

¿Qué trabajo haces?

Es posible que ya tengas experiencia laboral: ¿Haces lo siguiente?

- ¿Cuidas a niños más pequeños?
- ¿Ayudas a tu familia con los quehaceres domésticos?
- ¿Haces trabajo de jardinería para tus vecinos?
- ¿Cuidas a una mascota?
- ¿Ayudas a tu abuela en el jardín?
- ¿Te ofreces de voluntario para ayudar a tus maestros?
- ¿Trabajas de tiempo parcial en el verano o durante el año escolar?



El trabajo es una excelente manera de aprender destrezas básicas:

- ¿Cooperas con los demás?
- Más responsabilidades
- El valor del dinero
- Destrezas laborales
- Destrezas de administración del tiempo
- Confianza en ti mismo

Recuerda que aunque es agradable recibir pago por lo que hacemos, el **trabajo de voluntario es una buena manera de obtener experiencia** si no estás seguro de lo que quieres hacer ni cuánto tiempo tendrás para hacerlo.

Si adquieres experiencia en el trabajo desde joven, eso te ayudará a aprender a conservar tu trabajo en el futuro y a ahorrar dinero para comprar las cosas que quieres.

Los siguientes recursos pueden resultarte útiles:

- **Illinois Worknet Center:** <http://www.illinoisworknet.com>
- **Department of Human Services Disability and Rehabilitation Services (Departamento de Servicios de Rehabilitación y Discapacidades del Departamento de Servicios Humanos):** <http://www.dhs.state.il.us/page.aspx?item=29727>
- **Illinois Career Resource Network (Red de Recursos sobre Carreras de Illinois):** <http://ilcis.intocareers.org/materials/portal/home.html>
- **Job Accommodation Network (Red para la Búsqueda de Trabajo):** <http://www.jan.wvu.edu> o llame al 800-526-7234
- **Illinois Employment & Training Center (Centro de Empleo y Capacitación de Illinois):** <http://www.ides.state.il.us> o llame al 888-367-4382
- **PACER's:** <https://www.pacer.org/transition/resource-library/publications/NPC-23.pdf?fbclid=IwAR1yRWsDjIh0gT6jkduYWuILkzd0704IFJGCXC2NRXyx6YzZcbR2szfjmQU>

Algunas de las destrezas que podrían servirte para interactuar bien con tu jefe y tucompañeros de trabajo aparecen en la lista más adelante.

Destrezas para interactuar con tus compañeros de trabajo



- Saber cómo saludar a los demás, dar la mano y decir hola.
- Usar buen contacto visual al hablar o escuchar a los demás.
- Saber cómo presentarte, o sea decir tu nombre y apellido.
- Mantener una distancia respetuosa entre ti y los demás
- Usar un dispositivo asistencial para hablar con los demás.
- Sonreír y hablar con los demás durante los descansos.
- Indicar qué necesitas para poder hacer tu trabajo.
- Hacer y contestar preguntas.
- Llevarte bien con los demás.
- Expresar lo que te gusta y lo que te disgusta en el trabajo.
- Controlar tus emociones.



Estamos aquí para ayudar. Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

dsc.c.uic.edu o “me gusta” en  facebook.com/dsc.c.uic.edu