

1 MỌI NGƯỜI ĐỀU CÓ THỂ CÓ MỘT VIỆC LÀM THẬT SỰ

Tại sao việc làm lại quan trọng

Mọi người đều có thể có lợi khi có việc làm, kiếm được tiền, và xây dựng sự nghiệp. Bạn có nhiều khả năng để đóng góp, và xã hội được vững mạnh hơn với sự đóng góp của bạn.

Có một công việc mang lại cảm giác có mục đích và sự hội nhập cùng với cơ hội để kết bạn. Công việc đầu tiên của bạn là bước khởi đầu quan trọng cho đời sống trưởng thành của bạn. Với một số tư duy sáng tạo, mọi người đều có thể làm được những công việc có ý nghĩa.

Việc làm hòa nhập (Inclusive employment) có nghĩa là làm một công việc điển hình và có giá trị cho xã hội bên cạnh những người khác trong cộng đồng. Đây có nghĩa là một mức lương công bằng cho việc làm của bạn. Điều đó cũng có nghĩa là nhận được hỗ trợ mà bạn cần, các điều chỉnh hợp lý tại nơi làm việc và thiết bị để giúp bạn làm công việc của mình.

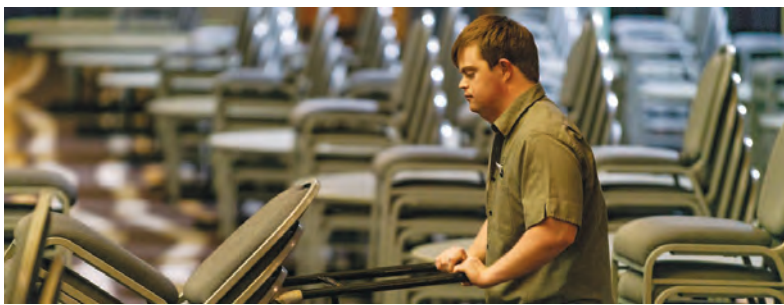
Việc làm có nhiều hình dạng và kích cỡ khác nhau. Điều quan trọng là tìm được sự phù hợp giữa bạn và việc làm, bao gồm các sở thích và ưu điểm của bạn cũng như các kế hoạch của bạn cho tương lai.



Điều gì cản trở?

Đáng tiếc là tìm việc làm đầu tiên không dễ dàng như trên lý thuyết hay đáng lẽ phải như vậy. Không phải nhà tuyển dụng nào cũng hiểu rằng người có khuyết tật có thể là nhân viên đáng giá hoặc có thể đóng góp cho doanh nghiệp của họ. Bởi vì có nhiều người khuyết tật không tham gia vào lực lượng lao động được trả lương, gia đình và trường học của bạn có thể không kỳ vọng ngay là bạn có thể có một việc làm thật sự. Cũng có thể khó xin được việc làm khi bạn phải cạnh tranh với nhiều người khác đang tìm việc hoặc bạn phải thích nghi với một công việc tiêu chuẩn. Tìm được việc làm trong khi bạn còn ở trung học là một nơi tuyệt vời để khởi sự.

Với một vài quyết tâm, kiên trì, một cách tiếp cận tùy chỉnh sáng tạo cùng với sự giúp đỡ của gia đình và bạn bè, bạn có thể tìm được một công việc mà bạn có thể học hỏi, đóng góp và thành công.



Các tờ thông tin về tìm việc làm đầu tiên của bạn

1. MỌI NGƯỜI ĐỀU CÓ THỂ CÓ MỘT VIỆC LÀM THẬT SỰ

phác thảo lý do tại sao việc làm lại quan trọng

2. NÊU LÊN KỲ VỌNG

sẽ giúp bạn liên tưởng đến một cuộc sống làm việc tốt đẹp

3. GỢI Ý CHO GIA ĐÌNH VÀ BẠN BÈ

sẽ hướng dẫn họ cách trợ giúp bạn

4. CHUẨN BỊ

đưa ra một số chiến lược hữu ích để suy xét và lên kế hoạch cho việc làm đầu tiên

5. TÌM VIỆC LÀM ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

có một số bài tập thực tiễn để suy nghĩ thêm về những gì bạn có thể đóng góp

6. HỖ TRỢ CHO VIỆC LÀM ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

đưa ra một số ý kiến về những nơi mà bạn tìm được sự hỗ trợ

7. THÔNG TIN CHO NHÀ TUYỂN DỤNG

liệt ra giá trị của các nhân viên có khuyết tật

8. THÊM THÔNG TIN VÀ NGUỒN THAM KHẢO

liệt ra danh sách các nguồn tham khảo và kết nối về việc làm

Mẫu truyện

Có thấy mới tin được! Mẹ của Marcia là một đầu bếp giỏi và biết rằng con gái của bà cũng chia sẻ đam mê của mình.

Sau khi Marcia học xong, bà dự định cho cô đến tham gia trung tâm sinh hoạt ban ngày ở địa phương nơi có chương trình dạy môn nấu ăn.

Khi nghe người hàng xóm nói với bà là có một cô gái khuyết tật làm việc tại lò bánh mì ở địa phương, bà đến đó để xem. “*Marcia có thể làm việc đó!*” bà chợt nghĩ. “*Hãy bắt đầu tìm hiểu về ý nghĩ này.*”

Bà suy nghĩ về mọi nơi trong cộng đồng địa phương nơi có thể có một việc làm cho Marcia. Marcia cũng rất hào hứng. Cô ấy luôn luôn muốn có một việc làm thật sự, giống như các bạn cùng trường của mình.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.



2 NÊU LÊN KỶ VỌNG



Hãy tin tưởng rằng bạn có thể có một việc làm

Hãy tin rằng bạn có thể đóng góp nhiều và với một chút sáng tạo, sẽ có một việc làm cho bạn. Bạn và gia đình của bạn sẽ cần quyết tâm và duy trì một công việc thực sự. Tốt hơn nên có một mục tiêu cho điều gì bạn muốn và sau đó hoạch định các bước cần làm để đi đến đó. Có những người khác đã từng làm như vậy trước bạn do đó nên nhớ rằng việc này là có thể.

