

ՁԵՌՆԱՐԿ ԱՇԽԱՏԱՆՔ ՓՆՏՐՈՂ
ՀԱՇՄԱՆԴԱՄՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ԱՆՁԱՆՑ ՀԱՄԱՐ

ԱՇԽԱՏԵԼ

ԿԱՐՈՂ ԵՍ

ԴՈՒ

ԵՐԵՎԱՆ 2025

Նախաբան

Բնակչության աշխատանքային զբաղվածության ապահովումը պետության և հասարակության հիմնական խնդիրներից մեկն է, որի լուծումը մեծապես նպաստում է անհատի և ընտանիքի տնտեսական անկախության կայացմանը: Աշխատանքային շուկայում ամենախոցելի և անմրցունակ խմբերից են հաշմանդամություն ունեցող անձինք: Հայաստանում բնակվող աշխատունակ տարիքի հաշմանդամություն ունեցող անձանց միայն 8-9 տոկոսն է ապահովված աշխատանքով: Չնայած դրան, հաշմանդամություն ունեցող անձինք, հատկապես երիտասարդները, մեծ աշխատանքային ներուժ ունեն: Նրանց մեջ կան բազմաթիվ կրթված, մոտիվացված և տարբեր հմտությունների տիրապետող մարդիկ: 2006թ.-ից «Ունիսոն» ՀԿ-ն ակտիվորեն զբաղվում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց աշխատանքի տեղավորման խնդրով և այս ընթացքում աջակցել է հարյուրավոր անձանց մշտական աշխատանք գտնելու հարցում: Այնուամենայնիվ, գործատուների և ընդհանուր հանրության շրջանում դեռ պահպանվող կարծրատիպերը, ինչպես նաև աշխատանքի որոնման հմտությունների պակասն ու ոլորտի վերաբերյալ հասարակության ոչ բավարար իրազեկվածությունը խոչընդոտում և դանդաղեցնում են հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների աշխատանքի տեղավորման գործընթացը:



Սույն ձեռնարկը մշակվել է որպես ուղեցույց աշխատանք փնտրող հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար: Այն օգտակար կլինի նաև գործատուներին, հաշմանդամություն ունեցող անձանց զբաղվածության հիմնահարցերով զբաղվող պետական մարմիններին և հասարակական կազմակերպություններին:

Ինչից պետք է սկսել աշխատանքի որոնման գործընթացը

Հաշմանդամություն ունեցող բազմաթիվ մարդիկ համոզված են, որ մեր օրերում Հայաստանում գրեթե անհնար է աշխատանք գտնել: Սակայն, եթե գրագետ մոտենաք աշխատանքի որոնման գործընթացին, կիրառեք բոլոր հասանելի և թույլատրելի միջոցները, տեղեկացված լինեք աշխատանքի որոնման և ընդունման փուլերին ու համառ ջանքեր գործադրեք, ապա կարող եք հասնել ցանկալի արդյունքի:



Ո՞րն է Ձեր առաջին քայլը. նախ, ինքներդ որոշե՛ք, թե ինչ բնույթի աշխատանք եք փնտրում: Եթե Դուք դեռ մասնագիտացած չեք այդ ոլորտում, ցանկալի է մասնակցել պետության կամ այլ կառույցների կողմից կազմակերպվող մասնագիտական դասընթացներին:

Ժամանակակից աշխարհում կրթություն ստանալը կամ հմտություններ ձեռք բերելը դարձել է առավել հասանելի, այդ թվում նաև համացանցում առաջարկվող դասընթացների միջոցով: Շատ գործատուներ պարտադիր պահանջների շարքում առանձնացնում են համակարգչային հմտությունները (առնվազն տարրական մակարդակով):

Այդ հմտությունները կարելի է ձեռք բերել 1-2 ամսվա ընթացքում՝ հաճախելով անվճար կամ վճարովի համակարգչային դասընթացների կամ օգտվելով առցանց տարբերակներից:

Մի քանի գործնական խորհուրդներ

- Օբյեկտիվորեն գնահատե՛ք Ձեր կրթական մակարդակը, հմտություններն ու աշխատանքային փորձը (առկայության դեպքում), ինչպես նաև Ձեր առավելություններն ու թերությունները:
- Ձևավորե՛ք իրատեսական ակնկալիքներ:
- Կապ հաստատե՛ք աշխատանքի որոնմանն աջակցող հասարակական կազմակերպությունների հետ:
- Կազմե՛ք ռեզյումե (ինքնակենսագրական):

