



DICAS DE TRANSIÇÃO



800-825-5736

www.fndusa.org | fnd@fndusa.org

“Em busca da integração e igualdade total para as pessoas com deficiência em uma sociedade sem barreiras.”

Técnicas de comunicação colaborativa

A comunicação colaborativa, no contexto das deficiências, é um conceito relativo à capacidade de indivíduos, famílias, educadores e outros profissionais poderem compartilhar, ouvir e entender facilmente as informações vitais inerentes de cada um. A comunicação colaborativa encoraja todas as partes envolvidas a se expressarem, com espaço para discussão e discordância.

Compartilhe seus conhecimentos

Indivíduos e famílias têm informações indispensáveis que só serão conhecidas se forem compartilhadas. Crie um “perfil pessoal positivo”. O perfil pessoal positivo pode servir para que outros entendam melhor quem é você, suas habilidades e seus interesses. (Consulte a seção Recursos adicionais para obter mais informações.)

Tenha consciência da sua comunicação não verbal

Sua postura, suas expressões faciais e seus gestos podem emitir mensagens muito claras. Tente manter uma postura positiva, faça contato visual, sorria e mantenha-se calmo.

Seja um ouvinte atento

Às vezes, estamos tão ocupados preparando a resposta que nem escutam com atenção. Experimente algumas destas técnicas:

- **Reitere o que acredita ter ouvido para confirmar se realmente entendeu.**
- **Tente ser imparcial. Para isso, não tire conclusões apressadas.**
- **Preste atenção. Ao fim de uma discussão, parafraseie para confirmar se todos os participantes estão de acordo. Se necessário, continue a discussão para dissipar qualquer confusão.**

Comunicação escrita

Ao terminar uma reunião, prossiga com um resumo escrito do que foi discutido e das ações a serem tomadas por cada um.

Adote estratégias que promovam a comunicação colaborativa respeitosa.

Evite pressupostos e jargão. Compartilhe informações completas, verdadeiras e imparciais e respeite as diferenças culturais.

Conheça as regras e os procedimentos.

Quanto melhor você entender o funcionamento de tudo, mais bem preparado estará para encontrar a melhor solução.

Recursos adicionais

Perfil positivo do estudante

O site inclui informações adicionais sobre como criar um perfil positivo do estudante, com instruções específicas.

www.fndusa.org

National Dissemination Center for Children with Disabilities (NICHCY)

P.O. Box 1492 • Washington, DC 20013

Telefone: 800-695-0285 v/tty • Email: nichcy@aed.org

www.nichcy.org

Informações úteis e gratuitas

inclusive o recurso listado abaixo para download

Comunique-se por escrito com a escola do

seu filho (PA9)

<http://nichcy.org/wp-content/uploads/docs/pa9.pdf>

A Lei de Reabilitação

O objetivo da Lei de Reabilitação é ajudar as pessoas com deficiência a conseguir emprego, autossuficiência econômica, independência, inclusão e integração na sociedade.

A Lei de Reabilitação refere-se à legislação federal que autoriza os programas de subsídio de reabilitação vocacional, emprego assistido, vida independente e assistência ao cliente. Também autoriza várias subvenções opcionais de treinamento e serviço, administradas pela Rehabilitation Services Administration (Administração de Serviços de Reabilitação).

A Lei de Reabilitação inclui diversas cláusulas voltadas para os direitos, defesa e proteção dos indivíduos com deficiência. Ela autoriza atividades de pesquisa que são administradas pelo Institute on Disability and Rehabilitation Research (Instituto de Pesquisa sobre Deficiências e Reabilitação, NIDRR) e o trabalho do National Council on Disability.

Os programas que recebem financiamento pela Lei de Reabilitação incluem:

Entidades de reabilitação vocacional (VR)

Entidades estaduais de reabilitação vocacional que ajudam as pessoas com deficiência que têm interesse em carreiras profícuas, oferecendo treinamento, educação e financiamento.

Para obter uma lista dos órgãos estaduais de VR, acesse o link
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?902>

Client Assistance Programs (Programas de Assistência ao Cliente, CAP)

CAP é uma rede nacional de órgãos que tratam dos direitos das pessoas com deficiência, de cunho legal e desenvolvida pelo congresso.

Para obter uma lista dos escritórios da rede CAP, acesse o site
<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?039>

Projetos estaduais de tecnologia assistida

Esses projetos podem oferecer assistência técnica para tecnologia assistida, consultoria, demonstrações de produtos, empréstimo de equipamento e empréstimos a juros baixos para as pessoas com deficiência.

Para obter uma lista de projetos de tecnologia assistida (AT) do estado, acesse o site

<http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?735>

Statewide Independent Living Councils (Conselhos Estaduais de Vida Independente, SILCs)

Os SILCs colaboram com a entidade estadual de reabilitação vocacional para o desenvolvimento do plano estadual de vida independente.