Theo đuổi ước mơ của bạn

Bạn có thể có một ước mơ cho tương lai. Các ước mơ rất quan trọng. Chúng hướng dẫn các mục tiêu và kế hoạch cho tương lai của bạn. Hãy tưởng tượng những gì có thể làm được và nói chuyện với những người khác về cách họ đã quyết định về những gì họ muốn làm. Lắng nghe các câu chuyện của người khác và học hỏi xem điều gì có thể làm được.

Xác định những gì bạn có thể cống hiến

Mọi người đều có những điểm mạnh và điều gì đó để cống hiến. Hãy nhờ gia đình giúp bạn xác định các năng khiếu và đóng góp của bạn. Viết những điều này xuống và chia sẻ chúng với những người khác—họ có thể nhận thấy những phẩm chất hoặc kỹ năng mà bạn đã bỏ sót.

Suy nghĩ ngoài khuôn khổ

Biến những ước mơ của bạn thành một việc làm có thể cần bạn và gia đình của bạn để suy nghĩ “ngoài khuôn khổ”. Đây là một số chiến lược giúp bạn suy nghĩ đến các tiềm năng tiêu biểu và quý giá trong cộng đồng của bạn.

Các vòng hỗ trợ

Vòng hỗ trợ là một nhóm người bán chính thức, họp mặt thường xuyên để giúp bạn mơ ước, hoạch định và thực hiện nỗ lực để đạt được các mục tiêu cá nhân của bạn. Nếu hai đầu óc tốt hơn một, thì sáu đầu óc sẽ tốt hơn hai. Bạn và gia đình sẽ cảm thấy được liên kết nhiều hơn, quyết tâm và có tổ chức hơn với sự hỗ trợ của họ.

Sức mạnh của 10 lần

Sức mạnh của 10 lần là một quá trình sử dụng khái niệm bội số của mười (x10) để giúp chúng ta suy nghĩ thoáng rộng hơn cách chúng ta thường làm. Ví dụ như bắt đầu bằng một danh sách 10 điều mà bạn thích; thì với mỗi điều trong số mười điều đó bạn có thể kể tên mười việc làm liên quan đến sở thích này; sau đó cho mỗi việc làm đó, hãy liệt ra tên mười doanh nghiệp thu nhận người làm việc này. Bạn có thể làm việc này một mình nhưng nó có hiệu quả hơn khi bạn có một nhóm người cùng suy nghĩ với bạn.

Học cách Hỏi

Yêu cầu được giúp đỡ có thể khó khăn đối với nhiều người. Người ta đã ghi lại một số gợi ý hữu ích về đề tài này để nâng cao cơ hội thành công. Những tài nguyên này có thể hướng dẫn bạn và gia đình bạn về những phương cách khác nhau để tiếp cận người khác và nhờ họ can dự giúp đỡ. Hãy xem **Tờ Thông tin số 8** để tìm đường kết nối đến một số tài nguyên này.

Nghĩ về một Sự nghiệp

Có một sự nghiệp có nghĩa là việc làm đầu tiên của bạn không phải là việc làm cuối cùng—bạn xây dựng dựa trên kinh nghiệm qua mỗi việc làm mới để có một cuộc sống làm việc đầy ý nghĩa. Đây cũng có nghĩa là phát triển những kỹ năng và sự tự tin theo thời gian. Hãy xem **Tờ Thông tin số 5** để có thêm một số suy nghĩ về Sự nghiệp..

Hòa mình vào giữa những người tích cực

Tìm và giữ được việc làm cần có sự quyết tâm và kiên trì. Bạn hãy hòa mình vào giữa những người tích cực, có kinh nghiệm để hỗ trợ cho các mục tiêu cá nhân của bạn. Họ sẽ có các mạng lưới và kiến thức hữu ích để giúp bạn giải quyết các vấn đề và tìm ra các giải pháp sáng tạo. Họ cũng sẽ hỗ trợ bạn khi tình cảnh trở nên khó khăn.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.

Mẫu truyện

Mike lắng nghe bạn bè trong trường trò chuyện. Chúng có nhiều kế hoạch cho tương lai—rời khỏi nhà, đi du lịch, lên đại học và có bạn gái. Ước mơ của Mike là trở thành một siêu sao nhạc rock and roll.

Khi mẹ anh ấy nghe được điều đó, bà nói,

“Ừ, đó là một thử thách. Chúng ta cần phải suy nghĩ xem cách nào để làm được việc đó.”

Với sự giúp đỡ của gia đình anh, Mike đã tìm được công việc đầu tiên tại cửa hàng âm nhạc địa phương, nơi mà các nhạc sĩ địa phương thường lai vãng. Họ dần quen biết anh và mời anh đến các buổi trình diễn của họ.

Mười năm trôi qua, Mike tiếp tục làm việc ở cửa hàng âm nhạc. Anh đã thành lập một phòng ghi âm tại nhà, thu âm một vài bài hát, và lưu diễn với ban nhạc của bạn anh trong cả khu vực. Anh ấy đang trên đường hoàn thành giấc mơ của anh.



3 GỢI Ý CHO GIA ĐÌNH VÀ BẠN BÈ

Cần có sự quyết tâm và kiên trì để tìm được công việc đầu tiên của bạn, và gia đình cùng bạn bè của bạn có thể giúp đỡ. Họ quan tâm đến bạn và muốn bạn thành công. Gia đình có thể đóng góp bằng nhiều phương cách thực tiễn, từ việc tìm kiếm đầu tiên cho đến giúp bạn tạo dựng lên một sự nghiệp.