- Գրանցվե՞ք Միասնական սոցիալական ծառայության (ՄՍԾ) տարածքային կենտրոնում՝ գործազուրկ անձի կարգավիճակ ստանալու համար:
- Հետևե՛ք e-work.am կայքում տեղադրվող թափուր աշխատատեղերի հայտարարություններին «Գտնել աշխատանք» բաժնում, ինչպես նաև այցելե՛ք կայքի մյուս բաժինները, որտեղ ներկայացված են օգտակար նյութեր:
- Հետևե՛ք նաև այլ կայքերում և սոցիալական ցանցերում տեղադրվող թափուր աշխատատեղերի մասին հայտարարություններին:
- Հաճախե՛ք տարբեր դասընթացների, ինչը կբարձրացնի Ձեր մրցունակությունը:
- Կամավորական աշխատանք կատարե՛ք. դա կօգնի Ձեզ մշտական աշխատանք գտնել ապագայում:



Աշխատանքի որոնման տարբեր փուլերում հաճախակի կրկնվող սխալներ



Պոտենցիալ գործատուի հետ հաղորդակցություն

- Անուշադիր կարդալ հայտարարության մեջ նշված աշխատանքի մասին մանրամասները:
- Ռեզյումեն ուղարկել գործատուի սահմանած վերջնաժամկետից ուշ:
- Գործատուին ուղարկել լատինատառ կամ ոչ սահմանված ձևաչափով հաղորդագրություններ:
- Գործատուին գրել միայն «Բարև Ձեզ», «Մի հարց կարո՞ղ եմ տալ» կամ պարզապես էմոջիներ՝ առանց հստակ բովանդակություն ներկայացնելու:
- Ասելիքը «երկար ծամել»՝ առանց բովանդակային տեղեկության:
- Անցնել «դու»-ի հենց առաջին հաղորդագրությունից:
- Հայտը լրացնել լատինատառ, թերի կամ չպատասխանել հիմնական հարցերին:
- Գործատուին դիմել ոչ աշխատանքային օրերին/ծամերին, այդ թվում՝ սոցիալական ցանցերի միջոցով:
- «Մի թեթև աշխատանք» խնդրել կամ ակնկալել:
- Անընդհատ կապ հաստատել գործատուի հետ՝ հետաքրքրվելով արդյունքներով:

Ռեզյումեի (CV) կազմում

- Ռեզյումեի ֆայլը վերնագրել cv, rezyume, file և նման ընդհանուր բառերով:
- Ներառել հմտություններ, որոնց այլևս չեք տիրապետում կամ երբեք էլ չեք տիրապետել:
- Հին տվյալներով կամ թերի կազմած ռեզյումե ուղարկել:
- Նշել չաշխատող էլ. փոստի հասցե կամ հեռախոսահամար, որին ոչ միշտ եք պատասխանում:
- Ուղարկել նախկինում մեկ այլ գործատուի համար կազմված ձևաչափով ռեզյումե՝ առանց փոփոխությունների:
- Էլ. նամակում չնշել, թե որ հաստիքի համար եք դիմում:

Աշխատանքի ընդունման հարցազրույց

- Ուշանալ հարցազրույցից կամ չներկայանալ՝ առանց նախապես զգուշացնելու:
- Հարցազրույցին ներկայանալ ոչ պատշաճ, կեղտոտ կամ սպորտային հագուստով:
- Հարցազրույցի ընթացքում մաստակ ծամել:
- Պասիվ լինել կամ չներկայացնել Ձեզ հուզող հարցերը:
- Քննադատել նախկին գործատու(ներ)ին:

- Նվնվալ, բողոքել, մունաթ գալ կամ օգտագործել ոչ պատշաճ բառապաշար:
Հիշեք՝ ոչ ոք պարտավոր չէ Ձեզ ընդունել աշխատանքի միայն այն պատճառով, որ Դուք հաշմանդամություն ունեք և ծանր սոցիալական վիճակում եք գտնվում: Կարևոր է ներկայացնել Ձեր աշխատանքային ներուժը, հմտությունները և սովորելու պատրաստակամությունը:
- Չնշել Ձեր դրական կողմերը և առավելությունները:
- Առանց համապատասխան որակավորման ու փորձի պահանջել բարձր աշխատավարձ:
- Հարցազրույցի ավարտին շնորհակալություն չհայտնել գործատուին իր հատկացված ժամանակի համար:

Գործնական խորհուրդներ՝ վերոնշյալ սխալներից խուսափելու համար

- Աշխատանքի հայտարարություն տեսնելիս ուշադիր ծանոթացե՛ք բոլոր պայմաններին. հրապարակման ամսաթիվ, դիմելու վերջնաժամկետ, թափուր հաստիքի բնույթ, պահանջվող հմտություններ և այլն: Հակառակ դեպքում, կարող եք բաց թողնել կարևոր մանրամասներ, ինչը բացասական ազդեցություն կունենա գործատուի որոշման վրա:
- Մի՛ հետաձգեք դիմելու գործընթացը. աշխատե՛ք որքան հնարավոր է շուտ արձագանքել:

- Եթե գործատուն պահանջում է ներկայացնել հայտադիմում, այն լրացրեք սահմանված ձևաչափով և լեզվով: Նախապես ստուգեք ուղղագրությունը (անհրաժեշտության դեպքում՝ համապատասխան ծրագրերի կամ ընկերների օգնությամբ:
- Եթե նշված է, որ հայտադիմումում, օրինակ, 1000 բառից ավել չպետք է լինի տեղեկությունը, ապա պահպանեք նշված քանակը:
- Ուշադրություն դարձրեք հայտում առաջադրված բոլոր հարցերին՝ համոզվելով, որ պատասխանում եք հենց դրանց և չեք շեղվում այլ թեմաների:
- Որոշ գործատուներ ուսումնասիրում են Ձեր սոցիալական էջերը: Եթե պետք է, տրամադրեք Ձեր էջի հղումը, ներկայացրեք գործող հղում: Մի՛ գրեք ուղղակի Facebook, Tik Tok և այլն:
- Ուշադրություն դարձրեք Ձեր գլխավոր լուսանկարին ու հրապարակումներին: Եթե Ձեր պրոֆիլի նկարի տեղը պատկերված լինի ուրիշ անձ կամ ծաղիկ (կենդանի, զինանշան, սար և այլն), ապա գործատուն կարող է բացասական կարծիք կազմել Ձեր մասին:
- Ռեզյումեն և/կամ հայտը մի՛ ուղարկեք միաժամանակ մի քանի գործատուի՝ նույն նամակով: Ցանկացած գործատու նախընտրում է անհատական մոտեցում:

- Եթե ինչ-որ բան պարզ չէ (օրինակ՝ աշխատատեղի հարմարեցված լինելը, կազմակերպության գտնվելու վայրը և այլն), կարող եք հստակ հարցում ուղարկել գործատուին:
- Նախապես ունեցե՛ք կազմած ռեզյումե, անկախ նրանից, թե գործատուն այն պահանջում է, թե ոչ:
- Կիրառե՛ք գործնական տեսք ունեցող էլ. հասցե: Օրինակ՝ doctorX@mail.ru հասցեն կարող է գործատուի մոտ առաջացնել անլուրջ վերաբերմունք: Եթե չունեք գործնական տեսք ունեցող էլ. փոստ, բացե՛ք նորը՝ օգտագործելով Ձեր անուն-ազգանունը (ցանկալի է gmail կամ այլ տարածված վեբփոստ, օրինակ՝ petros.petrosyan@gmail.com):
- Ռեզյումե ուղարկելիս ֆայլն անվանե՛ք Ձեր անուն-ազգանունով, օրինակ՝ Petros_Petrosyan_CV:
- Էլ. նամակի վերնագրում (Subject) նշե՛ք հաստիքը, որի համար դիմում եք, իսկ նամակի տեքստային մասում համառոտ ներկայացրե՛ք, թե ով եք Դուք, ինչու եք դիմում:
- Ռեզյումեն պետք է պարբերաբար թարմացվի. եթե դրա կազմելուց հետո ձեռք եք բերել նոր հմտություններ, հավաստագրեր կամ պատվոգրեր, անպայման ավելացրե՛ք:

- Ռեգյումենն ուղարկելուց հետո Ձեզ մոտ արե՛ք նշում, թե որ հաստիքի համար եք դիմել և որտեղ, որպեսզի հանկարծ չմոռանաք մանրամասները, եթե գործատուն կապ հաստատի ավելի ուշ:
- Մի՛ անտեսեք կամավորական աշխատանքը, քանի որ այն օգնում է ձեռք բերել օգտակար փորձ և հմտություններ, որոնք շատ գործատուներ գնահատում են:
- Շարունակե՛ք կատարելագործվել. մասնակից եղե՛ք անվճար կամ վճարովի դասընթացների, ինքակրթվե՛ք, ձեռք բերե՛ք նոր հմտություններ: Այդ ամենը կմեծացնի աշխատանք գտնելու Ձեր շանսերը:
- Հարցազրույցին ներկայացե՛ք 10-15 րոպե շուտ՝ խուսափելու համար ուշացումներից, բայց ուշադրություն դարձրե՛ք, որ համապատասխան սենյակ մտնեք ճիշտ նախանշված ժամին: Եթե ուշանում եք կամ չեք կարող ներկայանալ, անպայման նախօրոք տեղեկացրե՛ք գործատուին: Հիշե՛ք, որ անպատասխանատվությունը կարող է ձևավորել բացասական կարծիք Ձեր մասին:
- Հարցազրույցից առաջ փորձե՛ք ուսումնասիրել կազմակերպության հիմնական տվյալները, հասկացե՛ք դրա գործունեության ոլորտը, պատրաստե՛ք Ձեզ հետաքրքրող հարցեր: Այդ կերպ ցույց կտաք Ձեր իրազեկվածությունն ու հետաքրքրվածությունը:

- Հարցազրույցին ներկայացնե՞ք մաքուր, կոկիկ և համապատասխան հագուստով: Խուսափե՞ք սպորտային կամ ոչ պատշաճ հագուստից: Կանանց խորհուրդ է տրվում ներկայանալ զուսպ դիմահարդարմամբ:
- Օգտագործե՞ք նուրբ հոտով օծանելիք:
- Հարցազրույցից առաջ անպայման անջատե՞ք բջջային հեռախոսը:
- Խոսե՞ք վստահ և դրական տրամադրվածությամբ, ներկայացե՞ք այնպես, որ գործատուն տեսնի Ձեր ուժեղ կողմերն ու սովորելու պատրաստակամությունը:
- Երբեք ցույց մի՛ տվեք, թե հարցազրույցի հրավիրվելը Ձեզ համար անակնկալ էր:
- Խուճապի մի՛ մատնվեք. եթե որևէ հարցում շփոթվեցիք, մի՛ հուսահատվեք և փորձե՞ք շտկել իրավիճակը:
- Ոչ մի դեպքում մի՛ խաբեք գործատուին. սուտը շուտ կբացահայտվի և բացասաբար կանդրադառնա գործատուի որոշման վրա:
- Մի՛ փորձեք խղճահարություն առաջացնել գործատուի մոտ՝ պատմելով Ձեր անձնական, առողջական և/կամ ֆինանսական խնդիրների մասին. դա կարող է ձախողել հարցազրույցը:
- Մի՛ վիրավորվեք, եթե գործատուն հետաքրքրվի, թե արդյոք հաշմանդամությունը չի խոչընդոտի Ձեր աշխատանքին. փորձե՞ք բացատրել, որ Դուք

ի վիճակի եք կատարել Ձեր աշխատանքային պարտականությունները:

- Հիշեք, որ «թեթև աշխատանք» հասկացություն չկա. յուրաքանչյուր աշխատանքի համար հարկավոր է ջանք ներդնել, և դրա դիմաց Դուք ստանալու եք վարձատրություն:
- Հարցազրույցի ավարտին շնորհակալություն հայտնեք գործատուին նրա հատկացրած ժամանակի համար ու փորձեք ճշտել, թե երբ կիմանաք վերջնական արդյունքի մասին: Երբեմն այդ գործընթացը կարող է տևել մի քանի օր կամ շաբաթ:
- Եթե դիմել եք բազմաթիվ տեղեր, բայց բոլոր գործատուները մերժել են Ձեզ, մի՛ հուսահատվեք: Փորձեք վերլուծել, թե ինչն է եղել անհաջողության պատճառը (գուցե հմտությունների պակասը, հարցազրույցի ընթացքում ոչ լավագույն ինքնաներկայացումը և այլն): Ամեն ինչ մի՛ կապեք միայն հաշմանդամության հետ, քանի որ գործատուներին հիմնականում անհրաժեշտ են իրենց պահանջներին համապատասխանող, պատասխանատու և շահագրգիռ աշխատակիցներ:
- Մի՛ անտեսեք նաև այն, որ տարբեր լուրեր գործատուների մասին միշտ չէ, որ համապատասխանում են իրականությանը: Օրինակ՝ եթե մի գործատու ունի հաշմանդամություն ունեցող x քանակի աշխատող, դա չի նշանակում, որ դիմելու դեպքում Ձեզ անպայման կընդունեն:

