

١- يمكن لكل شخص الحصول على وظيفة فعلية

أين تكمن أهمية العمل

يمكن لكل شخص الاستفادة من الحصول على وظيفة حيث يجني المال ويبني مستقبله المهني.

وسيكون في جعبتك الكثير لتساهم به وسيصبح المجتمع أقوى بفضل مساهماتك.

إن الحصول على وظيفة سيشعرك بأن لديك هدفاً كما سيشعرك بالانتماء وسيكون فرصة لتكوين الصداقات. تعتبر وظيفتك الأولى بداية مهمة لحياتك كإنسان بالغ. وعندما نفتح آفاقنا للتفكير الخلاق سنجد أن العمل الهادف أمراً متاحاً لكل شخص.

إن التوظيف الدامج يعني العمل في مجال عمل تقليدي يحظى بتقدير المجتمع حيث تعمل جنباً إلى جنب مع أشخاص آخرين في المجتمع. كما ويعني حصولك على أجر عادل مقابل عملك، إلى جانب حصولك على الدعم الذي تحتاجه وعلى التعديلات المنطقية في مكان العمل والمعدات اللازمة لمساعدتك على القيام بعملك.

وبينما تأخذ الوظائف أشكالاً وألواناً مختلفة، فإن الشيء المهم هو أن تجد عملاً يناسبك ويتناسب مع اهتماماتك ومع مواطن قوتك ومع خططك المستقبلية.



ما هي العقبات على طريق التوظيف؟

للأسف فإن العثور على وظيفتك الأولى هو ليس بالسهولة التي يبدو عليها أو التي يجب أن يكون عليها. فلا يدرك جميع أرباب العمل أن الأشخاص من ذوي الإعاقة يمكن أن يكونوا موظفين أو مساهمين في مصالحهم التجارية يحظون بالتقدير والاحترام. ونظراً لأن العديد من الأشخاص ذوي الإعاقة ليس فيهم من ينتمي للقوى العاملة مدفوعة الأجر، فقد لا يكون لدى عائلتك ومدرستك توقع فوري بأن تحصل على وظيفة فعلية. قد يكون من الصعب كذلك الحصول على وظيفة حيث تكون مضطراً إلى التنافس مع عدد كبير من الباحثين عن وظائف أو تضطر إلى التلاؤم مع وظيفة تقليدية وغير مرنة. إن الحصول على وظيفة أثناء وجودك في المدرسة الثانوية هو نقطة انطلاق رائعة لرحلة العمل.

ومع بعض من التصميم والإصرار واتباع نهج إبداعي معدّل بشكل خاص، إلى جانب مساعدة العائلة والأصدقاء، ستتمكن من الحصول على وظيفة حيث يمكنك تعلم المهارات والمساهمة بعبائك والنجاح.



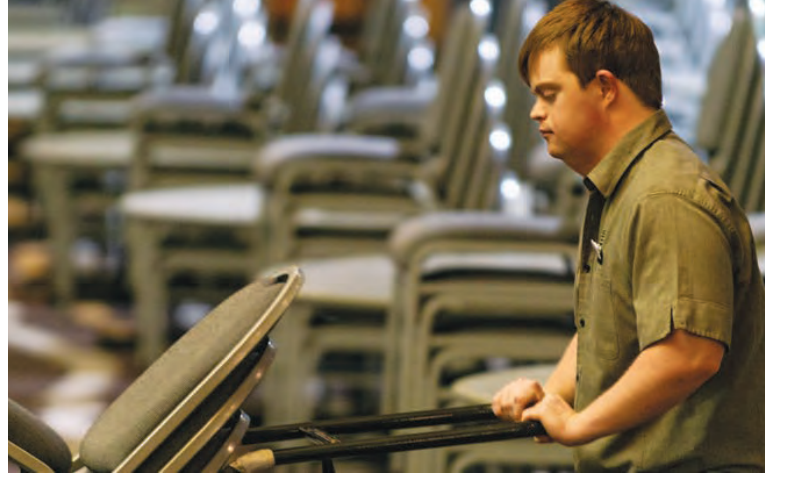
قصة

لن تصدق حتى ترى! كانت والدة مارشا طاهية ماهرة وكانت تعلم أن ابنتها تشاركها هذا الشغف، وبعدها أنهت مارشا مرحلتها المدرسية كانت والدتها قد خططت لها أن تداوم لدى مركز محلي للرعاية النهارية يقدم برنامجاً للطهي.

وعندما أخبرتها جارتها عن فتاة شابة لديها إعاقة وتعمل في المطبخ المحلي، ذهبت إلى المطبخ للمراقبة.

وقالت في نفسها "مارشا يمكنها القيام بذلك!". "دعونا نبدأ بدراسة هذه الفكرة".

وفكرت بكل الأماكن التي يمكن لمارشا أن تحصل فيها على عمل ضمن دائرة مجتمعها المحلي، الأمر الذي ولّد الحماس في نفس مارشا التي طالما تمنت الحصول على وظيفة فعلية، حالها كحال زميلاتها في المدرسة.



صحائف الحقائق الحصول على وظيفتك الأولى:

1. يمكن لكل شخص الحصول على وظيفة فعلية
تحدد سبب أهمية التوظيف
2. رفع سقف التوقعات
ستساعدك في تصوّر حياة عمل جيدة
3. نصائح للعائلة والأصدقاء
سترشد العائلة والأصدقاء لمعرفة كيف بإمكانهم مساعدتك
4. التحضير والاستعداد لوظيفتك الأولى
تقدم بعض الاستراتيجيات التي من شأنها مساعدتك على التفكير في الوظيفة الأولى والتخطيط لها
5. كيف تحصل على وظيفتك الأولى
تشمل بعض التمارين العملية التي ستساعدك على التفكير ملياً في ما يمكنك تقديمه للوظيفة
6. الدعم المطلوب في وظيفتك الأولى
تضع بين يديك بعض الأفكار حول مصادر للحصول على الدعم
7. معلومات لأرباب العمل
توضح قيمة الموظفين من ذوي الإعاقة
8. المزيد من المعلومات والمصادر
تدرج المراجع والروابط المتعلقة بالتوظيف



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨.
النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

٢- رفع سقف التوقعات

فكر خارج المألوف

قد تحتاج ترجمة أحلامك وتحويلها إلى وظيفة على أرض الواقع إلى أن تفكر أنت وعائلتك "خارج المألوف".