Không bao giờ quá sớm

Cha mẹ có thể khích lệ đạo đức làm việc ngay khi còn nhỏ bằng cách giao cho làm các công việc trong nhà, và kỳ vọng có sự đóng góp vào cuộc sống của gia đình. Có những cuộc trò chuyện điển hình về những gì đứa trẻ muốn làm khi trưởng thành đều là một phần của tiến trình chuẩn bị. Lợi dụng những cơ hội như sử dụng phương tiện giao thông công cộng, làm quen với việc mua vé; học cách lên tiếng cho bản thân đều là sự chuẩn bị tuyệt vời cho cuộc đời làm việc về sau. Tự tin và có trách nhiệm là các đức tính có lợi nhiều khi tìm việc làm.



Tìm sự am hiểu và cảm hứng

Việc gia nhập vào lực lượng lao động không phải dễ dàng cho bất cứ người nào, và có rất nhiều điều để học hỏi. Đây có thể là khoảng thời gian đáng lo sợ cho người trong gia đình và cho bạn — hãy cảm nhận sự lo sợ; sau đó tiếp tục tiến bước. Một khởi đầu mạnh mẽ là lắng nghe ước mơ của những người trong gia đình bạn, mục tiêu và kế hoạch cho tương lai của họ. Hãy hỗ trợ họ, cho dù bạn không biết nên bắt đầu từ đâu. Hãy nghĩ về điều gì được những người trẻ khác xem trọng và tiêu biểu — đây là một hướng dẫn tốt. Có vô vàn tiềm năng.

Mời những người khác giúp đỡ

Nếu bạn cảm thấy bị choáng ngợp, điều hữu ích là mời người khác giúp đỡ. Bạn bè — đôi khi xác định được những cơ hội mà gia đình bỏ sót. Anh, chị, họ hàng và bạn bè biết nhiều về việc bắt đầu đi làm. Một Vòng Hỗ Trợ là một chiến lược có chủ ý để lập kế hoạch và bảo vệ. Để biết thêm về những kết nối thông tin về cách những người khác đã sử dụng chiến lược bán chính thức này để khai thác kiến thức và sự hỗ trợ của gia đình và bạn bè — xem **Tờ Thông tin số 2**.

Dùng mạng lưới quan hệ của bạn

Mặc dù có những dịch vụ chính thức giúp tìm việc làm cho người có khuyết tật, bạn và gia đình không cần phải chờ đợi. Bạn có thể bắt đầu bằng cách tìm các cơ hội qua các mạng lưới quan hệ không chính thức của mình. Thường đây là trường hợp bạn quen biết ai, chứ không phải bạn biết gì. Một doanh nghiệp gia đình có thể cung cấp cho người khuyết tật một nơi linh hoạt và thân thiện để có được công việc đầu tiên. Tại đây, họ có thể đạt được lòng tự tin và các kỹ năng để tham gia vào lực lượng lao động chính mạch.

Tạo điều kiện cho các mối quan hệ

Một công việc sẽ mang lại những kết nối mới và cơ hội để kết bạn. Bạn có thể giúp người trong gia đình tận dụng tối đa các cơ hội này bằng cách bảo đảm rằng họ có những hỗ trợ cần thiết để đáp ứng với các lời mời xã giao và đương nhiên, theo thời gian, họ cũng có thể chủ động việc mời mọc người khác.

Tạo một mạng lưới an toàn

Ai cũng có những thất bại và thất vọng ở nơi làm việc, và thành viên gia đình bạn cũng sẽ không ngoại lệ. Bạn có thể cung cấp một mạng lưới an toàn khi có sự cố xảy ra để giúp họ tự tin đi tiếp. Bạn cũng có thể giúp họ tạo ra mạng lưới an toàn cho riêng mình khi họ trở nên tự tin và giàu kinh nghiệm hơn.

Xem **Tờ Thông tin số 8**: Thêm Thông Tin và Nguồn Tham Khảo



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018.

V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.



Mẫu truyện

Gia đình của Patrice hoàn toàn không biết cô ấy sẽ làm gì khi cô rời trường. Chỉ còn mười tám tháng nữa, Mẹ và Cha của cô bắt đầu rối lên. Họ tập hợp vài người bạn thân để nhờ giúp đỡ.

“Chúng ta có thể làm gì? Trung tâm sinh hoạt ban ngày thì gần nhà nhưng đó không phải là một chọn lựa. Patrice sẽ rất không vui ở đó. Cô bé có các kế hoạch lớn lao cho bản thân.”

Nhóm này tụ họp thường xuyên trong một năm, nói chuyện với Patrice và xem xét một số chọn lựa. Việc quy hoạch này không phải chỉ quan trọng cho Patrice mà là cho cả gia đình. Trường học đã làm cuộc sống tương đối đơn giản cho mọi người. Sự thay đổi cho Patrice là một thay đổi cho mọi người.

Cuối cùng, Mẹ của Patrice đã tìm được một công việc bán thời nhỏ để Patrice có thể bắt đầu làm. Ban đầu, Mẹ và Cha của Patrice đã hỗ trợ Patrice chuyển tiếp vào việc làm mới của cô. Đây là một giải pháp tốt cho Patrice, gia đình và nhà tuyển dụng của cô. Khi mọi người trở nên tự tin hơn, Patrice cần ít hỗ trợ hơn.

4 CHUẨN BỊ CHO VIỆC LÀM ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

Hãy suy nghĩ về nơi bắt đầu tìm kiếm

Các tổ chức lớn

Nhiều tổ chức lớn coi trọng nhân viên có khuyết tật và các tổ chức lớn thường có nhiều nhiệm vụ nhỏ mà không phải lúc nào cũng hiển nhiên.

Các doanh nghiệp nhỏ ở địa phương

Các doanh nghiệp nhỏ trong cộng đồng của bạn cũng có thể là một nguồn tuyển dụng; đặc biệt là, nếu bạn đã được doanh nghiệp này biết đến rồi, và bạn và gia đình bạn có giao dịch với họ. Họ có thể im lặng và dễ xin vào hơn.

