

School Counseling Newsletter



ROLLING HILLS MIDDLE SCHOOL | APRIL 2025

COLLEGE & CAREER EXPLORATION

It's never too early to have your child begin thinking about their future college & career. Talk with your child about where you attended college and your own career: skills needed, what you do each day, level of education.

How Parents Can Help Their Child With College & Career Exploration

Career Opportunities for College and Career Exploration

Point out different careers and what they do while out in the community. Have people from various careers talk to your child about their career and college experience.



Talk About The Process

Talk with your child about what steps need to be taken to attend college & attain different careers.

Brainstorm Interests

Help your child find their interests and passions. Expose them to different interests - cooking, building, and creating, music, helping people, etc.



Talk To Them About Their Values

Help your child identify what is important to them. Do they value helping animals/people or the environment? Link these values to various college & careers.

Have Them Imagine Their Future

Promote self-reflection by asking them where they see themselves in 5 and 10 years. Have them write or draw what their future life and career would look like.



UPCOMING EVENTS

April

- **7-11th**: Spring Break
- **15th**: Parent Presentation: Internet Safety @8:45-9:45 am
- **14th-18th**: College & Career Classroom Presentations
- **25th**: College & Career Day

May

- **26th**: Memorial Day
- **29th**: ELAC Meeting @8:30-9:30 am

TIPS FOR PARENTS/GUARDIANS:

- Explore Various Careers with Your Child - click [HERE](#)
- Fun Video to Learn about Various Careers - click [HERE](#)
- Explore College & Career Facts - click [HERE](#)



BEST WAY TO REACH US? EMAIL US!

acheng@campbellusd.org

7th Grade & 8th Grade A-L

cbowman@campbellusd.org

6th Grade & 8th Grade M-Z



School Counseling Newsletter



ROLLING HILLS MIDDLE SCHOOL | APRIL 2025

Leadership Skills

Leadership skills empower youth with essential life skills, increasing confidence, communication, and problem-solving abilities ultimately leading to greater success in school, relationships, and future careers. Building leadership skills in youth is also directly linked to positive self-esteem. This does not look the same for every child. Not all young people aspire to be traditional leaders, however they may excel in certain aspects of leadership for the betterment of themselves and those around them. Leadership skills create autonomy and build a sense of responsibility. As we support our Middle Schoolers development, we can foster growth in both autonomy and responsibility here at school and at home. Some common leadership skills to focus on during Middle School are teamwork, decision making/problem solving abilities, developing a growth mindset, and listening. If you want to grow these skills within your child, start by positively giving feedback when you notice a leadership trait in action. Children show signs of leadership regularly, and positive feedback encourages children to recognize these qualities within themselves. Helping a classmate or sibling that is struggling to complete a task, positively encouraging those around them, setting goals for the future, and participating in extracurriculars (clubs, sports, the arts....) are all examples of youth leadership traits.

Building Leadership Skills at Home

Leadership for teens and tweens can look different depending on their personalities. Some may naturally take charge, while others may lead quietly by example. Parents play a significant role in helping their child develop leadership skills. Weaving leadership activities for teens into daily life can be easy and fun. Here are some practical ways to improve your child's leadership at home:

Family Meetings: Facilitate regular family meetings to discuss plans, make decisions, and listen to ideas. Once the routine is set, then let your child lead a family meeting.

Problem Solving Challenges: Give you teen age-appropriate challenges to solve independently, such as organizing their room/space or planning a family event/celebration.

Encourage Independence: Allow your teen to make decisions, whether it is choosing their weekend activities or managing their homework schedule. Create routine chores that your child is responsible for and over time pull back on reminders and cues to foster initiative and responsibility. Reward and acknowledge chores that are completed independently.

Buletin De Consejería Escolar



ROLLING HILLS MIDDLE SCHOOL | ABRIL 2025

UNIVERSIDAD Y EXPLORACIÓN DE LA CARRERA

Nunca es demasiado pronto para que su hijo(a) comience a pensar en su futura universidad y carrera. Hable con su hijo(a) acerca de dónde asistió a la universidad y su propia carrera: Habilidades necesarias, lo que hace cada día, nivel de educación.

Cómo los padres pueden ayudar a sus hijos con la universidad y la exploración profesional

Oportunidades de carrera para la universidad y la exploración de carreras

Señale las diferentes carreras y lo que hacen mientras están en la comunidad. Pida a personas de diversas carreras que hablen con su hijo(a) sobre su carrera y su experiencia universitaria.

Hable sobre el proceso

Hable con su hijo(a) sobre los pasos que se deben seguir para asistir a la universidad y obtener diferentes carreras.