Para obter uma lista dos SILCs estaduais, acesse o site www.ilru.org/html/publications/directory/association.html

Recursos adicionais

A Lei de Reabilitação

www.ed.gov/policy/speced/reg/narrative.html

A Guide to Disability Rights Laws (Guia da Legislação sobre os Direitos do Deficiente) U.S. Department of Justice (Ministério da Justiça dos EUA)

www.usdoj.gov/crt/ada/cguide.htm

Autodeterminação

O National Center on Self-Determination

(Centro Nacional de Autodeterminação) define autodeterminação como a capacidade de fazer escolhas que permitam exercer controle sobre a própria vida, alcançar as metas aspiradas e adquirir as habilidades e os recursos necessários para uma participação social integral e proveitosa.

Pratique a autodeterminação desde o início e com frequência

Os estudantes que demonstrarem autodeterminação na escola terão mais chances de alcançar resultados positivos após a escola do que aqueles que não desenvolverem essa habilidade.

Exemplos de autodeterminação incluem:

- Informar as necessidades de alguém aos outros
- Avaliar o progresso em relação aos objetivos
- Ajustar o desempenho de acordo com as situações
- Criar novas abordagens para solucionar problemas

Assuma o controle da sua vida

A oportunidade repetida gera experiência. E a experiência ajuda a desenvolver a autodeterminação, o que permite à pessoa assumir o controle dos principais acontecimentos de sua vida. Sem uma forte autodeterminação, os indivíduos com deficiência em geral se submetem a níveis mais elevados de desemprego ou subemprego.

Promova a autodeterminação

Se você é um integrante da família/educador/profissional, ajude o deficiente a entender melhor sua condição. Pesquise e divida informações sobre como outras pessoas com deficiências semelhantes conseguiram ser bem-sucedidas.

Estabeleça metas de carreira

Participe de experiências de trabalho remunerado e/ou não remunerado para conhecer interesses e opções de emprego.

Respeite as oportunidades do indivíduo de atuar sobre as próprias decisões

Cultive oportunidades de participação ativa e relevante, da escolha do que vestir até o desenvolvimento de IEPs de transição. Identifique os tipos de apoio que podem ser necessários

Habilidades de autodeterminação

Por exemplo, muitas pessoas com deficiências significativas não sabem como se deslocar de forma independente. O treinamento de deslocamento pode ajudar a promover maior independência e autodeterminação. (Consulte a seção Recursos adicionais para obter mais informações sobre o treinamento de deslocamento.)

Recursos adicionais

Projeto ACTION da Easter Seals

A missão é promover o acesso universal das pessoas com deficiência ao transporte, de acordo com a legislação federal, pela parceria com fornecedores de serviços de transporte, a comunidade de pessoas com deficiência e outros, por meio de treinamento, assistência técnica, pesquisa aplicada, projeção e comunicação.

Telefone: 800-659-6428

<http://projectaction.org>

Center for Self-Determination (Centro para Autodeterminação)

Assistência técnica para pessoas e organizações que estejam tentando mudar seus sistemas de apoio, segundo os princípios da autodeterminação.

35425 Michigan Ave W, Wayne, MI 48184

Telefone: 734-722-7092

www.centerforself-determination.com

NICHCY-Travel Training (Treinamento de Deslocamento)

www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts9.pdf

Preparação para uma reunião de IEP de transição

Uma visão do futuro claramente transmitida pode ajudar a criar um entendimento comum. Dessa forma, a equipe de IEP pode trabalhar em conjunto para a concretização dessa visão. O estudante e a família têm um conhecimento único sobre os interesses e as preferências do estudante, além de um grande interesse no seu futuro. Quando a equipe de IPE conhece as metas de futuro do estudante, pode dar mais atenção à educação e ajudar a estabelecer conexões que serão fundamentais para o sucesso.

Discuta e analise em família questões como:

- Quais são os sonhos do seu filho para quando ele sair da escola?
- Quais são os pontos fortes e interesses dele nas áreas de vida independente, emprego, vida escolar, aprendizado, lazer e recreação?
- O que ele consegue fazer no momento?
- De que tipo de suporte ou treinamento ele precisa para aprender a ter uma vida independente, emprego, recreação e lazer?
- Onde ele gostaria de morar e qual seria o apoio necessário para que essa situação se concretizasse?
- O que ele gosta de fazer em termos de recreação e diversão?
- Que prioridades ele tem no momento?

Elabore uma “declaração para desdobramento após a escola”.

Essa declaração deve incluir todos os domínios, como educação pós-secundária, treinamento vocacional, educação de adulto, emprego, vida independente e participação comunitária.