إليك فيما يلي بعض الاستراتيجيات لمساعدتك على التفكير في بعض الفرص النموذجية والقيمة ضمن إطار مجتمعك.

دوائر الدعم

إن دائرة الدعم هي عبارة عن مجموعة غير رسمية من الأشخاص، حيث يجتمع أولئك الأشخاص بشكل منتظم لمساعدتك على التخيل والتخطيط والعمل نحو تحقيق أهدافك الشخصية. وإذا كان رأسان يفكران أفضل من رأس واحد، فإن ستة رؤوس أفضل من رأسين. ستشعر أنت وعائلتك بأنكم أكثر ارتباطاً وتصميماً وتنظيماً بفضل هذا الدعم.

قوة العشرة

إن قوة العشرة هي عملية تستخدم مفهوم مضاعفات الرقم عشرة (10x) وذلك لمساعدتنا على أن نفكر على نطاق أوسع مما نقوم به عادة. مثال على ذلك، ابدأ بعمل قائمة تتألف من ١٠ أشياء تهملك، ثم قم باختيار عشرة أسماء لوظائف بحيث يرتبط اسم كل من هذه الوظائف باهتمام من اهتماماتك العشرة، ثم قم بتسمية عشر مصالح تجارية تعين أشخاص لأداء تلك الوظائف. يمكنك أن تقوم بهذا النشاط بمفردك ولكن تكون النتيجة أفضل عندما تكون لديك مجموعة من الأشخاص يفكرون معك.

تعلم طلب المساعدة

إن طلب المساعدة هو أمر صعب على الكثير من الناس. ولقد كتب الناس بعض النصائح المفيدة حول هذا الأمر لتعزيز فرصة النجاح. يمكن لهذه الموارد أن تدلك أنت وعائلتك على طرق مختلفة للتعامل مع الآخرين وطلب مشاركتهم. راجع صحيفة الحقائق رقم ٨ من أجل الاطلاع على رابط لبعض هذه الموارد.



عليك أن تؤمن بإمكانية حصولك على وظيفة

عليك أن تؤمن بأنه لديك الكثير لتسهم به، حيث أنك وباستخدام القليل من الإبداع ستتمكن من إيجاد وظيفة مناسبة لك. كما ويجب أن تتحدى أنت وعائلتك بالتصميم والإصرار على إيجاد وظيفة فعلية والحفاظ عليها. ومن المفيد أن تعين هدفاً لما تسعى إليه ومن ثم تحدد الخطوات التي تحتاج إلى اتخاذها من أجل بلوغ هذا الهدف. لقد قام أشخاص آخرون بهذا الأمر قبلك، لذا فلتتذكر أن الأمر ممكن.

اتبع أحلامك

قد يكون لديك حلم خاص بمستقبلك، والأحلام هامة، فهي التي توجه أهدافك وخططك المتعلقة بالمستقبل. تخيل الأمور الوارد تحقيقها على أرض الواقع، واسأل الآخرين كيف حددوا ما يريدون القيام به. اصغ إلى قصص الآخرين وتعرف على كل ما يمكن تحقيقه.

حدد ما يمكنك تقديمه

لدى كل شخص مكامن قوة وأشياء يمكنه الإسهام بها. اطلب من عائلتك مساعدتك في تحديد ما لديك من مواهب وأمور يمكنك الإسهام بها. اكتب تلك الأمور وشاركها مع الآخرين - فلربما لاحظوا صفات أو مهارات كانت غائبة عنك.

قصة

لقد استمع مايك إلى حديث زملائه في المدرسة. كانت لديهم مخططات عديدة للمستقبل — كالتحليل عن المنزل والسفر والالتحاق بالجامعة وأن يحظى كل منهم بصديقة فتاة. أما مايك فكان حلمه أن يصبح نجم موسيقى الروك أند رول.

وعندما سمعت والدته بذلك قالت،

”حسنًا، سيشكل هذا تحديًا، ويجب علينا أن نفكر كيف يمكن تحقيق ذلك.“

تمكن مايك، بمساعدة عائلته، من العثور على وظيفته الأولى في متجر للموسيقى حيث يحضر كل الموسيقيين المحليين ويتجمعون هناك. حتى أنهم تعرفوا إلى مايك ودعوه لحضور حفلاتهم.

وبعد مرور عشر سنوات، ما زال مايك يعمل في متجر الموسيقى، وقد أسس استوديو في المنزل، كما قام بتسجيل بعض الأغاني، وشارك بالعزف في فرق أصدقائه في سائر أرجاء المنطقة. وهو الآن قد قطع شوطًا طيبًا على درب تحقيق حلمه.

فكر بمستقبلك المهني

أن يكون لديك مهنة يعني أن وظيفتك الأولى لن تكون الأخيرة — فأنت تُراكم الخبرات لكل وظيفة تقوم بها لتصب جميعها في حياة مهنية مرضية. كما يعني المستقبل المهني كذلك تطوير مهاراتك وثقتك مع مرور الوقت. راجع صحيفة الحقائق رقم ٥ للحصول على المزيد من الأفكار حول المستقبل المهني.

أحط نفسك بأشخاص إيجابيين

يتطلب إيجاد وظيفة والمحافظة عليها الإصرار والمثابرة. عليك أن تحط نفسك بأشخاص إيجابيين ممن لديهم الخبرات ويدعمون أهدافك الشخصية. حيث سيكون لديهم شبكات علاقات مفيدة إلى جانب تمتعهم بالمعرفة مما سيساعدك على حل المشكلات والوصول إلى الحلول الخلاقة. كما وسيقدمون لك الدعم عندما تشتد الأمور وتصبح صعبة.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

٣- نصائح للعائلة والأصدقاء



يتطلب العثور على وظيفتك الأولى تصميمًا ومثابرة، حيث يمكن لعائلتك وأصدقائك أن يساعدوك في ذلك، فإن أمرك يهمهم وهم يتمنون لك النجاح. يمكن للعائلات المساهمة من خلال طرق عملية شتى، بدءًا بالعثور على وظيفتك الأولى وانتهاءً بمساعدتك على بناء مستقبلك المهني.