Կարևոր են Ձեր հմտությունները և տվյալ հաստիքի պահանջներին բավարարելը: Նույնքան սխալ է նաև սահմանափակվել միայն մեկ ցանկալի գործատուով. միշտ ավելի լավ է դիմել մի քանի տարբեր տեղեր՝ մեծացնելով Ձեր շանսերը:

- Զինվեք համբերությամբ, և անպայման կհաջողվեք:

Օգտակար տեղեկատվություն գործատուների համար

Հաշմանդամություն ունեցող անձանց մասին կարծրատիպեր և իրականություն

Կարծրատիպ	Իրականություն
Բոլոր հաշմանդամություն ունեցող անձինք ծանր բնավորություն ունեն:	Յուրաքանչյուր անձ ունի ինքնատիպ բնավորություն. հաշմանդամություն ունեցող անձանց մեջ նույնպես հանդիպում են կենսուրախ, եռանդուն մարդիկ, և ծանր բնավորությունը միշտ չէ, որ կապված է հաշմանդամության հետ:
Հաշմանդամություն ունեցող անձը հաճախ է հիվանդանում:	Հաշմանդամությունը հիվանդություն չէ, այլ ֆունկցիոնալ սահմանափակում: Շատ դեպքերում հաշմանդամություն ունեցող անձինք հիվանդանում են նույն հաճախականությամբ, ինչ մնացած մարդիկ:
Հաշմանդամություն ունեցող անձի աշխատատեղի հարմարեցումը միշտ պահանջում է մեծ ծախսեր:	Հաշմանդամություն ունեցող (հատկապես՝ սայլակ օգտագործող) անձի աշխատատեղի հարմարեցումը երբեմն պահանջում է որոշակի ծախսեր:

Հաշմանդամություն ունեցող աշխատակցին չի կարելի լրացուցիչ աշխատանք հանձնարարել կամ վերաբերվել նույն խստությամբ, ինչ մնացածներին:	Հաշմանդամություն ունեցող աշխատակիցները կարող են հավասար հիմունքներով իրականացնել իրենց վստահված առաջադրանքները՝ հաճախ ցույց տալով ավելի մեծ նվիրվածություն և պատասխանատվություն:
---	---

Հաշմանդամությանն առնչվող ճիշտ և սխալ տերմինաբանություն

Օգտագործեք բառեր ու հասկացություններ, որոնք չեն ստեղծում կարծրատիպեր	Խուսափեք կարծրատիպեր ստեղծող բառերից ու հասկացություններից
Հաշմանդամություն ունեցող մարդ/անձ, ֆունկցիոնալ խանգարում ունեցող մարդ	Հիվանդ, անլիարժեք, սահմանափակ կարողություններով/ հնարավորություններով մարդ, անկարողունակ, ՀՈՒԱ («հաշմանդամություն ունեցող անձ» արտահայտության հատկապես բանավոր խոսքում անցանկալի հապավումը), ԿԱՊԿՈՒ («կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող» արտահայտության հապավումը)

Հաշմանդամություն չունեցող մարդ/անձ, կարող է քայլել, տեսնել, լսել և այլն (ի տարբերություն հաշմանդամություն ունեցող, չքայլող, չտեսնող, չլսող մարդու)	Նորմալ, առողջ (ի տարբերություն հաշմանդամություն ունեցող անձի)
Անվասայլակից օգտվող մարդ, սայլակավոր մարդ, ողնուղեղի վնասվածք ունեցող մարդ, սպինալ հաշմանդամ	Անվասայլակին գամված
Ի ծնե հաշմանդամություն ունեցող մարդ, մանկուց հաշմանդամ	Ի ծնե արատ, դժբախտություն
Մանկական ցնցակաթված (կամ նման այլ բան) ունի	Տառապում է մանկական ցնցակաթվածով
Տարել է պոլիոմիելիթ, պոլիոմիելիթի հետևանքով հաշմանդամություն ունի, հիվանդություն տարած մարդ, հաշմանդամություն է ձեռք բերել ինչ-որ բանի արդյունքում	Տառապում է պոլիոմիելիթով, պոլիոմիելիթի հետևանքներից, պոլիոմիելիթի զոհ
Մտավոր հետամնացություն ունեցող մարդ (միայն չափահաս մարդկանց համար)	Թերհաս, մտավոր թերի

