

הכנה למקום עבודה לוחות הוראה להדפסה

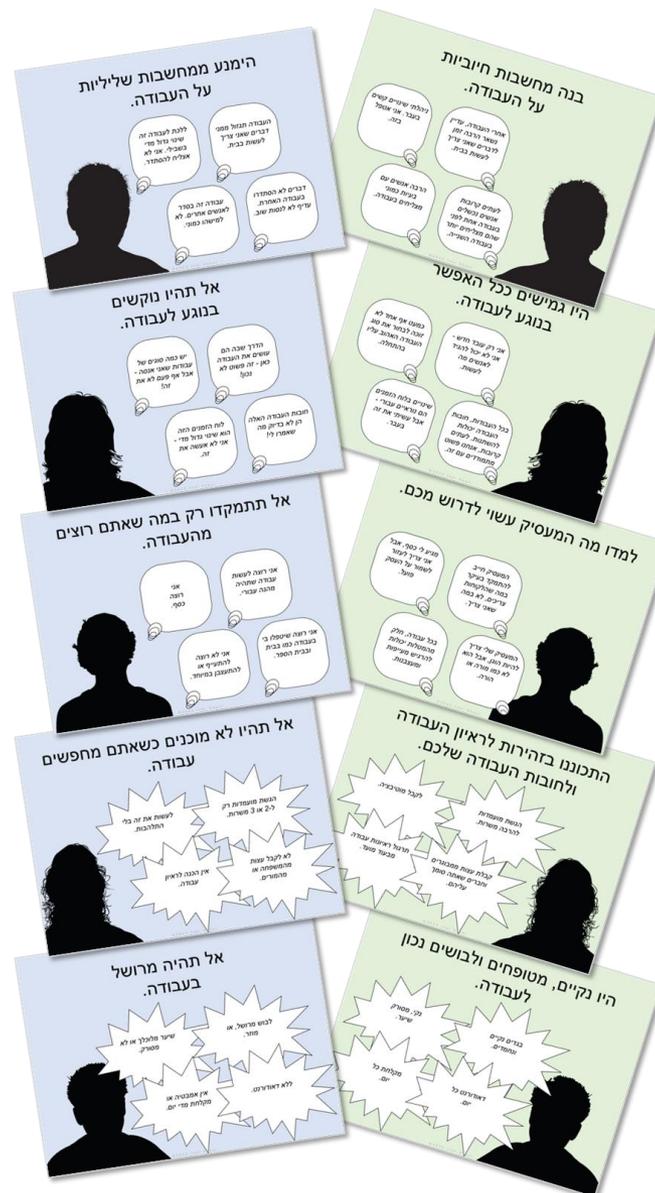
סט זה של 10 לוחות הוראה מעוצבים בפשטות ומיועד לעבודה פרטנית או קבוצתית כמו גם לעבודה בכיתה קטנה. משאב זה נועד לסייע בהנחיית הוראה/טיפול ולספק מבנה לנקודות דיון חיוניות בנוגע להתכוננות למקום העבודה. הפאנלים עשויים להתאים גם לתצוגה על הקיר.

הקרנת תצוגת ה-pdf או הצגתה על לוח חכם היא דרך שימושית להנחות דיון קבוצתי בנושא הכנה מקצועית.

יש באתר משאבים רבים נוספים למוכנות לעבודה באנגלית. ניתן לגשת אליהם כאן.

יואל שאול

תורגם על ידי ד"ר איילת בן-ששון



סיבות לבניית מוכנות למקום העבודה בהוראה, ריפוי בעיסוק, פסיכותרפיה ודיבור:

1. צעירים על הספקטרום עם חשיפה לעבודה נוטים להצליח יותר, חברתית ורגשית. מניסיוני המקצועי, הלקוחות שלי שהיו להם הזדמנויות עבודה, בתשלום או בהתנדבות, הצליחו יותר מבחינה חברתית ורגשית כמבוגרים צעירים בהשוואה לאלה שלא עבדו. לאחר הפסקת ההשכלה הפורמלית, העבודה יכולה לספק הזדמנויות להמשך צמיחה והישגים מחוץ לבית. צעירים על הספקטרום שעובדים, אפילו כמה שעות בשבוע או בתפקידי התנדבות, נוטים לשמור על כישורי טיפול עצמי וכישורים חברתיים טובים יותר. רבים מהם הם נכס למעסיקיהם. אלה מאיתנו שיכולים לפעמים "לזהות" אוטיסטים בעולם העבודה מעריכים כל כך את היותם שם.