Analise outros planos

Familiarize-se com outros planos, como um plano de suporte para o caso de períodos de licença médica, a fim de garantir a coordenação desses serviços.

Anote as perguntas que gostaria de fazer, como:

- A meta anual atende a uma ou mais das necessidades identificadas?
- Quando será a conclusão de cada meta anual?
- Quem assumirá a responsabilidade por iniciar os serviços?
- Existem lacunas de apoio que precisam ser corrigidas?

Recursos adicionais

Planejamento de transição: um esforço em equipe

www.nichcy.org/wp-content/uploads/docs/ts10.pdf

Guia de avaliação de transição apropriado para a idade

www.nsttac.org/content/age-appropriate-transitionassessment-toolkit

Módulo online IRIS: orientadores escolares

Facilitar a transição dos estudantes com deficiência do ensino médio ao pós-escolar

<http://iris.peabody.vanderbilt.edu/>

Transition: It's All About Me!

Elaborado para estudantes com deficiências auditivas, a partir dos 14 anos até a idade adulta.

www.pepnet.org/itransition

Whose Life Is It Anyway?

Como uma adolescente, seus pais e professores enxergam o processo de transição em uma pessoa mais jovem com deficiência

www.waisman.wisc.edu/cedd/pdfs/products/family/wliianyway.pdf

Dicas para uma transição bem-sucedida

O sucesso da transição da escola para o emprego, independência, ensino superior/treinamento e vida comunitária não acontece por acaso. Requer esforço, planejamento e compromisso.

Promova a liderança familiar

Os resultados da transição são mais bem-sucedidos quando o estudante e a família assumem a liderança do processo de planejamento e implementação da transição.

Encoraje a autodeterminação

Cultive a autodeterminação em cada estudante, fazendo com que ele participe do processo e usando recursos, como o livreto “Dare to Dream”. (Consulte a seção Recursos adicionais para obter mais informações.)

Desenvolva resultados claros

Desenvolva e atualize uma declaração claramente redigida sobre os desdobramentos após a escola, segundo as preferências e os interesses do estudante. A declaração deve incluir todos os domínios, como educação pós-secundária e adulta, treinamento vocacional, participação comunitária, vida independente e emprego.

Trabalhe em prol de um compromisso comum

Estabeleça um compromisso da equipe com a implementação do plano de transição.

Mantenha a flexibilidade

Avance o plano de transição continuamente para acompanhar a mudança de interesses ou preferências do estudante.

Fique conectado

Associe-se a instituições e organizações comunitárias, assegurando-se de que cada entidade conheça suas funções e responsabilidades.

Procure estabelecer a meta de “ter um trabalho/ter uma vida”

O emprego bem integrado com os apoios corretos pode criar uma conexão com a comunidade. O desenvolvimento de um Individual Plan for Employment (Plano de Emprego Individual, IPE) por meio de reabilitação vocacional pode ser necessário para ajudar na preparação, recuperação, manutenção ou avanço no emprego.

Considere o ensino superior/treinamento

Para ser bem empregado em um campo de interesse do estudante, o ensino superior ou um treinamento adicional podem ser necessários. Pesquise as graduações, os certificados ou os cursos que possam ser importantes e inclua as metas e os objetivos no IEP de transição para ajudar o estudante a se preparar para a educação ou o treinamento adicional.

Recursos adicionais

NICHCY

Transition to Adulthood

www.nichcy.org/schoolage/transitionadult

Diploma Decisions for Students with Disabilities

www.cpt.fsu.edu/ese/pdf/diploma.pdf

Wrightslaw-Transition

www.wrightslaw.com/info/trans.index.htm

Moving On to High School

www.communityinclusion.org/article.php?article_id=148

Financiamento da educação após o ensino médio: Guia do Federal Student Aid

<http://studentaid.ed.gov/sites/default/files/2012-13-fundingyour-education.pdf>

Acesso à divisão de VR

Os serviços de reabilitação vocacional (VR) visam assistir os indivíduos com deficiência e ajudar a aumentar a inserção profissional, autossuficiência econômica, independência e integração no local de trabalho e na comunidade, por meio de programas avançados, abrangentes e coordenados. Depois de se estabelecer a admissibilidade no programa, é imprescindível desenvolver um IPE para ativar os serviços de reabilitação identificados.

Conheça a proposta de reabilitação vocacional

A Division of Vocational Rehabilitation (Divisão de Reabilitação Vocacional, DVR) oferece serviços para as pessoas com deficiência física ou mental. O objetivo desses serviços é que as pessoas se preparem, consigam, mantenham ou recuperem um emprego.

