



## ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ ДЛЯ ЖІНОК-БІЖЕНОК

**П**рацевлаштування у Сполучених Штатах є дуже важливим для майбутнього та добробуту вашої сім'ї, а також для вашого власного розвитку та фінансової стабільності. Всі працездатні дорослі, як чоловіки, так і жінки, віком від 18 до 64 років повинні зробити пошук роботи пріоритетом.

### ПЕРЕВАГИ ПРАЦЕВЛАШТОВАНOSTI

У Сполучених Штатах жінки складають половину робочої сили, виконують ту ж саму роботу, що й чоловіки на всіх рівнях, і часто керують працівниками-чоловіками. Здатність отримання роботи та забезпечення тривалої професійної кар'єри має багато переваг як для вас, так і для вашої сім'ї.

**Підтримка домогосподарства.** Коли обоє з подружжя працюють, дохід сім'ї зростає, що полегшує покриття таких витрат, як щомісячні рахунки та оренда, а також їжа та одяг. Подвійний дохід також дозволяє заощадити гроші та підвищити фінансову безпеку вашої сім'ї.



**Отримання пільг за місцем роботи.** Деякі робочі місця передбачають певні пільги, наприклад медичне страхування, коли роботодавець пропонує страхові плани для працівника та часто сплачує частину щомісячних витрат. Решта вартості страхування вираховується із зарплати працівника. Більшість американців покладаються на програми медичного страхування на основі зайнятості, оскільки вартість медичного обслуговування висока, а медичне страхування допомагає зменшити ці витрати. Отримання медичного страхування за місцем роботи вважається дуже суттєвою пільгою.

ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ  
ДЛЯ ЖІНОК-БІЖЕНОК



## Вдосконалення вміння спілкуватись

**англійською.** Робота поза домом дозволить вам практикувати та вдосконалювати свою англійську під час спілкування з колегами та клієнтами у професійному середовищі. Знання англійської мови дозволить вам брати участь у житті своєї громади та збільшить вашу здатність вести свої справи самостійно, незалежно від того, чи йдеться про похід у продуктовий магазин, на прийом до лікаря чи в банк.



**Спілкування з іншими людьми.** На робочому місці у вас є більше можливостей спілкуватися з різноманітною групою людей і знайомитися з американською культурою та цінностями, що дозволить вам краще адаптуватися до нового середовища.

## Набуття професійних навичок.

Ваша перша робота надасть вам професійні навички та знання, які підготують вас до наступної роботи. Чим більше навичок ви придбаєте, тим більше у вас буде шансів отримати підвищення або знайти краще оплачувану роботу.



## Користування громадським транспортом або навчання керуванню автомобілем.

Щоб дістатися до роботи та з роботи, вам може знадобитися скористатися громадським транспортом або навчитися водити машину. Вміння користуватися громадським транспортом або керувати авто значно збільшить вашу незалежність та самостійність, допоможе вам познайомитися з вашим районом та містом і дасть вам відчуття причетності до вашого нового дому.



## ПРАЦЮЮЧІ МАТЕРІ ТА ОДИНОКІ МАТЕРІ

Багатьом жінкам, які виховують малолітніх дітей, часто важко поєднувати роботу та домашнє господарство, особливо якщо вони матері-одиначки.



Однак існують певні можливості вирішення цієї проблеми для працевлаштованих матерів.

Одним з таких рішень є віддати дітей у дитячий садок. Послуги дитячого садка не безкоштовні. Early Head Start – це програма, що фінансується федеральним урядом, і яка допомагає малозабезпеченим батькам влаштувати в дитячий садок дітей віком від народження до 3 років. Інша програма, під назвою Head Start, призначена для допомоги сім'ям з дітьми віком від 3 до 4 років. Зарахування маленьких дітей до однієї з цих програм дозволить матері-одиначці, або обом батькам, працювати. Інше рішення полягає в залученні друзів, сусідів або дорослих членів сім'ї, наприклад бабусь і дідусів, до догляду за дітьми, з метою допомоги працюючим батькам. Для подружніх пар третє рішення полягає в тому, щоб один із батьків знайшов роботу на неповну ставку з можливістю працювати у вечірні години і вихідні дні, що дозволило б одному з батьків доглядати за дітьми, поки інший на роботі.



## ЗМІНА СІМЕЙНОЇ ДИНАМІКИ

Американці, як чоловіки, так і жінки, цінують незалежність. У багатьох сім'ях і чоловік, і дружина працюють, а в деяких сім'ях дружина заробляє більше, ніж чоловік. В інших сім'ях дружина знайшла роботу, а чоловік – ні. У цьому випадку очікується, що чоловік буде піклуватися про дітей, коли вони не в школі.

У таких ситуаціях деякі чоловіки можуть відчувати, що втратили роль лідера в сім'ї. Деякі жінки можуть відчувати стрес, коли беруть на себе нові обов'язки та стають основною особою, на зарплату якої утримується сім'я. Прояви взаємної підтримки, разом із відкритим і чесним спілкуванням, може покращити розуміння та зменшити стрес між подружжям.

## Cultural Orientation Resource Exchange

For more information, visit the Settle In website at [settlein.us.org](http://settlein.us.org).



The contents of this fact sheet were developed under an agreement financed by the Bureau of Population, Refugees, and Migration, United States Department of State, but do not necessarily represent the policy of that agency and should not assume endorsement by the Federal Government. **This material is in the public domain and may be reproduced.**