Young people' ('Thanh niên') để tìm tất cả các thông tin quý vị cần về những lựa chọn của các em thanh thiếu niên, hỗ trợ tài chính cho việc học tập và các nguồn hỗ trợ.

Liên lạc với Parentline Plus

Một trong những tổ chức tình nguyện hỗ trợ trong chương trình Cha mẹ Biết Làm cách nào (Parent Know How) tại địa chỉ www.dcsf.gov.uk/parentknowhow. Họ cung cấp những tư vấn và chỉ dẫn miễn phí cho cha mẹ hoặc bất kỳ điều gì liên quan đến việc nuôi dưỡng con cái. Quý vị có thể gọi điện theo đường dây hỗ trợ 24- giờ theo số **0808 800 2222** hoặc tiếp cận các thông tin và hỗ trợ thư điện tử thông qua trang web tại www.parentlineplus.org.uk

Parentline Plus cũng điều hành một cộng đồng truyền thông xã hội 'school gate' ('cổng trường') trực tuyến. Hãy xem trang www.gotateenager.org.uk để tìm hiểu thêm.

CÁC VẤN ĐỀ VỀ TIỀN BẠC

Học hỏi là điều thiết yếu cho sự thành đạt trong tương lai của các con bạn, và sự lo ngại về tiền bạc không nên ngăn cản các em khỏi việc tiếp tục học tập. Nếu các em đã trên 16, các em có thể có khả năng nhận được một số hỗ trợ về tài chính. Ví dụ, các em có thể nhận được hỗ trợ với:

- Chi phí học tập hàng ngày – đó là **Trợ cấp Duy trì Giáo dục (EMA)**, là một chương trình do chính phủ điều hành, cung cấp cho những em đủ điều kiện một khoản tối đa là 30 £ một tuần để giúp các em tiếp tục duy trì học tập. Khoản tiền họ nhận được tùy thuộc vào thu nhập gia đình nhưng không ảnh hưởng đến những khoản trợ cấp gia đình khác.
- Chăm sóc con cái – **Chăm sóc để Học tập (Care to Learn)** cung cấp hỗ trợ cho các đối tượng là cha mẹ trẻ tuổi chi trả cho việc chăm sóc con cái khi họ đang học.
- Đáp ứng những nhu cầu đặc biệt xuất phát từ những **khó khăn do tàn tật hoặc khó khăn trong việc học tập** – có một loạt những hỗ trợ sẵn có. Cố vấn cá nhân tuổi vị thành niên Connexions có thể giúp quý vị xác định những hỗ trợ nào con bạn có thể được nhận.
- Nghiên cứu những trình độ đặc biệt – có một số lượng nhất định những **học bổng và giải thưởng nghiên cứu** cho thanh thiếu niên mong muốn có trình độ đặc biệt trong những lĩnh vực như múa hoặc kịch. Chúng sẽ giúp hỗ trợ chi phí sinh hoạt và chi phí học tập mà các chương trình hỗ trợ của chính phủ không chi trả.
- Chi phí của việc học tập thêm – các trường học và trường cao đẳng có **quỹ hỗ trợ sử dụng khi cần** để giúp các sinh viên sau -16 tuổi đang có nhu cầu tài chính lớn. Các Nhân viên Hỗ trợ Sinh viên (Student Support Officers) của các trường trung học và cao đẳng có thể cung cấp thêm thông tin.
- Giáo dục đại học – các thanh thiếu niên có thể tiếp cận hỗn hợp các khoản **trợ cấp hoặc cho vay có hoàn lại**. Lượng tiền các em nhận được thường phụ thuộc vào thu nhập hộ gia đình.

Tìm hiểu thêm

Để có thêm thông tin về những hỗ trợ tài chính có sẵn, hãy xem tại www.direct.gov.uk/moneytolearn and www.direct.gov.uk/studentfinance

ĐIỀU GÌ XẢY RA KHI ĐÃ CÓ QUYẾT ĐỊNH?

Trong vài năm tới, những thanh thiếu niên của quý vị có thể cần sự giúp đỡ với việc quản lý việc học tập của họ, đối phó với những vấn đề cá nhân và có thêm những lựa chọn học tập và nghề nghiệp khác.

Quản lý việc học tập

Dù các em có quyết định lựa chọn nào, các thanh thiếu niên phải nắm chắc việc tổ chức học tập của mình, làm các nghiên cứu, đáp ứng các yêu cầu thời hạn bài tập và ôn tập một cách hiệu quả. Quý vị có thể hỗ trợ con em mình tiến bộ hơn trong những lĩnh vực này nếu quý vị biết cách các em học thế nào là tốt nhất.

Quý vị đã bao giờ tự hỏi tại sao con em mình muốn nghe nhạc, nói lớn hoặc bật dậy và đi lại khi chúng đang học? Đó có thể là phong cách học của các em trong thực tế. Em nào cũng sử dụng hình ảnh, nghe và cảm giác để giúp các em học. Một số em sử dụng một giác quan nào đó nhiều hơn các giác quan khác và điều này ảnh hưởng đến phong cách học tập của các em.