Các doanh nghiệp gia đình

Bạn hoặc một thành viên khác trong gia đình có thể có một doanh nghiệp nhỏ cho mình. Đây có thể là nơi khởi sự tuyệt vời. Gia đình bạn biết rõ về bạn và có khuynh hướng sáng tạo và linh động. Nhiều bạn trẻ khởi sự trong một doanh nghiệp gia đình.

Các cơ quan chính phủ, Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia, tuyển dụng những người có khuyết tật để chứng minh giá trị mà người khuyết tật có thể mang đến nơi làm việc. Đây có thể không phải là công việc đầu tiên của bạn ở trung học nhưng có thể là công việc đầu tiên khi bạn học xong.



Lấy một số kinh nghiệm

Hãy bắt đầu nơi bạn có thể. Tìm những công việc trong một lĩnh vực mà bạn thích, nhưng hãy nhớ đây là tìm việc làm đầu tiên của bạn chứ không phải công việc hoàn hảo. Đây chỉ là sự khởi đầu. Bạn sẽ học hỏi được nhiều, và kinh nghiệm sẽ giúp bạn quyết định những gì mình muốn làm trong tương lai.

Đây là hai gợi ý:

Tình nguyện

Làm việc thiện nguyện mang lại cho bạn kinh nghiệm và xây dựng các mạng lưới của bạn. Tình nguyện không phải là thay cho một công việc được trả lương; đây có thể là một bước dẫn đến việc làm thật sự được trả lương. Nó chứng tỏ cho chủ nhân tương lai thấy sự sẵn sàng làm việc của bạn. Hãy xem nơi các thanh thiếu niên khác tình nguyện – như các lễ hội ca nhạc, cuộc đua vui hoặc phục hưng bụi rậm. Sẽ có các vai trò mẫu mực tốt và công việc chắc chắn sẽ thú vị và vui thích.

Kinh nghiệm làm việc

Bạn có thể đã từng làm việc để lấy kinh nghiệm do nhà trường hoặc gia đình bạn tổ chức. Kinh nghiệm làm việc là một khoảng thời gian ngắn để giúp bạn hiểu ý nghĩa làm việc là gì và loại công việc bạn có thể yêu thích trong tương lai. Nó cũng sẽ tạo dựng lòng tự tin và các kết nối của bạn. Trong quá trình thực tập để lấy kinh nghiệm, hãy để ý đến bất cứ cơ hội nào có thể tồn tại trong tương lai. Nó có thể dẫn đến một công việc được trả lương trong tương lai.

Lập kế hoạch cho công việc đầu tiên của bạn

Nhiều người trẻ tìm được công việc đầu tiên thông qua những người họ quen biết. Có được công việc đầu tiên xứng đáng được lập kế hoạch và suy nghĩ cẩn thận. Bạn có thể cần một cách tiếp cận cá nhân hóa hơn và gia đình cũng như bạn bè của bạn có thể trợ giúp. Xem **Tờ Thông tin số 5** để biết ví dụ về một số bài tập để giúp bạn lập kế hoạch cho công việc đầu tiên của mình.

Một quá trình khám phá

Một quá trình khám phá nhận diện một cách theo lẽ thường việc gì bạn có thể làm. Điều này trở thành nền tảng cho việc lập kế hoạch việc làm. Xem **Tờ Thông tin số 8** để biết thêm thông tin cơ bản về quy trình này.

Bạn có thể xác định tài năng và những đóng góp, mục tiêu và nhu cầu của mình trước khi tìm kiếm một nơi làm việc thích hợp. Quá trình này sẽ phát hiện ra bất cứ thông tin tiềm năng có thể chia sẻ được, chẳng hạn như những gì bạn cần để thành công trong công việc và cách thông tin đó được cung cấp.

Nó có thể hữu ích để phát triển sơ yếu lý lịch của bạn. Mục đích của bản lý lịch là giới thiệu về bản thân bạn, bao gồm cả kinh nghiệm và những kỹ năng liên quan. Nắm bắt các kỹ năng của bạn sẽ giúp định hướng quá trình khám phá và có thể là một phần trong việc quảng cáo chiêu hàng của bạn.

Với sự giúp đỡ của gia đình, bạn bè và mạng lưới quan hệ của họ, bạn có thể điều tra các nơi làm việc khả thi để xem liệu họ có nhu cầu phù hợp với những gì bạn có thể cống hiến trong một môi trường phù hợp hay không.



Community Resource Unit Ltd
www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.

Mẫu truyện

Steve đi tìm việc sau khi rời ghế nhà trường. Gia đình anh đã giúp anh suy nghĩ thấu đáo về những điều mà các nhà tuyển dụng tiềm năng muốn biết. Họ có thể mô tả những tài năng và nhu cầu của anh ấy một cách tích cực và tôn trọng:

“Steve rất thân thiện và thích xã giao mặc dù ban đầu có thể khá nhút nhát. Mặc dù ban đầu cách phát biểu của anh ấy có thể khó hiểu nhưng anh ấy sẽ nỗ lực truyền tải thông điệp của mình. Anh ấy thích giúp đỡ và cảm thấy như mình đang đóng góp. Khi đảm nhận một vai trò mà anh ấy cảm thấy mình có thể tỏa sáng, anh ấy là một thành viên nhóm nhiệt tình và tận tâm.

Steve rất giỏi tuân theo lịch làm việc và đọc các hướng dẫn cũng như quy trình đơn giản. Lời nhắc trực quan rất hữu ích. Steve kém thành công hơn khi thói quen thay đổi, khi anh không rõ ràng về những gì được mong đợi, hoặc khi anh lo lắng không biết liệu mình có hiểu được các yêu cầu hay không.

Steve có thể chất khỏe mạnh và thích khuôn nhắc, đóng gói và phân loại hàng. Anh ta có thể nhắc và di chuyển những vật rất nặng và thường thích công việc này. Anh ấy thích mọi thứ gọn gàng. Steve rất có ý thức về sự an toàn và không liều lĩnh trước những món đồ nguy hiểm.

Chúng tôi thấy một số công việc có thể có trong lĩnh vực phục vụ ăn uống và khách sạn, trong một trung tâm hội nghị hoặc lễ tân.”