Inscreva-se nos serviços de reabilitação vocacional

A qualificação para os serviços da DVR baseia-se na existência de alguma deficiência física ou mental e uma meta de emprego. Em geral, a qualificação é decidida em 60 dias após a inscrição nos serviços. Se você recebe Social Security Disability Insurance (Seguro Social por Deficiência, SSDI) ou Supplemental Security Income (Renda Social Complementar, SSI) por sua deficiência, pode se qualificar para os serviços da DVR para assegurar o seu emprego.

Desenvolva o seu IPE

Um IPE é uma meta de emprego escrita. É um elemento essencial a ser desenvolvido com os resultados de emprego claramente redigidos. Para que a DVR ofereça o apoio necessário para o cumprimento da meta de emprego, o serviço deve ser especificado no IPE.

Saiba mais sobre os serviços de reabilitação vocacional

A DVR oferece serviços que podem ser necessários para auxiliar na reabilitação. De acordo com a deficiência e a meta vocacional, um ou mais destes serviços serão necessários:

- **Avaliação vocacional**
- **Planejamento de carreira**
- **Colocação profissional**
- **Aconselhamento e orientação**
- **Acompanhamento profissional**
- **Avaliação das necessidades tecnológicas**
- **Terapia da fala e da linguagem**
- **Treinamento/educação após o ensino médio**
- **Serviços de apoio**
- **Diagnóstico médico e psicológico**
- **Tratamento e análise presencial de trabalho/tarefa**

Recursos adicionais

Entidades da DVR

As entidades estaduais de reabilitação vocacional auxiliam as pessoas com deficiência que buscam desenvolver carreiras profícuas, oferecendo treinamento, educação e financiamento.

Para obter uma lista das entidades estaduais da DVR, acesse o site <http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?902>

Client Assistance Programs

(Programas de Assistência ao Cliente, CAP)

CAP é uma rede nacional de entidades que tratam dos direitos das pessoas com deficiência, de cunho legal e desenvolvida pelo congresso.

Para obter uma lista dos escritórios da rede CAP, acesse o site <http://askjan.org/cgi-win/TypeQuery.exe?039>

O que é ordem de seleção?

www.ilr.cornell.edu/edi/publications/PPBriefs/PP_23.pdf

Informativo

O programa estadual de serviços de reabilitação vocacional

[www.modot.gov/mcs/documents
statevocationalrehabilitationinformation.pdf](http://www.modot.gov/mcs/documents/statevocationalrehabilitationinformation.pdf)

Desenvolvimento de um IPE

Um IPE contém orientações para a ativação dos serviços de reabilitação vocacional. O objetivo dos serviços de reabilitação vocacional é ajudar as pessoas com deficiência a conseguir, manter, reter ou recuperar um emprego. Sem um IPE detalhado e claramente desenvolvido, a reabilitação vocacional não é capaz de oferecer a assistência adequada para que o plano se transforme em realidade.

Escolha um resultado de emprego específico

Identifique uma meta de emprego com base em pontos fortes, expectativas, habilidades e interesses.

Planeje os serviços que serão fornecidos nos contextos mais integrados

O trabalho em comunidade aumenta consideravelmente as oportunidades de inclusão e conexão comunitária. Investigue os tipos de serviços necessários para que isso funcione.

Estabeleça um cronograma

Identifique a data de início dos serviços e quando atingir cada meta.

Identifique entidades específicas que fornecerão os serviços VR

Depois de determinar quem fornecerá cada serviço, avalie o que será necessário para que isso se concretize.

Determine como o progresso será avaliado

Discuta e concorde em uma forma de avaliar o progresso e como todos os envolvidos saberão sobre o progresso.

Determine as responsabilidades de VR, o indivíduo e o órgão a fornecer os serviços

Estabeleça um acordo por escrito das responsabilidades de cada pessoa e como manter a comunicação entre as partes envolvidas.

Determine se haverá necessidade de emprego assistido

O emprego assistido pode ser um imenso diferencial para que os indivíduos com deficiências significativas possam ser empregados em ambientes mais integrados.

Determine se haverá necessidade de algum serviço pós-emprego

Discuta quais tipos de acompanhamento serão necessários para que o indivíduo mantenha e avance em sua carreira.