✓ Ջարգացման հապաղում ունեցող երեխա	X «Արգելակված», թերամիտ, դեբիլ
Դաունի համախտանիշով մարդ (երեխա)	«Դաուն», «մոնղոլիդ», «դաունիկ»
Աուտիզմ ունեցող մարդ (երեխա)	«Աուտիկ»
Էպիլեպսիա ունեցող մարդ, ցնցումներին ենթակա մարդ	Էպիլեպտիկ, ցնցումավոր
Հոգեկան խնդիրներ ունեցող մարդ, հոգեկան խանգարում ունեցող մարդ	Գիժ, հոգեկան
Կույր, չտեսնող, վատ տեսնող, տեսողական խնդիրներ ունեցող մարդ	Կույր (որպես գոյական) Օրինակ՝ Կույրը մտավ ներս: (սխալ տարբերակ) Կույր/չտեսնող մարդը մտավ ներս: (ճիշտ տարբերակ)
Լսողության խանգարում ունեցող մարդ, թույլ/վատ լսող մարդ, լսողության թերություն ունեցող մարդ/երեխա, խուլ մարդ, չլսող մարդ	Խուլ-համր, խուլ (որպես գոյական)
Շփման դժվարություններ ունեցող մարդ, մարդ, որը չի կարող խոսել, համր մարդ, վերբալ խոսք չունեցող անձ	Համր (որպես գոյական)

Զբաղվածության խթանման պետական միջոցառում

Ներկա պահին գործում է հաշմանդամություն ունեցող գործազուրկ անձանց զբաղվածության խթանմանը նպաստող մեկ պետական ծրագիր՝ ՀՀ կառավարության 23.02.2023 թվականի N 242-Լ որոշմամբ հաստատված «Զբաղվածության խթանման» միջոցառումը: Այն ուղղված է աշխատանքի տեղավորման հնարավորությունների մեծացմանը:

Ծրագրից կարող է օգտվել պետական գրանցում ստացած այն իրավաբանական անձը կամ անհատ ձեռնարկատերը, որը չի հանդիսանում հանրային ծառայություն իրականացնող պետական կառավարման համակարգի մարմին և վերջին 3 ամսվա ընթացքում անընդհատ ունեցել է առնվազն 10 վարձու աշխատող:

Ծրագրից կարող է օգտվել այն գործազուրկը, որը մինչև սույն միջոցառման շրջանակներում աշխատանքի ընդունվելը «Եկամտային հարկի, շահութահարկի և սոցիալական վճարի անձնավորված հաշվառման համակարգում» առկա տեղեկատվության հիման վրա վերջին երեք ամսվա ընթացքում չի հանդիսացել հարկ վճարող աշխատող և վերջին վեց ամսվա ընթացքում չի եղել աշխատանքային հարաբերությունների մեջ տվյալ գործատուի հետ: Ծրագիրը գործում է հաշմանդամության 1-ին կամ 2-րդ խումբ ունեցող կամ ֆունկցիոնալության խորը կամ ծանր աստիճանի սահմանափակում ունեցող անձանց համար:

Ծրագիրն ունի 2 բաղադրիչ.

1) Աշխատանքի ընդունված անձի աշխատավարձից հաշվարկված և վճարված եկամտային հարկի 100%, բայց ոչ ավելի, քան ամսական 50000 դրամ:

2) Միանվագ աջակցություն գործատուին կամ խելամիտ հարմարեցման համար կատարված ծախսերի միանվագ փոխհատուցում՝ առավելագույնը 500000 դրամի չափով:

Հաջողության պատմություններ

Արմինե Մելիքյան

Ողջույն, ես Արմինեն եմ,
հաշմանդամություն ունեցող,
ցածրահասակ անձ:

Մասնագիտությամբ հաշվապահ
եմ, սակայն մանկուց սիրել եմ
ձեռագործությունը, որը վերջին
տարիներին դարձել է իմ
հիմնական զբաղմունքը:

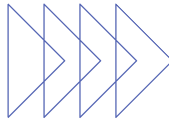
Կյանքիս տարբեր փուլերում հանդիպել եմ բազում
մարտահրավերների, որոնք օգնել են ձևավորվել
որպես անհատ: Ինձ համար ամենամեծ
դժվարություններից մեկն աշխատանք գտնելն էր:
Հարյուրավոր հարցազրույցների եմ մասնակցել, բայց
հիմնականում ստացել եմ միևնույն պատասխանը՝



«Մենք Ձեզ կզանգահարենք», որից հետո երբևէ չէին զանգահարում: Հիշում եմ հատկապես այն հարցազրույցը, որտեղ պետք էր պահեստում առկա նյութերի հաշվառում իրականացնել: Գործատուն ասաց. «Հասկանում եք, ապրանքները բարձր են դրված, իսկ Դուք չեք կարող վերցնել»: Մինչդեռ նման խնդիրները կարելի էր հեշտությամբ լուծել խելամիտ հարմարեցումներով:

Սպասարկման ոլորտում ևս բախվել եմ դժվարությունների, քանի որ որոշ գործատուներ խտրական վերաբերմունք էին ցուցաբերում հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ: Սակայն եղել են նաև մարդիկ, ովքեր հնարավորություն տվեցին ինձ աշխատելու: Այդ շրջանում հաճախ էի մտածում, թե ինչպես օգտագործել իմ ունակությունները և հիմնել սեփական բիզնես: Վերջապես որոշեցի հաշմանդամության թոշակով գնել կտորներ ու թելեր և սկսել ձեռագործ խաղալիքների արտադրությունը: Անցան մի քանի ամիսներ, և համացանցով վաճառքներ կազմակերպելու ընթացքում տեղեկացա մի դրամաշնորհային ծրագրի մասին, որը նախատեսված էր բիզնեսի հիմնման կամ զարգացման համար: Դարձա այդ ծրագրի շահառու, ներդրեցի ստացած միջոցներն իմ բիզնեսում և արդեն հինգ տարի է, ինչ այն հաջողությամբ զարգացնում եմ: Այս ընթացքում ունեցել եմ բազմապիսի համագործակցություններ, արտահանումներ և հազարավոր պատվերներ:

Այսօր ամենաարժեքավորը համարում եմ այն փաստը, որ գտել եմ իմ ուղին՝ միաժամանակ հաղթահարելով մարտահրավերներն ու դրսևորելով իմ ստեղծագործական պոտենցիալը:



Ապավեն Բեգլարյան

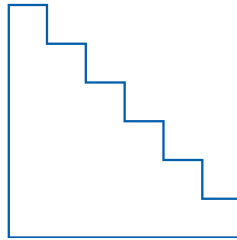


Ես Ապավենն եմ: Աշխատում եմ ՆԳՆ տեխնիկական անվտանգության ոլորտում՝ որպես առաջին կարգի մասնագետ: Այդ աշխատանքը չափազանց պատասխանատու է, քանի որ յուրաքանչյուր որոշում կարող է կյանքեր փրկել:



Բացի իմ աշխատանքից, երգում եմ «Փարոս» կամերային երգչախմբում: Երաժշտությունը հոգուս խաղաղությունն է, ուժ ու ներշնչանք, որն ուղեկցում է ինձ յուրաքանչյուր քայլափոխի: Ապրում եմ ակտիվ կյանքով, վարում եմ մեքենա և մշտապես ձգտում առաջ շարժվել թե՛ անձնական, թե՛ մասնագիտական ոլորտներում:

Հավատում եմ, որ անհնարին ոչինչ չկա: Պետք են միայն կամք, ցանկություն ու խիզախություն՝ հաղթահարելու վախերն ու կասկածները: Ցանկացած գործում կարևոր է լինել պարտաճանաչ, ճշտապահ և հետևողական: Հաջողությունը գալիս է նրանց, ովքեր գործում են ոչ միայն սրտով, այլև կարգապահությամբ ու նպատակասլացությամբ: Դու կարող ես ամեն ինչ: Պարզապես սկսիր:



Անդրանիկ Եսայան



Ես Անդրանիկն եմ՝ «Քայլ դեպի հասանելիություն» հասարակական կազմակերպության նախագահ: Ամեն օր փորձում եմ անել հնարավորն ու անհնարը, որպեսզի