5 CÁCH TÌM CÔNG VIỆC ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

Việc làm Tùy chỉnh tạo ra các vai trò trong việc làm mở dựa trên sở thích, sự đóng góp và điều kiện lý tưởng để có được việc làm thành công cho người tìm việc và những nhu cầu chưa được đáp ứng của người sử dụng lao động. Nó liên quan đến việc xác định các nhiệm vụ ở nơi làm việc phù hợp với người tìm việc nhất, hình thành một vai trò tùy chỉnh và từ đó tạo ra tình huống đôi bên cùng có lợi cho cả người tìm việc và nhà tuyển dụng.

Phát huy và thực hành quảng cáo chiêu hàng của bạn

Một khi bạn và gia đình đã xác định được một số nhà tuyển dụng tiềm năng, bạn có thể hoạch định cách quảng cáo chiêu hàng về mình.

Quảng cáo chiêu hàng là một cách tiếp cận cá nhân chu đáo để mô tả bạn là ai, bạn có thể cống hiến gì, và tại sao nhà tuyển dụng nên cân nhắc về bạn. Cách quảng cáo chiêu hàng thành công gây được sự chú ý của nhà tuyển dụng và đáp ứng một cách tích cực và thực tế cho bất kỳ câu hỏi nào mà họ có thể đưa ra.

Hãy suy nghĩ cẩn thận về việc ai sẽ đưa ra quảng cáo chiêu hàng – Có phải là bạn không? Hoặc là một người nào biết rõ về bạn không? Hay là một người nào biết rõ về nhà tuyển dụng đưa ra cách tiếp cận đầu tiên? Không có câu trả lời đúng hay sai cho vấn đề này, điều quan trọng là phải làm rõ mỗi lần.

Hãy suy nghĩ về khối lượng công việc mà bạn có thể quản lý. Một số tình trạng làm giảm sức chịu đựng của một người, vì vậy bạn nên cân nhắc mức độ phù hợp với mình. Điều này có thể thay đổi theo thời gian.

Hãy suy nghĩ xem bạn có muốn chia sẻ bao nhiêu thông tin với nhà tuyển dụng về nhu cầu tiếp cận hoặc tình trạng khuyết tật của mình hay không và cách bạn sẽ trả lời bất kỳ câu hỏi nào về tình trạng khuyết tật của mình. Điều quan trọng là phải nói về những gì bạn có thể làm và thực sự nêu bật những cách khác nhau mà bạn có thể thực hiện và hoặc sự hỗ trợ mà bạn sẽ cần để thực hiện công việc. Có thể minh họa những khả năng của bạn thông qua ảnh hoặc một video ngắn. Bạn có thể luyện tập cách quảng cáo chiêu hàng của mình để cảm thấy tự tin.



Suy ngẫm về cách quảng cáo chiêu hàng của bạn

Hãy dành chút thời gian sau khi bạn quảng cáo chiêu hàng của mình để suy ngẫm xem bạn đã làm tốt hay không. Ghi lại một vài chú thích về những gì đã được làm tốt và những gì bạn có thể làm khác đi. Chấp nhận tất cả trong bước tiến của bạn và cố gắng không chùn bước nếu sự việc không diễn tiến tốt đẹp như bạn đã hoạch định.

Nếu nhà tuyển dụng cởi mở với điều đó, hãy gọi lại cho họ để xin ý kiến phản hồi về một số việc bạn đã làm tốt và những việc bạn cần cải tiến cho lần quảng cáo chiêu hàng tới. Đây là một trải nghiệm học hỏi và là cơ hội tốt để tinh chỉnh mọi thứ cho lần sau.

Tùy chỉnh hoặc điều chỉnh việc làm

Một khi bạn đã quảng cáo về mình và nhà tuyển dụng đồng ý tuyển dụng bạn, thì bạn và nhà tuyển dụng cần thỏa thuận về loại nhiệm vụ và sự hỗ trợ và điều chỉnh nào có thể cần thiết ở nơi làm việc. Bạn có thể giúp nhà tuyển dụng bằng cách cung cấp thông tin về các điều chỉnh ở nơi làm việc. Kết quả là tăng năng suất cho nhà tuyển dụng và có một việc làm cho bạn, mang lại một tình huống thắng lợi cho cả hai bên. Muốn biết thêm thông tin hãy xem **Tờ Thông tin số 7: Thông tin dành cho nhà tuyển dụng**.

Ví dụ về cách quảng cáo – tạo một ấn tượng tốt đẹp

Đây là một ví dụ về những gì Người Tìm việc có thể nói nếu đang nói chuyện với một nhà tuyển dụng tiềm năng.

Mẫu này sẽ được điều chỉnh nếu một người nào đó thay mặt họ thực hiện yêu cầu này.