الوقت ليس سابقًا لأوانه أبدًا

يمكن للوالدين تشجيع أبنائهم وبناتهم على مبادئ العمل منذ سن مبكرة وذلك من خلال توزيع المهام المنزلية، وتوقع مساهمة الجميع في الحياة الأسرية. وإن تجاذب أطراف الحوار التقليدي المتعلق بما يريد الطفل أن يفعله عندما يكبر ما هو إلا جزء من إعداد الأبناء والبنات. كما وإن اغتنام الفرص كاستخدام المواصلات العامة مثلًا والاعتياد على دفع ثمن بطاقات الركوب وتعلّم كيفية الدفاع عن النفس تعتبر جميعها تحضيراً كبيراً للحياة العملية. حيث أن التحلي بالثقة والمسؤولية يُعدّ ذخيرة هامة عند البحث عن وظائف.

كن مطلعًا ومتحضرًا

إن الالتحاق بالقوى العاملة ليس بالأمر السهل على أي شخص كان وهناك الكثير من الأمور الواجب تعلّمها. قد تكون تلك فترة صعبة وباعثة على الخوف بالنسبة للفرد المعني بالتوظيف من العائلة وبالنسبة لك أيضًا — لا تقلق، جرب شعور الخوف، ثم انطلق.

وكبداية قوية استمع إلى أحلام وأهداف وخطط المستقبل الخاصة بالفرد المعني بالتوظيف من العائلة. واعمل على دعمه حتى لو لم تكن تعلم من أين تبدأ، ففكر بما هو ذو قيمة وبما يُعتبر نموذجًا بالنسبة للشباب الآخرين - فهذا مؤشر استدلالي جيد. وستجد أن الاحتمالات لا نهاية لها.

ادع الآخرين لتقديم المساعدة

إذا شعرت بأن المسألة تفوق احتمالك، فمن المفيد دعوة الآخرين لتقديم المساعدة. فبإمكان الأصدقاء أحيانًا اكتشاف الفرص التي قد تغيب عن العائلات. ولدى الأصدقاء والشقيقات وأبناء العم وأبناء الخال والأصدقاء إلمام كبير بخصوص البدء بعمل جديد. إن وجود دائرة للإحاطة والدعم هي استراتيجية مقصودة من أجل التخطيط ووضع أطر السلامة. راجع صحيفة الحقائق رقم ٢ للحصول على روابط لمزيد من المعلومات حول كيفية استخدام الناس لهذه الاستراتيجية شبه الرسمية لجني المعرفة والدعم من العائلة والأصدقاء.





استعمل شبكة علاقاتك

على الرغم من وجود خدمات رسمية تُعنى بإيجاد الوظائف لذوي الإعاقة إلا أنه لا يتعين عليك الانتظار أنت وعائلتك. حيث يمكنك البدء بالبحث عن الفرص من خلال شبكات علاقاتك غير الرسمية. وغالبًا ما يرتبط نجاحك في التوظيف بمن تعرف من الأشخاص وليس بما تعرف من المعلومات.

ويمكن للمصلحة التجارية العائلية أن توفر للأشخاص ذوي الإعاقة مكان عمل يتسم بالمرونة والترحاب للبدء في وظيفتك الأولى. هنا، يمكن للشخص اكتساب الثقة والمهارات اللازمة للانحراط في القوى العاملة التقليدية.

قصة

لم يكن لدى عائلة باتريس أي فكرة عما ستقوم به بعد الانتهاء من الدراسة. وقبل انتهاء المدرسة بثمانية عشر شهرًا بدأ الخوف والهلع يدب في صدر والديها، فتواصلوا لطلب المساعدة من بعض الأصدقاء المقربين.

”ماذا بوسعنا أن نفعل؟ إن المركز النهاري للرعاية قريب ولكنه ليس الخيار المنشود. كما إن باتريس لن تكون سعيدة هناك حيث أن لديها خطط طامحة للمستقبل.“

لقد قامت المجموعة بالاجتماع بشكل دوري على مدار سنة، حيث تحدّث الجميع إلى باتريس وفكروا بدراسة عدد من الخيارات. ولقد كان هذا التخطيط هامًا ليس فقط بالنسبة لباتريس بل للعائلة بأسرها. لقد أصبحت حياة الجميع أسهل نسبيًا بفضل المدرسة، حيث أن التغيير في حياة باتريس غير حياة الجميع.

وفي نهاية الأمر، وجدت والدّة باتريس وظيفة بسيطة بدوام جزئي ستتمكن باتريس من البدء بمزاومتها. في بداية الأمر قام والد والدّة باتريس بمساعدتها على اجتياز المرحلة الانتقالية في وظيفتها الجديد. كان ذلك حلًا جيدًا لباتريس ولعائلتها ولرب العمل. وعندما ازدادت ثقة الجميع بسير أمور العمل، صارت حاجة باتريس للدعم أقل.

عليك تسهيل بناء العلاقات

ستجلب الوظيفة لك العلاقات والفرص الجديدة من أجل بناء الصداقات. يمكنك مساعدة الفرد المعني بالتوظيف من عائلتك على الاستغلال الأقصى للفرص من خلال التأكد من حصوله على ما يحتاج من الدعم للاستجابة للدعوات الاجتماعية، وبالطبع ومع مرور الوقت يمكنه هو الآخر أن يقوم بتوجيه الدعوات للآخرين.

قم ببناء شبكة أمان

يتعرض كل شخص للإخفاقات وخيبات الأمل في مكان العمل، والفرد المعني بالتوظيف من أفراد عائلتك ليس استثناءً. وبالتالي يمكن لك أن توفر شبكة أمان عندما تسوء الأمور حتى تمنح هذا الفرد في عائلتك الثقة للمواصلة والاستمرار. كما يمكنك أن تساعد حتى يقوم هو الآخر ببناء شبكة الأمان الخاصة به عندما يصبح أكثر خبرة وثقة.