Lluvia de ideas de intereses

Ayude a su hijo(a) a encontrar sus intereses y pasiones. Exponerlos a diferentes intereses: cocinar, construir y crear, música, ayudar a las personas, etc.

Habla con ellos sobre sus valores

Ayude a su hijo(a) a identificar lo que es importante para él. ¿Valoran ayudar a los animales/personas o al medio ambiente? Vincula estos valores a varias universidades y carreras.

Pídeles que imaginen su futuro

Promueva la autorreflexión preguntándoles dónde se ven dentro de 5 y 10 años. Pídeles que escriban o dibujen cómo sería su vida y su carrera futuras.

LOS PROXIMOS EVENTOS

Abril

-Las vacaciones de Primavera: **7-11th**
-**15th** @8:45-9:45am -
Presentación de Padres:
Internet Safety
-Presentaciones
universitarias y la carrera
en las clases: **14-18th**
-**25th**: Día de la
Universidad y la carrera

Mayo

-el Día de los Caídos: **26th**
-**29th**: Reunión De
ELAC (@8:30-9:30am)

CONSEJOS PARA PADRES

- Explora varias carreras con su hijo(a)- haga clic [AQUÍ](#)
- Divertido video para aprender sobre varias carreras - haga clic [AQUÍ](#)
- Explora los datos sobre la universidad y la carrera- haga clic [AQUÍ](#)

¿CUÁL ES LA MEJOR MANERA DE CONECTAR CON NOSOTROS?

acheng@campbellusd.org

Grado 7 y Grado 8 A-L

cbowman@campbellusd.org

Grado 6 y Grado 8 M-Z

Buletin De Consejería Escolar



ROLLING HILLS MIDDLE SCHOOL | ABRIL 2025

Habilidades De Liderazgo

Las habilidades de liderazgo empoderan a los jóvenes con habilidades esenciales para la vida, aumentando la confianza, la comunicación y las habilidades de resolución de problemas. En última instancia, lo que conduce a un mayor éxito en la escuela, las relaciones y las carreras futuras. El desarrollo de habilidades de liderazgo en los jóvenes también está directamente vinculado a la autoestima positiva. Esto no se ve igual para todos los niños. No todos los jóvenes aspiran a ser líderes tradicionales, sin embargo, pueden sobresalir en ciertos aspectos del liderazgo para el mejoramiento de sí mismos y de los demás. Las habilidades de liderazgo crean autonomía y construyen un sentido de responsabilidad. A medida que apoyamos el desarrollo de nuestros estudiantes de secundaria, podemos fomentar el crecimiento tanto en autonomía como en responsabilidad aquí en la escuela y en casa. Algunas habilidades de liderazgo comunes en las que enfocarse durante la escuela intermedia son el trabajo en equipo, la toma de decisiones / habilidades de resolución de problemas, el desarrollo de una mentalidad de crecimiento y la escucha. Si desea desarrollar estas habilidades dentro de su hijo(a), comience por dar retroalimentación positiva cuando note un rasgo de liderazgo en acción. Los niños muestran signos de liderazgo con regularidad y, al dar comentarios positivos, comenzarán a ver estas cualidades en sí mismos y a crear conciencia de sí mismos. Ayudar a un compañero de clase o hermano que está luchando para completar una tarea, animar positivamente a quienes lo rodean, establecer metas para el futuro, y participar en programas extracurriculares (clubes, deportes, artes...) son todos ejemplos de rasgos de liderazgo juvenil.

Desarrollar Habilidades De Liderazgo En Casa

El liderazgo para adolescentes y preadolescentes puede verse diferente dependiendo de sus personalidades. Algunos pueden naturalmente hacerse cargo, mientras que otros pueden conducir en silencio con el ejemplo. Los padres juegan un papel importante en ayudar a sus hijos a desarrollar habilidades de liderazgo. Tejer actividades de liderazgo para adolescentes en la vida diaria puede ser fácil y divertido. Aquí hay algunas maneras prácticas de mejorar el liderazgo de su hijo(a) en casa:

Reuniones familiares: Facilitar reuniones familiares regulares para discutir planes, tomar decisiones y escuchar ideas. Una vez establecida la rutina, deje que su hijo(a) dirija una reunión familiar.

Desafíos de resolución de problemas de: Le ofrece desafíos apropiados para su edad para resolver de forma independiente, como organizar su habitación / espacio o planificar un evento / celebración familiar.

Fomente la Independencia: Permita que su hijo(a) adolescente tome decisiones, ya sea eligiendo sus actividades de fin de semana o administrando su horario de tareas.