

# مهارت های کسب و کار ویژه معلولین

## دفتر کاریابی و مشاوره شغلی کارباما

یونس مرزبانی ۰۹۱۸۹۲۶۰۹۰۷

روبیکا: [https://rubika.ir/karyabi\\_marzbani](https://rubika.ir/karyabi_marzbani)





## با شما هستم

- **معلولیت** به معنای تبدیل شدن به **فردی ناکارآمد نیست**. هر معلولان شرایط زندگی و کار خاص خودشان را دارند. هر نوع معلولیت ذهنی، جسمی و حرکتی **شرایط متفاوتی** را از نظر **سطح توانایی** کاری فراهم می‌کند. فرقی ندارد که از ابتدای زندگی و به طور مادرزاد به معلولیت مبتلا شده‌اید یا معلولیت شما در اثر بیماری یا سانحه به وجود آمده است. به هر حال با توجه به **توانمندی‌های باقیمانده** قادر به کار در عصر فناوری هستید.

# ۱- فریلنسری (آزادکاری در فضای مجازی)

- بهترین روش کار در خانه به ویژه برای معلولان و افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن، فریلنسری است. فریلنسرهای تمام وقت می‌توانند یک خانواده را اداره کنند. برای فریلنسر شدن به مهارت‌های خاصی برای خدمت‌رسانی به مشتریان نیاز دارید. برای مثال **فریلنسر نویسنده** به مهارت‌های نوشتاری و **ویراستاری** نیاز دارد. **فریلنسر طراح سایت**، به مهارت‌های کدنویسی نیاز دارند. **فریلنسر گرافیکست** هم به مهارت‌های نرم افزاری از جمله کار با فتوشاپ نیاز دارند. شما می‌توانید با شرکت در کلاس‌های اینترنتی **آموزش فتوشاپ** در مدت زمانی کوتاه تبدیل به یک فریلنسر طراح گرافیک شوید و از این طریق کسب درآمد نمایید.
- برای فریلنسر شدن می‌توانید عضو پلتفرم‌های دورکاری مثل کارلنسر شوید. مشتریان در این پلتفرم‌ها به ثبت پروژه می‌پردازند و فریلنسر مدنظرشان را استخدام می‌کنند. کار با این پلتفرم‌ها، پرداخت به موقع را **تضمین** می‌کند. بعد از اینکه مهارت خاصی را یاد گرفته و تمرین کردید. می‌توانید پروفایل‌تان را به عنوان فریلنسر ارائه دهنده آن مهارت ثبت کنید. **در ابتدا هزینه کمتری را بابت پروژه‌ها تقاضا کنید تا احتمال استخدامتان افزایش یابد.** بعد از اینکه به تجربه کافی رسیدید، می‌توانید هزینه بالاتری را بابت کارهای بهتر **مطالبه** کنید.

## ۲- رونویسی از روی صدا و ویدئو

- رونویسی از صدا، یکی از ساده ترین مشاغل برای همه افراد از جمله معلولان است. البته این کار **به توانایی شنیداری خوبی نیاز دارد**. پس برای افراد ناشنوا یا کم شنوا مناسب نیست. با توسعه پادکست، حرفه رونویسی هم متقاضیان زیادی پیدا کرده است. بسیاری از سازندگان پادکست، از رونویس ها برای تبدیل صوت به متن استفاده می کنند. تا آنها را به صورت متنی در وبلاگ هایشان منتشر کنند.
- برخی از کارفرماها آگهی استخدام رونویس را در سایت های استخدامی مثل جابینجا یا پلتفرم های دورکاری مثل کارلنسر منتشر می کنند. با جستجوی ساده واژه استخدام رونویس یا تبدیل صوت و ویدئو به متن، می توانید به گزینه های شغلی مناسبی برسید. برخی از شرکت ها هم برای تبدیل ویدئوهای آموزشی یا محتوای کنفرانس ها به محتوای متنی به استخدام رونویس های تمام وقت و دورکار می پردازند. استخدام در این شرکت با مزایای بیشتری مثل پرداخت حق بیمه همراه است.