اطلع على صحيفة الحقائق رقم ٨ - المزيد من المعلومات والمصادر.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

٤-التحضير والاستعداد لوظيفتك الأولى

فكر من أين ستبدأ في البحث عن وظيفة

المؤسسات الكبيرة

إن العديد من المؤسسات الكبيرة تقدّر موظفيها من ذوي الإعاقة وغالبًا ما يكون لدى المؤسسات الكبيرة الكثير من المهام الصغيرة التي تكون على الأغلب مهمّة.

المصالح التجارية المحلية الصغيرة

تُعتبر المصالح التجارية الصغيرة في مجتمعك المحلي هي الأخرى مصدرًا محتملاً للتوظيف، وخاصة إذا كان أصحاب المصلحة التجارية على سابق معرفة بك وكنت تتعامل أنت وعائلتك مع هذه المصالح التجارية. وقد يكون الوصول إلى هذه المصالح التجارية من أجل التوظيف أسهل وأقل تعقيدًا.

المصالح التجارية العائلية

قد يكون لديك أنت أو لدى أحد أفراد عائلتك مصلحة تجارية صغيرة خاصة بكم. وقد تكون هذه بحد ذاتها نقطة انطلاق ممتازة. حيث أن عائلتك تعرفك حق المعرفة وستكون على الأغلب خلاقة ومرنة في التعامل معك. كما أن العديد من الشباب اليافعين يبدؤون عملهم لدى مصلحة تجارية عائلية.

كما وتقوم الدوائر الحكومية، والتي تضم

مجالس البلدية المحلية والوكالة الوطنية للتأمين ضد الإعاقة، بتوظيف الأشخاص من ذوي الإعاقة لإعلاء القيمة التي يمكن للشخص من ذوي الإعاقة أن يضيفها إلى مكان العمل.

وهذا النوع من الوظائف لن يكون على الأرجح وظيفتك الأولى التي تقوم بها أثناء دراستك الثانوية ولكنه قد يكون أول وظيفة تقوم بها عند الانتهاء من المدرسة.



اكتسب بعض الخبرة

فلتبدأ بالعمل حيث أمكن ذلك. ابحث عن وظائف ضمن دائرة اهتماماتك، ولكن عليك أن تتذكر أن الأمر هنا يتعلق بإيجاد وظيفتك الأولى وليس الوظيفة المثالية، فما هذه إلا البداية. حيث أنك ستتعلم الكثير وستساعدك الخبرة على أن تقرر ما تريد القيام به في المستقبل.

إليك اقتراحان اثنان:

العمل التطوعي

سيزودك العمل التطوعي بالخبرة كما وسيبني لك شبكات العلاقات. إن العمل التطوعي ليس بديلاً عن العمل المأجور؛ ولكنه قد يكون خطوة باتجاه العمل الفعلي المأجور، وسيثبت قيامك بالعمل التطوعي لرب العمل المستقبلي استعدادك للعمل. ابحث حيث يقوم الشباب اليافعون الآخرون بأعمال تطوعية - مثل مهرجانات الموسيقى ومسابقات العدو أو إعادة إحياء الأحرار. ستجد في ذلك نماذج جيدة وستكون تلك الأعمال على الأرجح ممتعة ومثيرة للاهتمام.

خبرة العمل

لربما كان لديك بعض الخبرات العملية، والتي تم تنظيمها عن طريق مدرستك أو عائلتك. إن تجربة الخبرة العملية تكون لفترة قصيرة حيث تساعدك على فهم معنى العمل وما هي طبيعة العمل الذي قد يكون ممتعًا بالنسبة لك في المستقبل. كما إنه سيبني ثقتك بنفسك وعلاقاتك بالآخرين. وعليك أثناء أدائك لخبرة العمل أن تبحث عن أي فرص مستقبلية قد تكون متوفرة. إذ أنها قد تؤدي بك إلى وظيفة مأجورة في المستقبل.

خطط لوظيفتك الأولى

يعثر الكثير من الشبان اليافعين على وظيفتهم الأولى عن طريق أشخاص يعرفونهم. إن حصولك على وظيفتك الأولى يستحق التخطيط والتفكير بدقة. قد تحتاج إلى اتباع نهج خاص يناسب شخصيتك، وبإمكان عائلتك وأصدقائك مساعدتك في ذلك. اطلع على صحيفة الحقائق رقم ٥ للحصول على بعض النماذج لتمرين تساعدك في التخطيط للحصول على وظيفتك الأولى.

عملية الاستكشاف

إن عملية الاستكشاف هي إجراء يحدد بأسلوب منطقي طبيعة العمل الذي يمكنك القيام به. حيث يصبح هذا حجر الأساس للتخطيط من أجل التوظيف. اطلع على صحيفة الحقائق رقم ٨ للمزيد من المعلومات المرجعية عن هذه العملية.

ويمكنك تحديد مواهبك ومساهماتك وأهدافك واحتياجاتك قبل أن تبدأ بالبحث عن مكان ملائم للعمل. وستكشف لك هذه العملية أي معلومات محتملة يمكن مشاركتها مثل الأمور التي تحتاج إليها لتكون ناجحًا في العمل وكيف يمكن تأمين تلك الاحتياجات.

قد يفيدك القيام بتطوير سيرتك الذاتية. حيث أن الهدف من السيرة الذاتية هو أن تسوق لنفسك، وتعرض الخبرات والمهارات الملائمة. إن استخلاص مهاراتك سيساعد في توجيه عملية الاستكشاف وقد يكون جزءًا من تسويقك لنفسك.

ومساعدة العائلة والأصدقاء إلى جانب شبكات معارفهم، يمكنك حينئذ البحث في أماكن عمل محتملة لمعرفة ما إذا كان لديهم احتياجات تطابق ما لديك من إمكانيات، في بيئة مناسبة.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

قصة

شرع ستيف بالبحث عن عمل عندما أنهى مرحلته المدرسية، وقد ساعدته عائلته في التفكير بما قد يريد أرباب العمل المحتملون معرفته. ولقد تمكنوا من وصف مواهبه واحتياجاته بطريقة إيجابية ومحترمة:

“إن ستيف ودود جدًا واجتماعي علمًا بأنه قد يكون خجولًا في بداية الأمر. وعلى الرغم من حديثه الذي يتسم بصعوبة الفهم في البداية، إلا أنه سيعمل جاهدًا على إيصال رسالته. كما ويسعده أن يكون مفيدًا ويسعده أيضًا الشعور بالمساهمة. وعندما يوكل إليه دور يُشعره بأنه يستطيع التألق فيه، فسيؤديه بحماس وبروح العضو المتفاني في الفريق.