Recursos adicionais

Social Security Online-The Work Site-Ticket to Work

www.ssa.gov/work/

Self Employment and an IPE

www.start-up-usa.biz/resources/content.cfm?id=646

State Vocational Rehabilitation Agencies and Their Obligation to Maximize Employment

Publicado pelo National Assistive Technology Advocacy Project

Publicação disponível para download:

www.nls.org/Disability/VocationalRehabilitation

[StateVocationalRehabilitationAgenciesMaximizeEmployment](http://www.nls.org/Disability/VocationalRehabilitation/StateVocationalRehabilitationAgenciesMaximizeEmployment)

State Rehabilitation Council

(Conselho Estadual de Reabilitação, SRC)

O SRC consiste em afiliações diversificadas, indicadas pelo governador, interessadas e representativas de indivíduos com deficiência. Entre as incumbências do SRC estão o trabalho em parceria com a DVR estadual para análise, avaliação e aconselhamento do Departamento sobre sua eficácia e seu desempenho geral e específico. Contate a DVR estadual para obter mais informações sobre o conselho de reabilitação local.

Vida independente

As habilidades necessárias para uma vida independente são aquelas que geram o máximo de autossuficiência possível. Nenhum ser humano, com ou sem deficiência, nasce com essas habilidades; elas são aprendidas. Para os indivíduos com deficiência, algumas dessas habilidades podem ser particularmente difíceis ou demoradas de apreender, demandar o uso de dispositivos de assistência e/ou treinamento extra e prática para alcançar o nível mais alto possível de independência.

As habilidades para uma vida independente podem incluir:

- Administração doméstica
- Orçamento, atividades bancárias e gestão monetária
- Habilidades sociais e relacionamentos
- Administração do estresse
- Defesa própria e assertividade
- Deslocamento e transporte
- Solução de problemas (legais, familiares, sociais)
- Planejamento/preparo das refeições
- Compras
- Higiene pessoal
- Mobilidade
- Cuidados pessoais de saúde
- Acesso a recursos comunitários

Comece cedo o ensino de habilidades para uma vida independente

Envolva seu filho nas atividades domésticas corriqueiras. Ainda que as limitações físicas o impeçam de executar as tarefas, ele talvez precise saber como o processo funciona para poder comunicar aos outros o que fazer. Para os estudantes da escola atendidos pela IDEA, integre o desenvolvimento de habilidades de vida independente como parte do IEP de transição. No caso de deficiências significativas, considere iniciar um IEP de transição antes dos 16 anos de idade. Em alguns estados, o processo começa aos 14 anos.

Cultive a mente e os talentos do seu filho

Deixe que ele assuma o próprio estudo e as responsabilidades escolares (deveres de casa, projetos), e não você. Permita que ele sinta a alegria do próprio sucesso.

Conecte-se ao Center for Independent Living (Centro de Vida Independente, CIL) local

Os CILs são normalmente organizações da comunidade, não residenciais, privadas, mas não lucrativas, e controladas pelo consumidor. Eles fornecem serviços e defensoria das pessoas e para as pessoas com todo tipo de deficiência, para ajudá-las a desenvolver todo o seu potencial. Solicite a assistência do CIL local para avaliar as habilidades para uma vida independente e identificar a necessidade de desenvolvimento de habilidades.

Considere o uso de tecnologia de assistência para ganhar mais independência

Utilize uma ferramenta como WATI AT e Transition para ajudar a identificar as áreas de vida independente que precisam da tecnologia de assistência. (Consulte a seção Recursos adicionais para obter mais informações sobre WATI AT e Transition.)

Recursos adicionais

Statewide Independent Living Councils (Conselhos Estaduais de Vida Independente, SILCs)

Os SILCs colaboram com a entidade estadual de reabilitação vocacional para o desenvolvimento do plano estadual de vida independente.

Para obter uma lista dos SILCs estaduais, acesse o site
www.ilru.org/html/publications/directory/SILC.html

Wisconsin Assistive Technology Initiative (WATI) AT e Transition

Um documento útil para ajudar a identificar as possíveis oportunidades de tecnologia de assistência, a fim de aumentar as habilidades de vida independente.

www.wati.org/?pageload=contents/support/feed/index.php

Dez dicas para uma entrevista de emprego bem-sucedida

Pode ser a sua primeira ou sua décima entrevista de emprego, é normal ficar nervoso. Todos ficam nervosos em entrevistas de emprego. Aqui vão algumas dicas de como se sair bem em uma entrevista de emprego:

1. A prática leva à perfeição. Peça que seus pais ou amigos simulem com você uma entrevista de emprego, crie uma lista de perguntas que o empregador pode fazer e uma lista das perguntas para você. Depois de praticar com esse material, você estará melhor preparado e mais confiante para a entrevista.
2. Sempre se apresente da melhor forma possível em uma entrevista de emprego. Sua aparência é importante para os empregadores.
3. Chegue cedo, não se atrase! O entrevistador entenderá o atraso como descaso com o trabalho.
4. Sempre cumprimente o entrevistador com um sorriso e um aperto de mão. Seja você mesmo. Você deixará transparecer o orgulho por ser quem é e pelo que faz. Isso é muito importante como uma primeira impressão.
5. Relaxe, lembre-se de que uma entrevista é apenas uma conversa entre duas ou mais pessoas que estão se conhecendo.
6. Espere um pouco e organize suas ideias antes de responder a uma pergunta. Lembre-se de usar frases completas em suas respostas. Por exemplo: “Sim, eu posso organizar as pastas em ordem alfabética” ou “Posso atender telefonemas e anotar recados”. Tente não responder com “É” ou “Aham”.
7. Não tenha medo de dedicar um tempo para falar de si. Você não estará se gabando de si mesmo, estará apenas informando à empresa as habilidades que você possui que podem beneficiá-la. Não inclua suas atividades pessoais não relacionadas ao emprego na conversa, a menos que seja solicitado a compartilhar.