մատչելիությունը մեր երկրում դառնա ոչ թե պարզապես խոսք, այլ իրականություն բոլորի համար:

Համոզված եմ, որ յուրաքանչյուր մարդ արժանի է լիարժեք կյանքին, անկախ ֆիզիկական սահմանափակումներից: Հենց այդ հավատով էլ գործում եմ՝ նախաձեռնելով փոփոխություններ, պայքարելով համակարգային խնդիրների դեմ և ձգտելով ներառական հասարակության ձևավորմանը: Շուտով կմեկնարկի մեր նոր հեռուստանախագիծը, որտեղ կներկայացնենք այն բացառիկ ու ուժեղ անհատներին, ովքեր դժվարություններին չեն հանձնվել և հասել են իրենց երազանքներին: Այն լինելու է ոգեշնչող պատմություն բոլոր նրանց համար, ովքեր երբեմն կասկածում են սեփական ուժերին: Եթե ես ինքս չպայքարեմ առողջությունս ամրապնդելու համար, մարմինս շատ շուտ կհանձնվի: Բայց սա վախեցնող միտք չէ, այլ ուժեղ շարժիչ՝ լինել ակտիվ, շարժվել և ամեն օր աշխատել սեփական ինքնագգացողության վրա: Իմ ուղերձը բոլոր աշխատանք փնտրող հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետևյալն է.

- Սովորեք, զարգացեք, ներդրեք ջանք և հավատացեք Ձեր ուժերին:
- Դուք կարող եք լինել լավագույնը Ձեր ընտրած ոլորտում, եթե աշխատեք, ձգտեք ու առաջ շարժվեք:
- Գտեք մարդկանց, ովքեր պատրաստ են աջակցել ու օգնել Ձեր առաջընթացին: Այդպիսի մարդիկ իսկապես կան:

Հիշե՞ք՝ բոլոր սահմաններն առաջինը կոտրվում են մեր ներաշխարհում, և հենց այդտեղից էլ սկսվում է ամենակարևոր հաղթանակը:

Նաիրա Մեսրոպյան

Ինձ համար այս ուղին երբեք հեշտ չի եղել, բայց այն ինձ փոխանցել է կարևոր արժեքներ՝ հմտություն, տոկունություն և նվիրվածություն: 2018 թվականին Հրազդանից



տեղափոխվել եմ Երևան ոչ միայն նոր հնարավորություններ փնտրելու, այլև սեփական ուժերս փորձելու համար: Մի քանի տարի աշխատել եմ տարբեր ոլորտներում. սկզբում որպես նիստավորող, ապա կշռող, իսկ վերջում դարձել եմ տեսահսկման օպերատոր «ԻՄՍ» ընկերությունում: Զուգահեռաբար զբաղվում եմ սպորտով և մասնակցում տարբեր մրցումների, որտեղից հաճախ վերադառնում եմ մրցանակներով: Միշտ ձգտում եմ առաջ շարժվել և հասնել նպատակներիս: Վստահ եմ, որ իմ փորձը, աշխատասիրությունը և պատասխանատվության զգացումը կոտրում են կարծրատիպերը: Շարունակում եմ առաջ գնալ դեպի նոր նվաճումներ և հնարավորություններ:

Բովանդակություն

Նախաբան	3
Ինչի՞ց պետք է սկսել աշխատանքի որոնման գործընթացը.....	4
Մի քանի գործնական խորհուրդներ.....	5
Աշխատանքի որոնման տարբեր փուլերում հաճախակի կրկնվող սխալներ	
Պոտենցիալ գործատուի հետ հաղորդակցություն.....	7
Ռեզյումեի (CV) կազմում	8
Աշխատանքի ընդունման հարցազրույց	8
Գործնական խորհուրդներ՝ վերոնշյալ սխալներից խուսափելու համար	9
Օգտակար տեղեկատվություն գործատուների համար	
Հաշմանդամություն ունեցող անձանց մասին կարծրատիպեր և իրականություն	15
Հաշմանդամությանն առնչվող ճիշտ և սխալ տերմինաբանություն.....	16
Զբաղվածության խթանման պետական միջոցառում.....	19
Հաջողության պատմություններ	20



Ձեռնարկը հրապարակվել է Երևանի
քաղաքապետարանի աշակցությամբ
«Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդ
երևանցիների զբաղվածության խթանում»
ծրագրի շրջանակներում