إن ستيف جيد جدًا في اتباع البرامج وقراءة التعليمات والإجراءات البسيطة. وإن المنبهات البصرية مفيدة بالنسبة له، ولكن نجاح ستيف يكون أقل في حال تغيّر الروتين، وعندما يكون غير متأكد مما هو متوقع منه، أو في حال كان قلقًا بشأن ما إذا كان قد فهم ما هو مطلوب منه.

إن ستيف قوي بدنيًا ويستمتع برفع الأثقال، والتوضيب والفرز. وبإمكانه رفع ونقل الأشياء الثقيلة جدًا وعادة ما يستمتع بهذه المهمة. كما إنه يحب أن تكون الأشياء مرتبة. ستيف مدرك جدًا لأمر السلامة وهو لا يتصرف بتهور في حال وجود أشياء غير آمنة حوله.

نحن نرى عددًا من الأدوار المحتملة في قطاع تقديم الطعام والضيافة وفي مركز المؤتمرات وصالات الاستقبال.”

٥- كيف تحصل على وظيفتك الأولى



يستحدث التوظيف المُعدّل بشكل خاص أدواراً في العمالة المفتوحة تُبنى على مصالح الباحث عن العمل ومساهماته والظروف المثالية لنجاحه في الوظيفة، بالإضافة إلى احتياجات رب العمل غير المستوفاة. وينطوي ذلك على تحديد المهام القائمة في مكان العمل والتي تتلاءم جيداً مع الباحث عن وظيفة، إلى جانب صياغة دور معدّل بشكل خاص مما يؤدي إلى خلق وضع يحقق الفوز لكل من الباحث عن العمل ورب العمل.

تطوير خطابك التسويقي والتّدرّب عليه

يمكن لك متى حددت أنت وعائلتك بعض أرباب العمل المحتملين، التخطيط لكيفية صياغة خطابك التسويقي.

إن الخطاب التسويقي هو أسلوب شخصي مدروس تقوم من خلاله بشرح من تكون، وما الذي يمكنك تقديمه ولماذا يجب على رب العمل أن يأخذ طلبك بعين الاعتبار. وإن الخطاب الناجح سيشد انتباه رب العمل وسيُجيب بشكل إيجابي وواقعي على أي أسئلة قد يطرحها رب العمل.

فكّر ملياً في الشخص الذي عليه أن يقوم بتقديم خطابك التسويقي - هل تكون أنت ذاك الشخص؟ أم أنه شخص يعرفك حقّ المعرفة؟ أم أن الشخص الذي يعرف رب العمل معرفة وثيقة هو من يشرع بالخطوة الأولى؟ لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة لهذه المسألة، ومن المهم أن تعمل على إيجاد الشخص المناسب في كل مرة.

فكر في مقدار العمل الذي بإمكانك القيام به. فبعض الظروف تقلل من قدرة الشخص على التحمل، لذا من المستحسن أن تفكر في حجم العمل المناسب لك، الأمر الذي يمكن أن يتغير مع مرور الوقت.

فكر بقدر المعلومات التي تود مشاركتها مع رب العمل - في حال رغبت في مشاركة تلك المعلومات - عن احتياجاتك التي ستتيح لك ممارسة العمل، وعن إعاقتك، إلى جانب كيفية إجابتك على أي سؤال يتعلق بإعاقتك. وسيكون من الضرورة بمكان أن تتحدث عما يمكنك إنجازه وأن تسلط الضوء مع التركيز على الطرق المختلفة التي بمقدورك إنجاز العمل من خلالها، بالإضافة إلى الدعم الذي ستحتاج إليه لإنجاز العمل. وقد يكون بإمكانك أن تعرض قدراتك من خلال الصور أو بواسطة مقطع فيديو قصير. كما ويمكنك أن تتدرّب على إلقاء خطابك التسويقي حتى تشعر بالثقة.

التأمّل في خطابك التسويقي

خذ بعض الوقت بعد أن تنتهي من تقديم خطابك التسويقي كي تفكر كيف كان أدائك. سجّل بعض الملاحظات عن الأمور التي أدتها بشكل جيد وعن الأمور التي قد تتمكن من أدائها بشكل مختلف. خذ الأمور برحابة صدر، وحاول أن لا تشعر بالخيبة إذا لم تجر الأمور وفق المسار الجيد الذي خطت له.

حاول معاودة الاتصال برّب العمل في حال تقبل رب العمل ذلك، لطلب رأيه وتعليقاته حول بعض الأمور التي كنت متميزاً فيها وبعض الأمور الأخرى التي يمكنك العمل على تحسينها في المرة المقبلة، حيث أن تقديم الخطاب التسويقي هو تجربة نتعلم منها وفرصة رائعة لصقل الخطاب للمرة المقبلة.

تكييف مواصفات الوظيفة لتناسبك

بمجرد تقديمك لعرضك التسويقي وموافقة رب العمل على توظيفك، يجب عليك وعلى رب العمل حينئذ الاتفاق على نوع المهام وعلى الدعم والتعديلات التي قد تحتاج إليها في مكان العمل. وبإمكانك مساعدة رب العمل من خلال تقديم معلومات عن التعديلات في مكان العمل. وأما عن النتيجة فستكون زيادة الإنتاجية لصالح رب العمل وتأمين وظيفة لك مما يعني الفوز للطرفين. ولمزيد من المعلومات راجع صحيفة الحقائق رقم ٧: معلومات لأرباب العمل.

نموذج عن الخطاب التسويقي - ترك انطباع جيد

فيما يلي نموذج لما قد يذكره الباحث عن وظيفة لرب عمل محتمل. ويجب تعديل هذا النموذج في حال قام شخص آخر بتقديم الخطاب بالنيابة عن الباحث نفسه.