MỘT SỐ ĐIỀU CẦN BAO GỒM	VÍ DỤ
Giới thiệu về Bạn	Tôi tên là Jessica và tôi 16 tuổi. Tôi hiện đang học tại Trường Trung học Công lập Breezeview. Người ta có nói là tôi có tính khôi hài và vui vẻ và, trong khi tôi có thể dè dặt với người mới gặp (nhất là người lớn); trong thâm tâm tôi là người hòa đồng và hướng ngoại. Tôi rất nhiệt tình, tôi thích giúp đỡ việc nhà và tận hưởng gặp gỡ những người mới.
Hãy nêu tên nếu có người giới thiệu bạn cho việc làm này	Linda Smith đã đề cử tôi cho vị trí này. Tôi đã quen Linda được 10 năm rồi. Linda biết rõ về tôi vì chúng tôi đã từng đi du lịch chung cùng với gia đình và bạn bè. Chúng tôi cũng nhau đi lại một phòng tập thể dục ở địa phương.
Mô tả một số kỹ năng hay đức tính cá nhân tích cực của bạn có liên quan đến loại công việc mà bạn đang xin	Các loại công việc mà tôi giỏi (nhưng không phải chỉ giới hạn như vậy) bao gồm công việc văn thư thường ngày, chiêu đãi và lau dọn .v. v... Tôi rất giỏi tuân theo thông lệ và sẽ chú tâm vào việc hoàn thành công việc với rất ít sự nhắc nhở và khích lệ. Tôi rất giỏi tuân theo một lịch trình và đọc các chỉ dẫn và thủ tục đơn giản. Tôi thích ngăn nắp và chuẩn bị sẵn tài liệu trước khi bắt đầu công việc.
Ví dụ về các loại công việc bạn có thể cống hiến cho nhà tuyển dụng (và công ty có thể được hưởng lợi như thế nào)	Tôi rất giỏi trong việc sắp xếp một căn phòng dành cho sự kiện – bày ghế, sắp xếp chén đĩa, khăn ăn, dao nĩa, muỗng, ly, tách trà và cà phê v.v... và tôi có thể đếm để bảo đảm có đủ các bộ vật dụng cần thiết, mặc dù tôi sẽ cần một hình ảnh hay viết ra một lời nhắc nhở để tôi nhớ lại số lượng. Khi tôi đã làm qua việc này trước đây nó giúp cho tôi có cảm giác được đón nhận ở những nơi khác mà tôi đã từng làm việc.
Cho ví dụ về ít nhất một thành công	Trong các học kỳ 3 và 4, tôi đã làm việc tại văn phòng giao dịch bất động sản ở địa phương và đảm nhiệm các công việc như sắp xếp cho các buổi uống trà buổi sáng (cắt bánh); sắp xếp phòng họp với bàn, ghế, bút chì, và giấy. Giám thị của tôi đã khen phòng rất thơm mát và nói rằng điều đó đã giúp cho hoạt động trong ngày của họ được trôi chảy.
Bước tiếp theo – Bạn đang tìm kiếm thêm kinh nghiệm, lời khuyên hay muốn một buổi phỏng vấn chính thức	Tôi có thêm một số thông tin hậu cảnh có thể giúp quý vị xem xét tôi cho vị trí này. Sẽ rất tuyệt nếu được gặp trực tiếp để quý vị có thể nghe thêm về các kỹ năng mà tôi có thể cống hiến cùng một số lợi ích mà tôi có thể mang lại cho công ty của quý vị.
Cám ơn người này đã dành thời gian cho bạn	Cám ơn quý vị đã dành thời gian và tôi hy vọng rằng tôi có thể được xem xét cho vị trí này, hoặc chúng ta có thể cùng nhau tùy chỉnh một vị trí để phát huy điểm mạnh của tôi và đáp ứng nhu cầu nơi làm việc của quý vị

6 HỖ TRỢ CHO CÔNG VIỆC ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

Cố vấn việc làm

Người cố vấn việc làm có thể giúp bạn tìm và giữ công việc đầu tiên của bạn. Người cố vấn việc làm cần phải hiểu những kỳ vọng của nơi làm việc, cách làm việc chung với những người khác và cách giải quyết vấn đề. Người cố vấn việc làm của bạn có thể giúp bạn học cách thực hiện công việc của mình, giữ liên lạc tốt ở nơi làm việc và bảo đảm rằng bạn được hỗ trợ tốt. Người cố vấn việc làm đôi khi còn được gọi là huấn luyện viên công việc hoặc người hỗ trợ việc làm.

Người cố vấn việc làm có thể trợ giúp bạn nhiều việc bao gồm (nhưng không chỉ giới hạn trong các việc này):

- Khám phá và nói chuyện với bạn về những kỳ vọng của nơi làm việc.
- Hỗ trợ mối quan hệ của bạn và đồng nghiệp và với nhà tuyển dụng.
- Liên hệ với gia đình và nơi làm việc của bạn để bảo đảm rằng bạn được hỗ trợ tốt để làm tròn vai trò công việc và đáp ứng các kỳ vọng ở nơi làm việc.
- Giúp bạn phát triển các kỹ năng và sự tự tin bằng cách cảnh giác với những cơ hội mới để đóng góp.

Bạn có thể trả công cho người nào đó để giúp bạn với tư cách là cố vấn việc làm hoặc bạn có thể thấy rằng các công nhân khác ở nơi làm việc sẵn sàng cung cấp vài hỗ trợ nào đó.



Các chương trình giúp đỡ về việc làm

Các chương trình được tài trợ có thể hữu ích trong việc cung cấp sự hỗ trợ tài chính và kiến thức chuyên môn. Dịch vụ Việc làm cho Người Khuyết tật (Disability Employment Services) có thể giúp một số người có khuyết tật đi làm. Các nhà tuyển dụng cũng có thể nhận được tài trợ cho dụng cụ và các chỉnh đổi hợp lý ở nơi làm việc để thuê dụng người có khuyết tật. Muốn biết bạn có hội đủ điều kiện hãy truy cập www.jobaccess.gov.au

Chương trình Bảo hiểm Khuyết tật Quốc Gia (National Disability Insurance Scheme) tài trợ cho các hỗ trợ dành cho người có khuyết tật đang muốn làm việc. Người khuyết tật vừa mới ra trường có thể xin tài trợ để hỗ trợ họ chuyển sang làm việc trong môi trường việc làm mở.

Muốn biết bạn có hội đủ điều kiện hãy truy cập www.ndis.gov.au/participants/finding-keeping-and-changed-jobs



Suy nghĩ về lâu dài: Nghĩ đến Sự nghiệp

Sự nghiệp là làm việc trong một khoảng thời gian dài trong cuộc đời của bạn với những cơ hội để phát triển kỹ năng và gia tăng trách nhiệm cùng lương bổng. Người có khuyết tật có thể có một sự nghiệp như mọi người khác.