8. Tente manter contato visual com o entrevistador. Pode parecer difícil, mas demonstra que você está interessado no que ele está dizendo.
9. Lembre-se de também fazer perguntas. A entrevista não é apenas para a empresa decidir se quer ou não contratar você, mas também serve para você decidir se deseja trabalhar para essa empresa. Estas são algumas perguntas que podem ser feitas:
 - **Que salário vocês oferecem?**
 - **São quantas horas de trabalho por dia ou por semana?**
 - **Existe oportunidade de promoção?**
 - **Os salários são aumentados todos os anos ou seguem um critério de mérito/avaliação de desempenho?**
 - **Qual é o pacote de férias/benefícios oferecido?**
Estão incluídos plano de saúde, seguro de vida, deficiência de curto ou longo prazo ou programas 401k?

Este é o melhor momento para explicar e solicitar acomodações especiais necessárias, tempo livre ou qualquer item importante a ser estabelecido antes de você começar a trabalhar.

10. Faça um contato de cortesia posterior. Um dia ou dois após a entrevista, é aconselhável enviar uma nota de agradecimento ao entrevistador pela oportunidade de conhecê-lo. Essa é uma mensagem importante para os empregadores, pois demonstra dedicação e interesse no cargo.

Importante: Organize sua presença online e use um endereço de email apropriado para enviar seu currículo ou solicitação a um possível empregador. Os empregadores verificam Facebook, MySpace, Twitter e outros sites de mídias sociais para obter mais informações sobre você. Mantenha seus canais privados ou divulgue apenas as informações que você não se importa que sejam do conhecimento do seu futuro empregador.

Vista-se para o sucesso!

Sempre nos sentimos melhor quando estamos bem apresentados.

Um moletom e uma camiseta são ótimos para relaxar em casa, mas o que vestir para uma entrevista de emprego? E para uma reunião da empresa? A aparência e a roupa dizem muito sobre quem somos e como nos sentimos a nosso respeito. Com o cabelo bem feito, o sorriso franco e as roupas apresentáveis, limpas e bem combinadas, emitimos uma mensagem importante a quem conhecemos, principalmente às pessoas presentes nas entrevistas de emprego, reuniões da empresa e eventos formais. Nossa aparência fala por nós!

Aqui vão umas dicas:

Já ouviu alguém dizer “Hoje meu cabelo está ruim”?

- **Estilo e expressão própria é algo pessoal e aceito, porém, as empresas e a diretoria dão preferência a uma aparência conservadora.**
- **Homens: Cortes de cabelo diferente (por exemplo: cabeça raspada formando palavras ou estilo moicano) não são uma boa ideia. Evite que o cabelo cubra o seu rosto. Na dúvida, o ideal é mantê-lo curto e simples.**
- **Mulheres: Cabelo desfiado muitos centímetros acima da cabeça nem sempre é considerado um estilo profissional. Não tem problema usar cabelo longo, desde que esteja penteado e arrumado.**

Higiene pessoal:

Este é um quesito de extrema importância! Lembre-se de tomar banho, lavar o cabelo, usar desodorante e escovar os dentes. Isso é essencial. Em termos gerais, para não serem rudes, as pessoas não comentam se seu suor está forte ou se você está com mau hálito. Elas podem optar por evitar proximidade ou conversas longas com você. Isso é especialmente verdadeiro para um possível empregador.

Opções de vestimenta:

Calça preta com uma boa camisa ou blusa de cor sólida e botões é uma boa opção. As cores sólidas são as que mais combinam com preto. A cor preta demonstra que você é tradicional e profissional.

- **Vestidos ou saias devem ficar na altura do joelho ou abaixo.**
- **Evite usar tênis. Sapatos são sempre a melhor opção.**
- **Evite usar jeans. Para que o empregador leve você a sério, prefira o estilo executivo.**

Acessórios:

Não exagere no uso de acessórios. Um anel em cada mão é mais do que suficiente. Uma pulseira, um relógio e um par de brincos. Quanto mais simples, melhor. Se você usa piercing ou adereços faciais, procure não usá-los para a entrevista de emprego. Embora algumas empresas não se importem, muitas ainda não aceitam bem. Por que correr o risco?