عرف بنفسك	اسمي جيسكا وعمرى ١٦ سنة. أدرس حاليًا في مدرسة بريزفيو الثانوية الحكومية، ويقول الناس عني أنني أتمتع بروح الدعابة والمرح؛ وعلى الرغم من أنني قد أكون خجولة مع الأشخاص الجدد (وخاصة البالغين منهم) إلا أن طبيعتي اجتماعية ومنفتحة، كما أنني شخصية متحمسة وأحب المساعدة في المنزل واستمتع بالتعرف إلى أشخاص جدد.
اذكر اسم الشخص المهم الذي رشحك للوظيفة	لقد رشحتني ليندا سميث لهذا المنصب، حيث أنني أعرف ليندا منذ ١٠ سنوات. معرفتي بليندا قوية فلقد أمضينا أوقاتًا معًا في الإجازات مع العائلة والأصدقاء، كما أننا نتردد معًا على ذات الصالة الرياضية المحلية.
صف بعض مهاراتك أو سماتك الشخصية الإيجابية ذات الصلة بالوظيفة التي تبحث عنها	أما الأعمال التي أجيدها (وهي لا تقتصر على ما سأذكر) فإنها تشمل العمل المكتبي الروتيني وأعمال الضيافة والتنظيف إلخ. كما أنني أجيد اتباع الروتين وأهدف إلى إتمام المهام بحد أدنى من الحث والتشجيع. إضافة إلى أنني أجيد اتباع جدول المهام وقراءة التعليمات والإجراءات البسيطة. أنا أحب التنظيم وأحب أن أجهز موادي قبل أن أبدأ بأي مهمة.
مثال عن أنواع المهام التي بإمكانك أن تقترح تقديمها لصاحب العمل (وكيف يمكن للشركة الاستفادة منها)	أنا ماهرة جدًا في تجهيز قاعة لإقامة فعالية ما - بما في ذلك ترتيب الكراسي والأوعية والمناديل وأدوات المائدة والكؤوس وأكواب الشاي والقهوة وما إلى ذلك. كما ويمكنني أن أحسب عدد الأطعم اللازمة لكنني سأحتاج إلى بعض الإيعازات المرئية أو المكتوبة حتى استذكر الكميات. ولما قمت بتلك المهمة فيما سبق، أضفى ذلك حسًا من الترحاب على أماكن العمل الأخرى التي عملت فيها.
قدّم مثالاً واحدًا على الأقل عن نجاح حققته	في الفصلين الثالث والرابع، عملت لدى المكتب العقاري المحلي حيث كنت أقوم بمهام معينة مثل إعداد شاي الصباح (تقطيع الكعك) وتجهيز غرفة الاجتماعات بالطاولات والكراسي والأقلام والأوراق. ولقد علّق مشرف العمل باستحسان على منظر الغرفة وقال إنها ساعدت على سير يوم العمل بسلاسة.
الخطوة التالية - هل تحتاج إلى المزيد من الخبرات أو التوصيات أم الحصول على مقابلة رسمية	يوجد لدي بعض المعلومات الموضوعية عن سيرتي التي قد تساعدك في أن تنظر في تعييني في هذا المنصب. وسيكون من الرائع أن ألتقي بك شخصيًا حتى تسمع المزيد عن طبيعة المهارات التي أستطيع تقديمها وعن بعض من الفوائد التي يمكنني تقديمها للشركة.
وجه الشكر للمخاطبين على وقتهم	أتوجه لكم بجزيل الشكر على وقتكم وأتمنى أن تتمكنوا من النظر في إمكانية تعييني في هذا المنصب، أو أن تتمكن من العمل سويًا لتكليف منصب معين يناسبني ويمكّنني من استخدام مواطن قوتي وتلبية احتياجات مكان العمل.



Community Resource Unit Ltd
www.cru.org.au

٦-الدعم المطلوب في وظيفتك الأولى

المدرشون أو المدربون على الوظيفة

يمكن للمرشد الوظيفي أن يساعدك في العثور على وظيفتك الأولى والمحافظة عليها. وعلى المرشد أن يدرك ما هي توقعات مكان العمل، وكيف عليك أن تعمل إلى جانب الموظفين الآخرين، وكيف تقوم بحل المشكلات. كما يمكن لمرشدك أن يساعدك على أن تتعلم كيف تقوم بعملك، وكيف تحافظ على تواصل جيد مع الآخرين في مكان العمل وأن يتأكد من حصولك على قدر كافي من الدعم. ويُعرف المدرشون الوظيفيون كذلك بالمدربين الوظيفيين أو الداعمين الوظيفيين.

قد يساعدك المرشد الوظيفي في مجموعة أمور بما في ذلك (على سبيل الذكر لا الحصر):

- استطلاع توقعات مكان العمل ومناقشتها معك.
- دعم علاقاتك بزملائك و برب العمل.
- التنسيق مع عائلتك ومع مكان عملك للتأكد من أنك تحصل على دعم جيد للقيام بدورك في العمل وتحقيق توقعات مكان العمل.
- مساعدتك على تطوير مهاراتك وثقتك بنفسك وذلك عن طريق التنبه لكل الفرص الجديدة التي يمكنك المشاركة فيها.
- قد تدفع أجرًا لشخص ما للقيام بدور المرشد لمساعدتك كما وقد تجد أن موظفين آخرين في مكان العمل مستعدون لتقديم بعض الدعم.



برامج المساعدة في التوظيف

يمكن للبرامج الممولة أن تكون مفيدة في تقديم الدعم المالي والخبرة. ويمكن لخدمات توظيف المعاقين مساعدة بعض الأشخاص من ذوي الإعاقة على العمل. كما قد يحصل أرباب العمل أيضًا على التمويل لتأمين المعدات وإجراء التعديلات المنطقية في مكان العمل من أجل توظيف أشخاص من ذوي الإعاقة. لمعرفة ما إذا كنت مؤهلاً قم بالاطلاع على الموقع

www.jobaccess.gov.au

يقوم البرنامج الوطني للتأمين ضد الإعاقة بتمويل الدعم لذوي الإعاقة الراغبين بالعمل. كما ويمكن كذلك لخريجي المدارس الثانوية والمتوقفين عن الدراسة بعدها من ذوي الإعاقة، أن يتقدموا بطلب للحصول على التمويل وذلك كدعم لهم أثناء مرحلة الانتقال إلى العمل في سوق العمل المفتوح.