## ۳- وبلاگ نویسی

- برخی از وبلاگ‌ها، بابت نگارش و انتشار مقاله به شما پول می‌دهند. اگر در این حوزه مهارت دارید یا مهارت نوشتاری خوبی دارید، پس نگارش آنلاین هم برایتان راحت است. حتی اگر سابقه‌ای در این زمینه ندارید، می‌توانید برای برخی از وبلاگ‌های ساده با محتوای عمومی کار کنید.
- برخی از وبلاگ‌ها، امکان نگارش مقاله را برای همه افراد جامعه فراهم کرده‌اند. ولی هزینه ناچیزی بابت انتشار مقالات پرداخت می‌کنند. می‌توانید به عنوان تمرین نویسندگی و انتشار محتوا، کار با این وبلاگ‌ها را شروع کنید. چون موضوعات مختلف در حوزه زندگی روزمره، سلامت، ورزش، تغذیه و غیره را پوشش می‌دهند. **بعد از کسب مهارت می‌توانید در حوزه تخصصی و مورد علاقه خودتان، پروژه‌های وبلاگ نویسی ثبت شده در سایت‌های استخدای و دورکاری را با دستمزد قابل قبول انجام دهید.**

## ۴- دستیار مجازی شوید

- انجام دستیاری مجازی در مقایسه با سایر مشاغل دورکاری کمی برای معلولان دشوارتر است. پس به **توانایی ذهنی بالاتری** نیاز دارید. این شغل نیازمند مدیریت برنامه‌های کاری، پاسخگویی به ایمیل‌ها و پیام‌ها و گاهی اوقات هم مدیریت کارهای افراد زیر دست کارفرما است. برای مثال اگر **دستیار مجازی یک بلاگر** شوید باید برنامه وبلاگ نویسی او را تدوین کنید، به ایمیل‌هایش پاسخ دهید، نویسندگان تحت نظر او را مدیریت کنید و بسیاری از کارهای مدنظرش را انجام دهید.

## ۵- ادمین شبکه‌های اجتماعی شوید

- اگر به کار با اینستاگرام یا فیسبوک علاقمند هستید و در کار با آنها تسلط دارید، پس از این مهارت، کسب درآمد کنید. **اغلب مالکان کسب و کار و کارآفرینان زمانی برای مدیریت اکانت‌های رسانه اجتماعی ندارند.** پس برای مدیریت این اکانت‌ها به **استخدام ادمین** می‌پردازند. یعنی باید برایشان **پست و تصویر تهیه کرده** و در شبکه‌های اجتماعی مختلف منتشر نمایید؛ به کامنت‌ها پاسخ دهید، به پیام‌ها جواب دهید و پست‌ها را طبق برنامه زمانی منتشر کنید. البته برای این کار به مهارت در فتوشاپ و **نرم افزارهای ویرایش عکس** هم نیاز دارید تا به ادمین موفق تبدیل شوید.



## ۶- مونتاز و بسته بندی

- برخی از کسب و کارهای بزرگ و تولیدی برای کاهش هزینه‌های تولید، بخشی از فرایند تولید را برونسپاری می‌کنند. این کار بیشتر مناسب خانم‌های خانه‌دار، افراد مبتلا به بیماری مزمن و معلولان است که به حقوق اندک ماهیانه رضایت دارند. این افراد بیشتر به دنبال پر کردن اوقات بیکاری خودشان هستند. درآمد حاصل از این کار هم در حکم کمک خرج یا پول توی جیبی است. البته کار دسته جمعی در قالب تعاونی و در ساعات بیشتر هم درآمد بالاتری را به همراه دارد. این کار ساده بوده و به هوش و مهارت خاصی نیاز ندارد. شما باید طبق دستورالعمل کارفرما، محصول را درون بسته یا کاور قرار داده یا چند قطعه مشخص را سرهم کنید.