לכמה מהלקוחות האוטיסטים הצעירים שלי הייתה אינטליגנציה מחוננת או יכולות נדירות. עזרה לצעירים אלה להתמודד עם חלק מהאתגרים החברתיים והרגשיים של חוויות עבודה ראשוניות עזרה להם לפעמים לשאוף לפוטנציאל שלהם.

2. השלמת פערי ידע, חיזוק הכנה רגשית ופתרון בעיות יכולים לגרום לצעירים עם ASD להצליח יותר בחוויות העבודה הראשוניות שלהם.

למרות שיש גבולות למה שאנחנו יכולים לעשות במשרדי הטיפול, חדרי הדיבור והכיתות שלנו כדי לקדם את המוכנות לעבודה, כולנו צריכים לעשות מה שאנחנו יכולים.

לפני שנים, במקרה עמדתי ליד אחד התלמידים שלי כשהוא קיבל טלפון בנייד שלו ממפקח בחנות מכולת שקיבל את המועמדות שלו ורצה לקבוע ראיון. שמעתי את הסטודנט הזה מצטט ישירות מכמה מהתשובות לשאלות ראיון עבודה שתרגלנו לאחרונה בקבוצת הכישורים החברתיים שלנו. ברור שמה שהוא למד במפגשים שלנו עזר לו. בסופו של דבר הוא התקבל לעבודה שם - העבודה הראשונה שלו. (המשך לעמוד הבא)

3. הכנה למקום העבודה שימושית אפילו עבור אנשים שאינם מיועדים למקום העבודה.

חלק מהצעירים עם אוטיזם עשויים לסבול מהפרעות מקבילות, כגון מוגבלות שכלית או הפרעות מצב רוח או חרדה חמורות, מה שמקשה על מימוש עבודה מחוץ לסדנאות מוגנות.

מניסיוני, צעירים על הספקטרום שחווים בדידות, שחשיפתם לעולם הוגבלה בעיקר לבתיהם, לבתי הספר ולמחשבים שלהם, מגלים סקרנות ועניין ער בכל זאת בפעילויות למקום העבודה, גם אם תעסוקה קונבנציונלית אינה בעתידם. למרות שחלק מבני הנוער שראיתי בבתי הספר ובמשרדי לא המשיכו לעבוד הרבה כמבוגרים צעירים, אני מאמין שמה שהם למדו על מקום העבודה עדיין בעל ערך. הם עשויים להיות מסוגלים ליישם את הידע הזה מאוחר יותר בחיים אם יופיעו הזדמנויות תעסוקתיות. לכל הפחות, הם בונים מאגר ידע ראוי על מקום העבודה, שעשוי לתת להם תובנות שימושיות על חייהם של בני משפחה ואנשים אחרים שהם מכירים.

יואל שאל

הימנע ממחשבות שליליות על העבודה.

- לחץ לעבודה זה יחסי לזלזול פני עצמי ולחוסר אמונה בעצמי.
- העבודה מונח מוגן? דבריו שאני שומע לעיתים בבית.
- דברים לא מהווים בעבורי האופורטו. עדיף לא לעבוד שוב.
- עבודה זה מסור. לישעיהו אומר: "אל תיגעו במעט."

בנה מחשבות חיוביות על העבודה.

- אחרי העבודה, עדיף לשמוע דברים טובים מאשר דברים רעים.
- לעיתים קרובות, הרבה אנשים עם בעיות מנטליות עובדים במערכת.
- ישנן קרובות עובדות מנטליות בעבודה אשר לפני כעבור שנה הן מנהלות בעבודה הנשית.

אל תהיו נוקשים בנוגע לעבודה.

- ישנן מסלולים שונים. עבודתו של אדם אחד היא שונה מזו של אדם אחר.
- חשוב להבין ולקבל את המציאות. לא כל העבודה היא כפי שאתם רוצים.

היו גמישים ככל האפשר בנוגע לעבודה.

- אם אתם רוצים לעבוד, זהו הזמן הטוב ביותר לעבוד. אל תחכו.
- ככל הנראה, העבודה תהיה קשה יותר ממה שאתם חושבים.

אל תתמקדו רק במה שאתם רוצים מהעבודה.

- אם אתם רוצים לעבוד, זהו הזמן הטוב ביותר לעבוד. אל תחכו.
- אם אתם רוצים לעבוד, זהו הזמן הטוב ביותר לעבוד. אל תחכו.

למדו מה המעסיק עשוי לדרוש מכם.

- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.
- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.

אל תהיו לא מוכנים כשאתם מחפשים עבודה.