Olhe-se no espelho.

Você está pronto para a entrevista de emprego. O espelho é o teste final! Faça-se as seguintes perguntas:

- **Estou confortável com o que estou usando?**
- **Meus trajes combinam?**
- **Estou vestido de forma apropriada para a ocasião?**
- **Estou confiante com a minha aparência?**

Se você respondeu “sim” a essas quatro perguntas, está pronto para a entrevista.

Boa sorte!

Acomodações do local de trabalho

Acomodações do local de trabalho são ajustes realizados no ambiente de trabalho para que o candidato ou o funcionário com deficiência qualificado possa desempenhar suas funções.

Peça ajuda com a identificação das acomodações do local de trabalho

Job Accommodation Network é um serviço gratuito do Office of Disability Policy (Escritório de Políticas para Pessoas com Deficiência, ODEP) do Ministério do Trabalho norte-americano. (Ligue para 800-526-7234 ou consulte a seção Recursos adicionais para informar-se sobre mais opções.)

Pesquise custos e opções

As acomodações do local de trabalho podem ser dispendiosas. Entretanto, mais da meta de todas custa menos de US\$ 500.

Solicite acomodações

Embora não seja exigido pelo ADA, é recomendável que os funcionários solicitem as acomodações por escrito. As acomodações do local de trabalho também podem ser identificadas como parte de um IPE.

Saiba como as acomodações do local de trabalho são financiadas

- Incentivos fiscais disponíveis para os empregadores
- Reabilitação vocacional
- Empréstimos de programas financeiros alternativos do FFAST.org
- Compras autofinanciadas
- Equipamento reciclado

Saiba quando um empregador não é obrigado a cumprir as normas do ADA

Empresas menores talvez não sejam obrigadas a oferecer acomodações. Porém o serviço de reabilitação vocacional pode oferecer assistência com as acomodações de trabalho como parte da implementação de um IPE específico.

Recursos adicionais

Job Accommodation Network

(Rede de Acomodações do Local de Trabalho, JAN)

Um serviço gratuito que fornece informações sobre acomodações do local de trabalho, emprego independente, oportunidades de pequenos negócios e assuntos afins para empregadores, provedores de oportunidades de trabalho, pessoas com deficiência e seus familiares, além de outros interessados.

800-526-7234

Email: jan@askjan.org

Site: www.askjan.org

O processo de acomodação do local de trabalho:

Etapas para soluções colaborativas

www.askjan.org/pubsandres/list.htm#prod

Personal Assistance Services in the Workplace

www.askjan.org/media/pas.html



Emprego assistido

As oportunidades que os indivíduos com deficiências significativas têm de obter algum emprego relevante têm aumentado com as opções de emprego assistido, oferecido como alternativa aos programas de treinamento de um dia para adultos (ou seja, oficinas protegidas).

O emprego assistido é uma maneira de ajudar as pessoas que têm dificuldade de serem contratadas (devido ao grau percebido de sua deficiência) conseguirem um emprego, avançarem profissionalmente, aumentarem sua interação social e receberem apoio contínuo e duradouro pelo tempo necessário.

O emprego assistido oferece assistência como acompanhamento profissional, transporte, tecnologia de assistência, treinamento de trabalho especializado e supervisão individual. O emprego assistido estimula as pessoas a trabalhar em suas comunidades, a interagir socialmente e a se integrar.

Explore as oportunidades de carreira

Priorize os interesses, as habilidades e as necessidades do indivíduo por meio de experiências como turmas de educação vocacional, observação de situações de trabalho (job shadow), trabalhos experimentais e o emprego propriamente dito.

Crie oportunidades para desenvolver habilidades de autodeterminação

Participe ativamente da coleta de informações, preparação acadêmica e profissional e tomada de decisões.

Assuma o controle dos recursos

Saiba como adquirir serviços e apoio. Familiares, conselheiros pessoais e outros defensores confiáveis podem ajudar quando necessário.

Consiga o emprego de acordo com as aspirações do indivíduo

Leve em consideração: tipo de ambiente de trabalho, atividades, horário, pagamento, apoio, transporte, oportunidade de crescimento profissional, outros fatores semelhantes e como eles se adequam às aspirações do indivíduo.

Identifique os apoios necessários e apropriados

Utilize acomodações do local de trabalho, tecnologia de assistência e apoios individualizados antes, durante e fora do trabalho. Procure Adult Services (Serviços para Adultos).