لمعرفة ما إذا كنت مؤهلاً، قم بالاطلاع على:

www.ndis.gov.au/participants/finding-keeping-and-changing-jobs



قصة

لطالما أرادت روبي أن تمارس الرياضة وأن تعمل مع الياغبين الذين هم في مثل سنها. وكانت عائلة روبي حريصة كل الحرص على أن يكون العمل جزءًا جوهريًا في حياة روبي ما بعد الدراسة.

لقد أتمت روبي خبرة العمل في محل لبيع الوجبات السريعة في منطقتها المحلية ولكنها كانت تُدرك عائلتها باستمرار بأن تلك الوظيفة لم تكن وظيفتها المنشودة. وقد اجتمع أفراد عائلتها وأصدقائها كي يخططوا كيف سيتمكنوا من العثور على وظيفة تكون أكثر ملاءمة لها — وظيفة من شأنها أن تصل بها إلى أهدافها.

ومن خلال عملية الاستكشاف، حددوا عددًا من الاحتمالات الممكنة ضمن نطاق المجتمع المحلي. حيث عثرت ابنة عمها على وظيفة بدوام جزئي لتعمل كمساعدة في الصالة الرياضية المحلية. وكانت تلك الوظيفة بمثابة الوظيفة الأولى النموذجية.

أربع سنوات قضتها روبي حتى الآن وهي تمارس عملها. وقد ازدادت قدرتها على تحمل العمل وازدادت ثقتها بنفسها في مكان العمل، كما وقد عُرض عليها العمل بدوام كامل في السنة التالية حتى أنها طلبت إلى رب العمل مساعدتها في تطوير المهارات التي تحتاج إليها.

التفكير على المدى البعيد: التفكير بالمستقبل المهني

إن المستقبل المهني يعني العمل لفترة طويلة من حياتك حيث يكون هناك فرص لتطوير المهارات وزيادة حجم المسؤوليات وزيادة الأجر المدفوع. يمكن لذوي الإعاقة أن يكون لديهم مستقبل مهني حالهم حال أي شخص آخر.

متّع بعقلية تهتم بالمستقبل المهني

- قم بتحديد الأهداف ورسم الخطط حتى تتمكن من تحديد الوظيفة المناسبة لك.
- تحلى بالتفاؤل والإيمان بنفسك وبقدراتك في إنجاز المهام. وفي حال تعثرت الأمور كان عليك أن تتعلم من تلك التجربة.
- كن مستعدًا لاغتنام الفرص عندما تأتيك. اعرف مواطن قوتك ومزاياك ومواهبك وكيف لك أن تبني على هذه المزايا.
- خذ بزمام المبادرة من أجل التواصل الجيد
- اسأل نفسك من وقت لآخر، هل أنت راضٍ عن وظيفتك، أم أنك مستعد للتغيير؟
- فكر في عمل بعض الدراسات الإضافية لتدعم بها عملك ولتبني معرفتك ومهاراتك.



Community Resource Unit Ltd
www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

٧-معلومات لأرباب العمل

نصائح لأرباب العمل

هناك فوائد كثيرة ومعروفة تنجم عن توظيف شخص من ذوي الإعاقة، فقد أظهرت الأبحاث أن الموظفين من ذوي الإعاقة من المرجح أن يجلبوا مهارات جديدة ورؤى قيّمة للمصلحة التجارية. حيث يكون غيابهم عن العمل منخفضاً على العموم، كما ويقضون في العمل فترات أطول مما يؤدي إلى انخفاض في تبديل الموظفين، وفي تكاليف التوظيف والتدريب على المدى الطويل. كما وتقل ممارسات العمل الدامجة إلى التقليل من وقوع الإصابات في مكان العمل، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإنتاجية.

ويكون الزبائن أكثر ولاءً للمصالح التجارية التي تبدي مظاهر الدمج والتنوع، وعندما تجسّد القوة العاملة في المصلحة التجارية جميع الفئات على عرض المجتمع. كما ويمكن للموظفين من ذوي الإعاقة مساعدة المصالح التجارية على فهم احتياجات زبائنهم من ذوي الإعاقة، مما يجعل هذه المصالح أكثر قدرة على المنافسة.

إن بناء قوة عاملة دامجة ومتنوعة يفيد الجميع - الموظفين والمصالح التجارية إلى جانب المجتمع ككل.

توظيف شخص من ذوي الإعاقة

حذار من تبني الفرضيات المسبقة حول قدرة الشخص على القيام بالعمل على أساس تشخيص ما أو إعاقة ما - سواء كانت تلك الفرضيات ظاهرة أو مخفية. فغالباً ما يكون هناك طرق مختلفة ومبتكرة للتعامل مع المهام وقد لا تكون تلك الطرق واضحة لك بشكل فوري.

بعض أرباب العمل لديهم خبرة قليلة في توظيف أشخاص من ذوي الإعاقة ويخشون أن يطرحوا الأسئلة غير اللائقة على الموظفين. يمكن لرب العمل أن يطرح أسئلة معقولة عن تأثير إعاقة الشخص وإذا ما كانت ذات صلة بكيفية قيام الشخص بتأدية "المتطلبات المتأصلة" للوظيفة ومعرفة ما إذا كان إجراء التعديلات أو تقديم الدعم أمراً ضرورياً. ومن أجل تحديد المتطلبات المتأصلة للوظيفة، عليك التركيز على النتيجة النهائية للعمل الذي تحتاج إلى إنجازه بدلاً من الطريقة المعتادة التي تنجز بها هذا العمل.

www.humanrights.gov.au/our-work/disability-rights



الدعم لأرباب العمل

لا يجب أن يترتب على توظيف شخص من ذوي الإعاقة تكاليف أعلى من توظيف شخص من غير ذوي الإعاقة. وقد يكون أرباب العمل مؤهلين للحصول على تمويل لتغطية تكاليف إجراء التعديلات في مكان العمل أو الحصول على مساعدات مالية أخرى. كما وقد يتمكن أرباب العمل من الحصول على خدمات التدريب والدعم أثناء العمل وذلك لمساعدة الموظفين من ذوي الإعاقة على تعلم كيفية أداء الوظيفة و/أو الحفاظ عليها.