Phát triển tư duy Sự nghiệp

- Có mục tiêu và một kế hoạch, để bạn có thể quyết định việc làm nào phù hợp với mình
- Hãy lạc quan, tin tưởng vào bản thân và khả năng của mình để biến mọi việc thành hiện thực. Khi sự việc xảy ra không như ý muốn, hãy rút kinh nghiệm
- Hãy sẵn sàng nắm bắt cơ hội khi nó đến với bạn. Biết điểm mạnh, năng khiếu và tài năng của bạn và cách bạn có thể xây dựng trên những điều này
- Chủ động giao tiếp hữu hiệu
- Thỉnh thoảng, hãy tự hỏi bản thân xem bạn có hài lòng với công việc của mình hoặc bạn sẵn sàng cho một thay đổi?
- Hãy cân nhắc việc học thêm để bổ sung cho công việc và xây dựng kiến thức và kỹ năng của bạn.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.

Mẫu truyện

Ruby luôn muốn chơi thể thao và làm việc với những người trẻ cùng tuổi. Cô có một gia đình quyết tâm bảo đảm rằng việc làm là một phần quan trọng trong cuộc sống của Ruby sau khi ra trường.

Ruby đã có kinh nghiệm làm việc tại một cửa hàng thức ăn nhanh ở địa phương, nhưng cô liên tục nhắc nhở gia đình rằng đây không phải là công việc mà cô theo đuổi. Gia đình và bạn bè của cô đã gặp nhau để lên kế hoạch tìm một công việc phù hợp hơn – một công việc sẽ dẫn đến mục tiêu của cô.

Thông qua quá trình Khám phá của Ruby, họ đã xác định được một số khả năng trong cộng đồng địa phương. Anh họ của cô đã tìm được một công việc bán thời là trợ lý tại một phòng tập thể dục ở địa phương. Đó là công việc hoàn hảo đầu tiên.

Ruby hiện đã làm việc được bốn năm. Sức chịu đựng và sự tự tin của cô ở nơi làm việc đã tăng lên và cô đã được mời làm việc toàn thời vào năm tới. Cô ấy đã nhờ người chủ của mình giúp đỡ cô ấy phát triển những kỹ năng cô ấy cần.

7 THÔNG TIN CHO CHỦ NHÂN

Lợi ích cho Chủ nhân

Có nhiều lợi ích được công nhận khi tuyển dụng người có khuyết tật. Nghiên cứu cho thấy nhân viên có khuyết tật thường mang đến những kỹ năng mới và quan điểm quý giá cho doanh nghiệp. Họ thường vắng mặt ít hơn và ở lại làm việc lâu dài hơn do đó làm giảm đi việc thay đổi nhân viên, giảm đi chi phí tuyển dụng và đào tạo trong thời gian dài hơn. Cách làm việc hòa nhập có khuynh hướng làm giảm tỷ lệ chấn thương tại nơi làm việc, từ đó tăng năng suất. Khách hàng trung thành hơn với các doanh nghiệp thể hiện sự hòa nhập và tính đa dạng, và khi lực lượng lao động phản ánh cộng đồng rộng lớn hơn. Nhân viên có khuyết tật có thể giúp doanh nghiệp hiểu được nhu cầu của khách hàng khuyết tật của họ, và điều này giúp họ cạnh tranh tốt hơn. Tạo dựng một lực lượng lao động hòa nhập, đa dạng mang lại lợi ích cho mọi người – nhân viên, doanh nghiệp và xã hội nói chung.



Tuyển dụng một người có khuyết tật

Nên ý thức việc đưa ra các giả định về khả năng của một người để làm một công việc dựa trên cơ sở của một chẩn đoán hay khuyết tật – cho dù nó rõ ràng hay giấu kín. Thông thường thì có nhiều cách sáng tạo, khác nhau để làm một công việc mà có thể không hiển nhiên lập tức đối với quý vị.

Một số chủ nhân có ít kinh nghiệm tuyển dụng người có khuyết tật và họ e ngại có thể đặt các câu hỏi không thích hợp. Chủ nhân có thể đặt các câu hỏi hợp lý về ảnh hưởng của khuyết tật của một người nếu nó liên quan trực tiếp đến cách mà người này phải đáp ứng các 'đòi hỏi vốn có' của công việc, và để xét xem có cần chỉnh đổi hay sự hỗ trợ ở nơi làm việc hay không. Để xác định các đòi hỏi vốn có của công việc, hãy chú tâm vào kết quả cuối cùng của việc cần làm thay vì cách mà bạn thường hay làm việc này.



Hỗ trợ cho Chủ nhân

Tuyển dụng người có khuyết tật không tốn kém hơn so với việc tuyển dụng người không có khuyết tật. Chủ nhân có thể hội đủ điều kiện để hưởng tài trợ cho chi phí chỉnh đổi nơi làm việc hoặc các giúp đỡ tài chính khác. Chủ nhân cũng có thể tiếp cận việc đào tạo tại chỗ và sự hỗ trợ để giúp nhân viên có khuyết tật học cách làm việc và/hoặc duy trì việc làm của họ.

Hãy truy cập:

www.jobaccess.gov.au/disability-adjustment

Cố vấn Việc làm

Nhân viên có khuyết tật đôi khi sử dụng cố vấn việc làm. Người cố vấn việc làm có thể giúp đỡ bằng nhiều cách khác nhau, bao gồm việc cung cấp thông tin để người đó thực hiện công việc, giải quyết các vấn đề hàng ngày khi chúng phát sinh và khuyến khích người đó làm tốt. Người cố vấn được chọn vì họ muốn người có khuyết tật thành công. Họ có thể được người khuyết tật trả công, hoặc họ có thể tình nguyện giúp trong một thời gian giới hạn. Thông thường thì một nhân viên khác sẽ tình nguyện giúp đỡ.

Xem Tờ Thông tin số 6 để có thêm thông tin về Người Cố vấn Việc làm.



Community Resource Unit Ltd

www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.

Mẫu truyện

Delia điều hành một Bưu điện nhỏ ở một thị trấn vùng nông thôn. Bà đang mất việc doanh thu vào tay một trung tâm mua sắm mới khai trương gần đây. Vận may của bà đã thay đổi khi bà cho Therese việc làm đầu tiên của cô ấy.