Recursos adicionais

Visão geral de emprego assistido

Office of Disability Employment Policy

US Department of Labor

Frances Perkins Building

200 Constitution Ave NW • Washington, DC 20210

Telephone: 866-633-7365 • TTY: 877-889-5627

www.dol.gov/odep/categories/workforce/customizedemployment/practical/edge

APSE

APSE Supported Employment Indicators

Publicação para download:

www.apse.org/docs/QualityIndicators.pdf



Informações e recursos

A lista a seguir contém apenas uma parte dos recursos relacionados a emprego, planejamento de transição e atendimentos relacionados.

Para obter mais informações, entre em contato conosco pelo número **800-825-5736** ou pelo email **fnd@fndusa.org**

Você também pode acessar o site **www.fndusa.org**

National Center on Secondary Education and Transition Institute on Community Integration

University of Minnesota

6 Pattee Hall, 150 Pillsbury Dr. SE

Minneapolis, MN 55455

Telephone: 612-624-2097

Email: ncset@umn.edu

Site: www.ncset.org

Office of Disability Employment US Department of Labor

Frances Perkins Building

200 Constitution Ave. NW

Washington, DC 20210

Telephone: 866-633-7365

TTY: 877-889-5627

Site: www.dol.gov/odep/

Project 10: Transition Education Network

University of South Florida

Endereço: 529 First St. South

Endereço de correspondência: 140 Seventh Ave. South, SVB 112

St. Petersburg, FL 33701

Telephone: 727-873-4661

Site: www.project10.info

DO-IT

Disabilities, Opportunities, Internet working, and Technology

University of Washington

Box 354842

Seattle, WA 98195-4842

Telephone: 888-972-DOIT (3648)

Fax: 206-221-4171

Site: www.washington.edu/doit/

Center for Parent Information and Resources Transition to Adulthood

Endereço de correspondência

Center for Parent Information and Resources

c/o Statewide Parent Advocacy Network

35 Halsey St., Fourth Floor

Newark, NJ 07102

<http://www.parentcenterhub.org/repository/transitionadult/>

Siga-Curta-Assista-Tuíte



FamilyNetworkonDisabilities



FNDUSA



@FND_USA

Baixe o nosso aplicativo!
FND Disability Resources



ENTRE EM CONTATO CONOSCO para obter mais informações



Family Network on Disabilities

2196 Main St. • Suite K

Dunedin, FL 34698

Telefone: **800-825-5736** ou **727-523-1130**

Fax: **727-523-8687**

Email: **fnd@fndusa.org**

Site da FND: **www.fndusa.org**

Este livreto foi criado parcialmente por: Programa Transition, Independent Living, Employment and Support (Transição, Vida Independente, Emprego e Atendimento, TILES) na Family Network on Disabilities. Para obter mais informações sobre o TILES e outros programas oferecidos pela FND, acesse o site: www.fndusa.org



O conteúdo de nossos materiais foi desenvolvido com financiamento do Ministério da Educação dos EUA, H328M150043, H328M150042 e H328M150041. No entanto, o conteúdo não representa necessariamente a política do Ministério de Educação dos Estados Unidos e, portanto, não deve ser entendido como endossado pelo Governo Federal. Diretor do projeto: Greg Knollman.

Os programas do centro Parent Training and Information (Informações e Treinamento para Pais, PTI), financiados pelo Ministério da Educação dos EUA, Office of Special Education Programs (Escritório de Programas de Educação Especial, OSEP), ajudam a garantir que os pais que têm filhos com grande variedade de deficiências segundo a IDEA, defensores e profissionais que trabalham em conjunto tenham o treinamento e as informações de que necessitam para se prepararem não só para a escola, mas também para que os estudantes com deficiência possam ter uma vida produtiva e independente ao máximo.



O programa oferece os serviços do PTI *nas seguintes localidades:*

Alachua, Baker, Bay, Bradford, Calhoun, Clay, Columbia, Dixie, Duval, Escambia, Flagler, Franklin, Gadsden, Gilchrist, Gulf, Hamilton, Holmes Jackson, Jefferson, Lafayette, Leon, Levy, Liberty, Madison, Marion, Nassau, Okaloosa, Putnam, Santa Rosa, St. John's, Suwannee, Taylor, Union, Volusia, Wakulla, Walton e Washington.



O programa oferece os serviços do PTI *nas seguintes localidades:* **Brevard, Citrus, De Soto, Hardee, Hernando, Highlands, Hillsborough, Indian River, Lake, Manatee, Okeechobee, Orange, Osceola, Pasco, Pinellas, Polk, Sarasota, Seminole, St. Lucie e Sumter.**



O programa oferece os serviços do PTI *nas seguintes localidades:* **Broward, Charlotte, Collier, Glades, Hendry, Lee, Martin, Miami-Dade, Monroe e Palm Beach.**