# ۷-گویندگی

- اگر صدای خوب و قدرت تکلم واضحی دارید، می‌توانید با شرکت در کلاسهای آموزش گویندگی و ورود به حرفه گویندگی یا دوبله پروژه بگیریید و کسب درآمد نمایید. برای مثال سازندگان پادکست و انیمیشن، شما را برای گویندگی استخدام می‌کنند. البته برای این کار به ابزارهایی مثل میکروفون، هدفون و کامپیوتر نیاز دارید. مهارت ضبط و ویرایش صدا هم ضرورت دارد. فرصت‌های شغلی گویندگی در سایت‌های استخدامی و دورکاری ثبت می‌شوند.

## ۸- استخدام در تیم خدمات مشتری

- این کار برای معلولانی که توانایی تکلم مناسبی دارند، ایده آل است. شما به عنوان نماینده شرکت به سوالات و تماس‌های مشتریان جواب می‌دهید. این تماس‌ها در مورد خرید، فروش و پشتیبانی فنی محصولات و خدمات شرکت هستند. البته برای این کار به مهارت‌های کلامی و ارتباطی عالی نیاز دارید تا کارفرما را متقاعد کنید که شما را استخدام کند.



## ۹- خیاطی و طراحی لباس

- کارگاههای تولیدی به خاطر کمبود فضا و کاهش هزینه‌ها، کارهای ساده مثل **راسته دوزی، و دکمه زنی** را به **افراد مبتدی** در حوزه خیاطی واگذار می‌کنند. البته برای این کار به چرخ خیاطی و مهارت پایه خیاطی نیاز دارید. آگهی استخدام این شغل هم در سایت‌های استخدامی و نیازمندی‌ها ثبت می‌شود. زمان تحویل، تعداد تحویل و کیفیت کار در این زمینه برای کارفرما اهمیت دارد. **البته این کار حقوق بالا ندارد** و بیشتر کمک خرج خانواده هستید.
- چنانچه به حوزه **مد و طراحی لباس** علاقمند هستید و در این زمینه تحصیل کرده یا **مدرک فنی و حرفه‌ای** دارید، بعد از کسب مهارت در کار با **نرم افزارهای طراحی لباس، قادر به فعالیت دورکاری** در این حوزه هستید. برخی از **مزون‌ها** با توسعه کسب و کارشان به دنبال جذب طراحان لباس به صورت دورکاری هستند. اگر نظر کارفرما را با طراحی خوب و کاربردی جلب کنید؛ **حقوق خوبی** دریافت خواهید کرد.



## ۱۰ - صنایع دستی

- کار در این حوزه **تنوع بالایی** دارد و بیشتر به علاقمندی فرد معلول و نوع معلولیت او وابسته است. برای مثال معلولان حرکتی شدید در این حوزه با مشکلات بیشتری مواجه هستند. کارهایی مثل **معرق، سوزندوزی، گلیم بافی، نقاشی روی سفال، جواهرسازی** و بسیاری از حرفه‌های دیگر در این دسته شغلی قرار می‌گیرند. برای کار در این حوزه‌ها به **آموزش فنی یا تجربه کار** نیاز دارید. معلولان هر شهر می‌توانند به **تولید صنایع دستی خاص همان شهر** بپردازند و آنها را در بازارهای محلی به فروش برسانند.
- برخی از فروشگاه‌های بزرگ هم محصولات سنتی، کاربردی و تزئینی را خریداری می‌کنند. انجام این کار به مقداری **سرمایه اولیه، صبر و حوصله و بازاریابی مناسب** نیاز دارد. با همه گیری کرونا و تغییر سبک زندگی، خرید آنلاین در شبکه‌های اجتماعی مثل اینستاگرام افزایش یافته است. پس **می‌توانید صفحه صنایع دستی خودتان را تشکیل دهید و محصولات خودتان را به طور مستقیم به فروش برسانید.**

❖ پایان ❖

بهترین نتیجه را از  
کارتان بگیرید، اگر  
اون کار رو دوست  
داشتنه باشید