Lúc đầu, Delia nghĩ rằng việc này sẽ quá nhiều rắc rối, vì Therese dùng xe lăn có động cơ. Mặc dù cửa hàng có thể vào được nhưng quầy phục vụ khách hàng thì không. Therese và gia đình cô ấy nói có một quỹ tài trợ cho việc sửa một phần của quầy làm việc để tiếp cận được. Họ lập luận rằng một quầy dễ tiếp cận sẽ thu hút nhiều khách hàng hơn và Therese có cách cư xử đáng mến với mọi người – cô ấy luôn luôn làm người ta cảm thấy được chào đón.

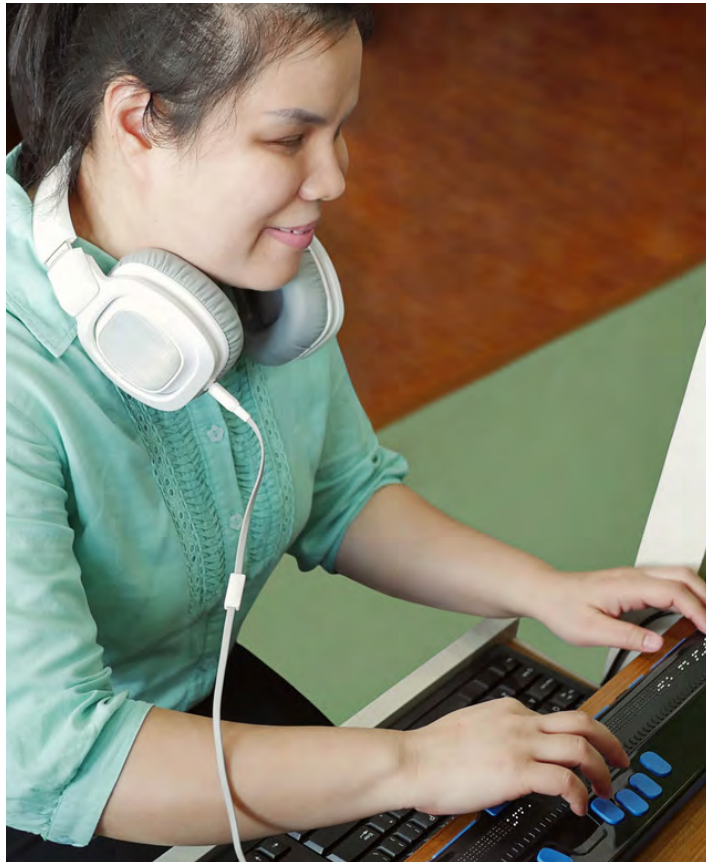
Đây chính xác là những gì đã xảy ra. Người ta đồn rằng Bưu điện là một nơi rất thoải mái và thân thiện để mọi người trả tiền hóa đơn, mua vé số và giao dịch ngân hàng. Họ có thể ngồi xuống để thực hiện công việc giao dịch của mình và trò chuyện. Dần dần, Bưu điện trở thành một địa điểm tụ tập cộng đồng quan trọng và Delia mở rộng kinh doanh bằng cách bán cà phê và bánh ngọt. Công việc kinh doanh của cô hiện đang phát đạt.

8 THÊM THÔNG TIN VÀ NGUỒN THAM KHẢO

Việc làm Tùy chỉnh và Doanh nghiệp vi mô

Các quy trình Việc làm và Khám phá được Tùy chỉnh cung cấp cho người có khuyết tật một cách tiếp cận thay thế cho thị trường việc làm truyền thống:

- Marc Gold & Associates:
www.marcgold.com
- Inclusion Australia:
www.everyonecanwork.org.au
- Australian Network on Disability:
www.and.org.au
hỗ trợ các tổ chức và doanh nghiệp để thúc đẩy việc hòa nhập người có khuyết tật vào lực lượng lao động.
- Centre for Disability Employment Research & Practice CDERP:
www.cderp.com.au
- Children and Young People with Disability Australia. CYDA:
www.cyda.org.au
- Guide to Starting a Business:
www.business.gov.au
- Community Living Project CLP:
www.communitylivingproject.org.au



Một số tài nguyên để giúp bạn bắt đầu

Có nhiều cách để người có khuyết tật và gia đình họ có thể hình dung được một cuộc sống tốt đẹp, kêu gọi những người khác tham gia lên kế hoạch và đặt ra các mục tiêu và kế hoạch:

- Bringing the Good Life to life:
www.cru.org.au/resources/thegoodlifewebsite
(Ở trang 3 có các nguồn tham khảo về Hỏi)
- Resourcing Inclusive Communities:
www.ric.org.au
- Belonging Matters:
www.belongingmatters.org





Truyện Hay

Có rất nhiều câu chuyện hay về người có khuyết tật sống cuộc sống hòa nhập ở nhà và tại nơi làm việc:

- L9 stories project:
www.l9stories.org
- Self-managed supports:
www.selfmanagementsupports.org.au
- Inclusion Alberta:
www.inclusionalberta.org
- My Home My Way:
www.myhomemyway.com.au



Tài trợ của Chính phủ

Chính phủ Úc cung cấp nguồn tài trợ để hỗ trợ, điều chỉnh nơi làm việc và trang thiết bị:

- National Disability Insurance Scheme:
www.ndis.gov.au
- Australian Government's Job Access:
www.jobaccess.gov.au

Các vấn đề về tài chính

Đây là tất cả những gì bạn cần biết về quản lý tiền bạc của mình:

- ASIC Money Smart:
www.moneysmart.gov.au



Community Resource Unit Ltd
www.cru.org.au

Được xuất bản lần đầu với sự cộng tác của CSIA và NDS như một phần của Dự án Sẵn sàng Hòa nhập (Inclusion Ready Project) 2018. V.2 Được Community Resource Unit tái bản vào tháng Tám năm 2024.