



חד-הורית? כך תשדרגי את רמת השכר שלך

שוק העבודה מציב בפני אימהות חד הוריות אינסוף מכשולים, מהכשרה לקייה ועד זמן פנוי. ריכזנו 10 טיפים שיעזרו לך להתגבר על הקשיים ולהעלות את רמת החיים

יעל בליץ זיסקין | mako | פורסם 28/01/19 09:36



תני לו לראות מה את לומדת | צילום: kateafter | Shutterstock.com

הקדמת הבחירות לכנסת סיכלה ברנע האחרון את התכנית להקמת שדולה חדשה במשכן, שאמורה הייתה לפעול לקידום זכויותיהן של אימהות חד-הוריות. כעת, הכדור חוזר אל החד-הוריות להילחם בעצמן. אתגר מרכזי נוגע לצורך בהעלאת רמת ההכנסה משכר על ידי העלאת הפריון באמצעות לימודים והכשרה מקצועית. שכן שוק העבודה שלנו מציב בפני החד-הוריות אין-ספור חסמים – החל מסטריאוטיפים שליליים, דרך אי-שוויון בשכר, וכלה בעלויות גבוהות של המסגרות לילדים. כדי להצליח, ריכזנו עבורך 10 טיפים, שיעזרו לכן לצלוח חלק מהקשיים בדרך לתעסוקה ולרווחה כלכלית.

1. צאי לדרך כשאת מאמינה בעצמך. זה אולי נשמע כמו קלישאה, אבל אין תחליף לאמונה שלך בעצמך וביכולת שלך להצליח. דברי עם מי שמחזק אותך במשפחה ובקרוב המעגל החברתי שלך, ואל תפסחי גם על השיחה עם עצמך.

2. אספי מידע. את לא לבד במסע הזה. הרבה אמהות עברו ועוברות אותו. באינטרנט תוכלי למצוא מידע רב: נתונים, זכותונים והכוונה בתהליך חיפוש העבודה. האתר של [משרד העבודה והרווחה](#) ודף הפייסבוק "יחידה מובחרת" הם התחלה טובה – בעיקר כדי לאתר הזדמנויות לגבי קורסים והכשרה מקצועית ומידע על זכויות בתחום התעסוקה של נשים חד הוריות שיכולים לסייע לך בדרך.

3. השקיעי בהכשרה מקצועית. קורס מקצועי נכון, המותאם לצרכים ולכישורים שלך, עשוי לשדרג אותך תעסוקתית באופן משמעותי. קורס כזה הוא לפעמים ההבדל בין עבודה שאינה מתגמלת ללא אפשרות קידום לעבודה עם אופק תעסוקתי וכלכלי. לכן, ובמידת האפשר, כדאי להשקיע בהכשרה מקצועית מתאימה לטווח הארוך. סיכוי טוב שההשקעה תשתלם. כדאי גם לקחת בחשבון שקורס קצר יחסית, בן כ-250 שעות, יגדיל את הסיכוי שתסיימי אותו בהצלחה, אך אם יש לך אפשרות ואורך רוח לקחת קורס ארוך יותר – מצוין, הדבר עשוי להגדיל את ההזדמנויות שלך לתעסוקה. שימי לב שיש הכשרות בסבסוד

הכשרה בענף תעסוקתי המתאפיין בביקוש לעובדות. רצוי גם לעשות בדיקה ראשונית באזור מגוריך, ולוודא כי ישנם באזור מעסיקים המחפשים עובדות בתחום וכן ששעות העבודה מתאימות לך.

5. לכי על מקצוע עם שכר ראוי. כדאי לבדוק כי השכר בענף התעסוקתי שאליו את מכוונת הוא ראוי, ולא ישאיר אותך הרחק מאחור. כדי לקבל סדר גודל, זכרי שהשכר החציוני במשק עומד כיום על 7,452 שקלים.

6. ודאי שהקורס מתאים לשעות עבודה שלך ונגיש לתחבורה ציבורית. גם הקורס המבטיח ביותר עלול להתברר ככישלון אם לא יתבצע בתנאים המתאימים לך. לכן, ודאי שהקורס מתבצע בשעות שמסותרות לך עם העבודה כדי לאפשר לך להתפרנס תוך כדי הלימודים, ושמקום ההכשרה נגיש לתחבורה ציבורית.

7. הכיני ביחד עם הילד את שיעורי הבית שלך בקורס ושלו בבית הספר. אין כמו דוגמא אישית, הקדשת הזמן המשותף לשבת וללמוד יחד יכולה להיות הזדמנות לחוויה משותפת. זה גם נהיה כיף יותר כשעושים אותם יחד. (נשים רבות תיארו את החוויה הזו כחוויה חדשה ובונה).



יעל בליץ זיסקין | צילום: יחסי ציבור

8. הכיני מעגל תמיכה ובדקי נמישות בשעות העבודה. לקראת היציאה לשוק העבודה, עשי רשימה של הבעיות שעלולות להתעורר בדרך – ושל הפתרונות שאת הולכת לספק לכל אחת מהן. תאמי מראש עם חברה, שכנה, קרובת משפחה או בייביסיטר שתוכל לסייע לך להוציא את הילד מהגן ולהישאר איתו בחלק מימי המחלה. ישנן משרות המאפשרות נמישות בשעות או עבודה מהבית בשעות הערב, כדאי לשאול זאת בשלב הראיון.

9. אם יש לך ילד בגיל מעון יום כדאי להתחיל לעבוד בספטמבר. אפילו במשרה חלקית זמנית אם טרם מצאת עבודה. כיום אין מספיק מקומות במעונות יום והם מתמלאים בתחילת השנה. בהמשך השנה את עלולה למצוא עצמך עם עבודה אך ללא מסגרת חינוכית לילד.

10. מצי את זכויותיך לסבסוד העלויות הנלוות ליציאה לעבודה. אם יש לך ילד בכיתה ד' ומטה את זכאית לסבסוד בהיקף של עד 16 אלף שקלים עבור צהרונים, קייטנות, בייביסיטר ושיעורי עזר בתוכנית "סל גמיש" מטעם משרד הרווחה. בנוסף, באפשרותך לקבל סבסוד במעונות היום על סמך הצגת תלושי שכר וישנו סבסוד נוסף עבור חד הוריות.

הכותבת היא מנהלת תכניות בקרן ידידות טורונטו, הפועלת לשילוב חד-הוריות בתעסוקה