Người học dựa vào hình ảnh <ul style="list-style-type: none">• Tạo rất nhiều những ghi chú chi tiết• Nhắm mắt để nhớ các sự việc• Thích những bài trình bày màu sắc• Tìm thứ gì đó để xem khi buồn chán	Nếu đây là con bạn, hãy khuyến khích các em <ul style="list-style-type: none">• Tìm một nơi yên tĩnh để làm việc• Sử dụng màu sắc để đánh dấu những đoạn quan trọng• Chuyển những ghi chép và bài giảng thành các biểu đồ, sơ đồ và tranh vẽ
Người học dựa vào âm thanh <ul style="list-style-type: none">• Đọc to và nói về những gì chúng học• Thích những hướng dẫn bằng lời• Thích giải thích mọi thứ với người khác• Lẩm bẩm hoặc nói chuyện một mình khi buồn chán	Nếu đây là con bạn, hãy khuyến khích chúng <ul style="list-style-type: none">• Tham gia vào các cuộc thảo luận và tranh luận• Đọc to các bài học• Nhắc lại các điểm ghi nhớ khi nhắm mắt• Sử dụng âm nhạc, chuông và giai điệu để ghi nhớ bài học.
Người học dựa vào cảm nhận <ul style="list-style-type: none">• Học bằng cách thực hành• Hay bồn chồn và sốt ruột• Cần hoạt động và cần nghỉ thường xuyên• Quấy rầy người khác khi buồn chán	Nếu đây là con bạn, hãy khuyến khích các em <ul style="list-style-type: none">• Đi lại và sử dụng những hành động hoặc đóng vai để học những điều mới• Nghe nhạc khi đang làm việc• Làm việc cùng với những người khác• Sử dụng màu sáng để đánh dấu những đoạn quan trọng

Đối phó với những vấn đề cá nhân

Vào lúc nào đó, hầu hết các thanh thiếu niên đều có những lo lắng làm chúng khó đáp ứng với những mảng khác trong cuộc sống của mình. Quý vị có thể giúp các em đối phó với những lo lắng này bằng cách:

- Cung cấp cho các em sự hỗ trợ ngay khi quý vị phát hiện ra có vấn đề – sẽ luôn tốt hơn khi tham gia sớm hơn là để muộn
- Nghe những gì các em nói và xem xét các vấn đề từ quan điểm của các em
- Cùng các em tìm ra giải pháp – bao gồm những người khác và yêu cầu sự hỗ trợ của các chuyên gia từ trường học, trường cao đẳng, người cung cấp dịch vụ đào tạo hoặc nhà tư vấn cá nhân Connexions nếu cần thiết
- Làm tăng sự tự tin của các em bằng cách giúp các em nhận biết những thành công và thành đạt mới của mình
- Khuyến khích các em tận dụng tối đa cơ hội như giải thích, phụ đạo, kinh nghiệm làm việc, tình nguyện và các chương trình khác như Giải thưởng Duke of Edinburgh.

Có thêm nhiều lựa chọn học tập và sự nghiệp

Ở độ tuổi 17 và 18, các lựa chọn cho con bạn có thể bao gồm:

- Tiếp tục học tập các bằng cấp cao hơn tại trường cao đẳng hoặc đại học – họ có thể học tập toàn thời gian hoặc bán thời gian và tham gia những khóa học dựa theo môn học, một khóa học liên quan đến công việc sẽ làm tăng sự hiểu biết của các em về một lĩnh vực công nghiệp, hoặc một khóa học liên quan đến nghề nghiệp giúp các em làm một công việc cụ thể nào đó
- Sử dụng thêm một năm – rất nhiều thanh niên sử dụng một năm trước khi chuyển tiếp sang giai đoạn tiếp theo trong con đường sự nghiệp của mình và dùng nó để đi làm hoặc đi du lịch
- Đăng ký một chương trình Học nghề
- Làm một nghề – hy vọng là với sự đào tạo
- Làm việc cho bản thân – Tự làm việc là một lựa chọn khó do vậy nếu điều này thu hút sự quan tâm của con bạn, hãy khuyến khích các em tìm sự tư vấn chuyên gia càng sớm càng tốt.

Quý vị có thể giúp các em tìm hiểu con đường của mình thông qua những lựa chọn này bằng cách khuyến khích các em trả lời ba câu hỏi sau:

- Tôi đang ở đâu?
- Tôi muốn tới đâu?
- Làm thế nào tôi có thể đến được đó?

Khi các em tìm hiểu những lựa chọn của mình, hãy nhắc các em nhớ rằng việc học tập mang lại sự đền bù. Có một sự khác biệt lớn trong thu nhập giữa những người có bằng cấp và những người không có bằng cấp. Nếu các em bắt đầu cuộc sống làm việc bằng một công việc với kỹ năng thấp, được trả lương thấp và không có đào tạo, các em sẽ thấy rất khó để chuyển sang công việc nào đó tốt hơn.

Các dạng tài liệu khác

Ấn phẩm này có dạng chữ nổi Braille và đĩa ghi âm. Hãy gọi tới DCSF Publications theo số: **0845 602 2260** hoặc email đến **connexions@prolog.uk.com** để đặt các ấn phẩm này.

Các bản dịch có sẵn

Bản chỉ có chữ của tài liệu **Cha mẹ & Người chăm sóc (Parents & Carers)** có bằng tiếng A-rập, Ben-gan, Gu-giơ-rát, Hin-đi, tiếng Trung Quốc phổ thông, tiếng Ba-lan, Pun-giáp, Sô-ma-li, Thổ, U-đu và tiếng Việt có thể tải về từ trang web tại địa chỉ: **www.connexions-direct.com/parentcarer**

Phiên bản dạng PDF và dạng text cũng có trực tuyến tại:

www.connexions-direct.com/parentcarer. Quý vị sẽ có thể sử dụng máy tính của mình để phóng to văn bản.