قم بالاطلاع على:

www.jobaccess.gov.au/disability-adjustment

المدرشون الوظيفيون

يستعين الموظفون من ذوي الإعاقة أحياناً بمرشدين وظيفيين. ويمكن لمرشدي الوظائف المساعدة بطرق شتى، بما في ذلك تقديم المعلومات للشخص كي يقوم بوظيفته، بالإضافة إلى حل المشكلات اليومية أينما وُجدت، إلى جانب تشجيع الشخص على تأدية عمله بشكل جيد. يتم اختيار المرشدين بالدرجة الأولى لأنهم يودون للشخص من ذوي الإعاقة أن يحقق النجاح قد يتقاضى المرشدون الوظيفيون الأجور من قبل الشخص ذي الإعاقة، أو قد يكونوا متطوعين لمدة محدودة. وفي كثير من الأحيان سيعرض موظف آخر تقديم المساعدة.

اطلع على صحيفة الحقائق رقم ٦ لمزيد من المعلومات عن المرشدين الوظيفيين.



Community Resource Unit Ltd
www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA وNDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.

قصة

كانت ديليا تُدير محلاً صغيراً لوكالة البريد في إحدى البلدات الريفية، حيث كانت تخسر بعضاً من تعاملاتها التجارية بسبب منافسة مركز التسوق الجديد الذي تم افتتاحه مؤخراً. إلا أن الحظ انقلب مع ديليا بعد أن قدّمت لتبريز وظيفتها الأولى.

وفي بداية الأمر، اعتقدت ديليا أن هذه الخطوة ستكون بالغة التعقيد، حيث أن تبريز كانت تستخدم كرسيًا متحركًا وعلى الرغم من أن المحل كان متاحًا وفيه متسع للحركة، إلا أن منصدة خدمة الزبائن لم تكن كذلك. فقالت تبريز وعائلتها بأنه هنالك تمويلًا متاحًا لتوسيع قسم من منصدة الخدمة. حيث كانت حُجَّتهم أن منصدة خدمة الزبائن الفسيحة سوف تجذب المزيد من الزبائن، كما أن تبريز تتمتع بأسلوب محبب للتعامل مع الناس — حيث كانت تجعل الناس يشعرون بالترحاب دائماً

وهذا هو ما حدث تمامًا. حيث ذاع الخبر في البلدة بأن مكتب البريد أصبح مكانًا مريحًا جدًا ويرحب كثيرًا بالناس للحضور وتسديد فواتيرهم وشراء تذاكر اليانصيب وإجراء معاملاتهم المصرفية. وأنه أصبح بوسع الناس الجلوس وإتمام عملهم وتجاذب أطراف الحديث. وشيئًا فشيئًا، أصبح مكتب البريد مركز تجمُّع هام للمجتمع وتمكنت ديليا من توسيع مصلحتها التجارية عن طريق بيع القهوة والكعك، وأصبح الآن عملها التجاري مزدهرًا.

٨-المزيد من المعلومات والمصادر



العمالة المكيفة بشكل مخصص والمشاريع الصغرى

إن التوظيف المكيف بشكل مخصص وإجراءات الاستكشاف توفر لذوي الإعاقة نهجاً بديلاً لسوق العمل التقليدي بمساعدة المؤسسات التالية:

- مارك جولد وشركاه:
www.marcgold.com
- منظمة الدمج الأسترالية:
www.everyonecanwork.org.au
- شبكة العلاقات الأسترالية بخصوص الإعاقة:
www.and.org.au
- وهي تدعم المنظمات والمصالح التجارية من أجل النهوض والعمل على دمج الأشخاص من ذوي الإعاقة في قوى العمل.
- مركز أبحاث وممارسة التوظيف لذوي الإعاقة: CDERP
www.cderp.com.au
- الأطفال والشباب ذوو الإعاقة أستراليا. CYDA:
www.cyda.org.au
- دليل للبدء بمشروع تجاري:
www.business.gov.au
- مشروع الحياة المجتمعية CLP:
www.communitylivingproject.org.au

إليك بعض المصادر

لتساعدك على البدء بالعمل:

يوجد طرق عديدة يمكن من خلالها للأشخاص من ذوي الإعاقة وعائلاتهم رؤية الحياة بمنظور جيد، وإشراك الآخرين في التخطيط ووضع الأهداف والخطط:

- تعزيز الحياة الجيدة وإنعاشها:
www.cru.org.au/resources/thegoodlifewebsite
(يوجد في الصفحة رقم ٣ مصادر عن طلب المساعدة)
- توفير المصادر للمجتمعات الدامجة:
www.ric.org.au
- الانتماء هام
www.belongingmatters.org





قصص جيدة

يوجد الكثير من القصص الجيدة عن أشخاص من ذوي الإعاقة يعيشون نمط حياة دامجة في المنزل وفي العمل:

- مشروع الـ ١٩ قصة:

www.19stories.org

- أشكال الدعم التي تُدار ذاتيًا:

www.selfmanagedsupports.org.au

- منظمة ألبيرتا للدمج:

www.inclusionAlberta.org

- البيت بيتي والكلمة الأولى لي:

www.myhomemyway.com.au

التمويل الحكومي:

توفر الحكومة الأسترالية التمويل من أجل الدعم، ومن أجل إجراء التعديلات وتأمين المعدات:

- البرنامج الوطني للتأمين ضد الإعاقة:

www.ndis.gov.au

- مشروع تأمين الحصول على الوظائف لحكومة أستراليا:

www.jobaccess.gov.au

القضايا المالية أمر هام

إليك كل ما تحتاج إلى معرفته عن التصرف في أموالك:

- الذكاء المالي ASIC:

www.moneysmart.gov.au



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

صدرت أصلاً بالتعاون مع CSIA و NDS كجزء من مشروع مستعدون للدمج ٢٠١٨. النسخة ٢ تم إعادة النشر في آب/ أغسطس ٢٠٢٤ بواسطة وحدة الموارد المجتمعية.