- ישנן מסלולים שונים. עבודתו של אדם אחד היא שונה מזו של אדם אחר.
- חשוב להבין ולקבל את המציאות. לא כל העבודה היא כפי שאתם רוצים.

התכוננו בזהירות לראיון העבודה ולחובות העבודה שלכם.

- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.
- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.

אל תהיה מרושל בעבודה.

- ישנן מסלולים שונים. עבודתו של אדם אחד היא שונה מזו של אדם אחר.
- חשוב להבין ולקבל את המציאות. לא כל העבודה היא כפי שאתם רוצים.

היו נקיים, מטופחים ולבושים נכון בעבודה.

- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.
- המעסיק רוצה לדעת את המיון שלכם.

[כדי לראות עוד הרבה משאבים חינמיים על הכשרה מקצועית באנגלית, לחץ על קישור זה.](#)

הימנע ממחשבות שליליות על העבודה.



ללכת לעבודה זה
שינוי גדול מדי
בשבילי. אני לא
אצליח להסתדר.

העבודה תגזול ממני
דברים שאני צריך
לעשות בבית.

עבודה זה בסדר
לאנשים אחרים. לא
למישהו כמוני.

דברים לא הסתדרו
בעבודה האחרת.
עדיף לא לנסות שוב.

בנה מחשבות חיוביות על העבודה.

ניהלתי שינויים קשים
בעבר. אני אטפל
בזה.

אחרי העבודה, עדיין
נשאר הרבה זמן
לדברים שאני צריך
לעשות בבית.

הרבה אנשים עם
בעיות כמוני
מצליחים בעבודה.

לעתים קרובות
אנשים נכשלים
בעבודה אחת לפני
שהם מצליחים יותר
בעבודה השנייה.

אל תהיו נוקשים בנוגע לעבודה.

יש כמה סוגים של
עבודות שאני אנסה -
אבל אף פעם לא את
זה!

הדרך שבה הם
עושים את העבודה
כאן - זה פשוט לא
נכון!

לוח הזמנים הזה
הוא שינוי גדול מדי -
אני לא אעשה את
זה.

חובות העבודה האלה
הן לא בדיוק מה
שאמרו לי!

היו גמישים ככל האפשר בנוגע לעבודה.

כמעט אף אחד לא
זוכה לבחור את סוג
העבודה האהוב עליו
בהתחלה.

אני רק עובד חדש -
אני לא יכול להגיד
לאנשים מה
לעשות.

שינויים בלוח הזמנים
הם נוראיים עבורי -
אבל עשיתי את זה
בעבר.

בכל העבודות, חובות
העבודה יכולות
להשתנות. לעתים
קרובות, אנחנו פשוט
מתמודדים עם זה.

אל תתמקדו רק במה שאתם רוצים מהעבודה.



אני
רוצה
כסף.

אני רוצה לעשות
עבודה שתהיה
מהנה עבורי.

אני לא רוצה
להתעייף או
להתעצבן במיוחד.

אני רוצה שיטפלו בי
בעבודה כמו בבית
ובבית הספר.

למדו מה המעסיק עשוי לדרוש מכם.

מגיע לי כסף, אבל
אני צריך לעזור
לשמור על העסק
פועל.

המעסיק חייב
להתמקד בעיקר
במה שהלקוחות
צריכים, לא במה
שאני צריך.

בכל עבודה, חלק
מהמטלות יכולות
להרגיש מעייפות
ומעצבנות.

המעסיק שלי צריך
להיות הוגן, אבל הוא
לא כמו מורה או
הורה.



אל תהיו לא מוכנים כשאתם מחפשים עבודה.

לעשות את זה בלי
התלהבות.

הגשת מועמדות רק
ל-2 או 3 משרות.

אין הכנה לראיון
עבודה.

לא לקבל עצות
מהמשפחה או
מהמורים.

התכוננו בזהירות לראיון העבודה ולחובות העבודה שלכם.

לקבל מוטיבציה.

הגשת מועמדות
להרבה משרות.

תרגול ראיונות עבודה
מבעוד מועד.

קבלת עצות ממבוגרים
וחברים שאתה סומך
עליהם.

אל תהיה מרושל בעבודה.

שיער מלוכלך או לא
מסורק.

לבוש מרושל, או
מוזר.

אין אמבטיה או
מקלחת מדי יום.

ללא דאודורנט.

היו נקיים, מטופחים ולבושים נכון לעבודה.

נקי, מסורק
שיער.

בגדים נקיים
ונחמדים.

מקלחת כל
יום.

דאודורנט כל
יום.