**Palabras que debes conocer**

Esta herramienta es de utilidad para jóvenes en edad de transición y adultos jóvenes, así como para sus familias.

Cuando utilices las herramientas de trabajo de RAISE, es posible que veas palabras o ideas que no reconoces.

Puedes aprender más sobre muchas de esas palabras e ideas aquí. Este documento explica lo que significan y da ejemplos. Para aprender más términos, puedes consultar el [glosario de OSEP inglés y español](https://www.parentcenterhub.org/osep-english-to-spanish-translation-glossary/).

Para buscar una palabra en este documento, se puede hacer de dos maneras diferentes:

1. **A través del comando de búsqueda.**

Si ya sabes la palabra que estás buscando, presiona CTRL + F (en una computadora con Windows) o Comando + F (en una computadora Apple). Luego, escribe la palabra que estás buscando.

Si estás usando un dispositivo móvil, busca el ícono de lupa en la aplicación que usas para ver archivos PDF.

1. **A través del índice.**

El índice enumera cada palabra en orden alfabético. Puedes hacer clic en cualquier palabra o idea para ir a su definición.

Algunas palabras o ideas tienen muchos nombres distintos. Por ejemplo: la Ley para Estadounidenses con Discapacidades (Americans with Disabilities Act) también se denomina ADA. Ambos nombres aparecen juntos.

Algunas palabras o ideas están relacionadas con el COVID-19. Esas palabras aparecen etiquetadas con un símbolo ✱ .

Si ves una **palabra en negrita** en una definición, también puedes hacer clic en ella para ir a su definición.

**Índice**

**[A](#nwwlp6j5a2w4)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ableism** - [Capacitismo](#5fvqpu4k6jez) | **Accommodations** - [Adaptaciones](#7v7d6e10n6l0), acomodaciones |
| [**Administration for Community Living**](#n3zbt24g9xzu)**, ACL** - [Administración para la Vida Comunitaria](#n3zbt24g9xzu), ACL | [**American Job Centers**](#kble2v2lubym)**, AJCs** - [Centros de empleo estadounidenses](#kble2v2lubym), AJC |
| [**Americans with Disabilities Act**](#gh4x53it7575) **or, ADA** - [Ley para Estadounidenses con Discapacidades](#gh4x53it7575)  o ADA | [**Application**](#er3m9fwbotvx) - [Postulación](#er3m9fwbotvx), aplicación |
| [**Apprenticeships**](#uv41qeeqsj7g)- [Aprendizaje profesional](#uv41qeeqsj7g) | [**Assessment**](#vm5ndkcp80a8)- [Evaluación](#vm5ndkcp80a8) |
| [**Assistive technology**](#fx4htgdgt24x), **AT** - [Tecnología de asistencia](#fx4htgdgt24x), TA | [**Associate’s degree**](#ns04578duh8b) - [Título de asociado](#ns04578duh8b) |

**[B](#vvvat1ltesou)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Bachelor’s degree**](#t7z93ezd4gng) - [Licenciatura](#t7z93ezd4gng) | [**Benefits**](#o9ccv6185ygw)- [Beneficios](#o9ccv6185ygw) |

**[C](#vlbw4i9t2sae)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**✱ Centers for Disease Control**](#tkcdxu3yd2pf) **& Prevention, ✱ CDC** - [✱ Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#tkcdxu3yd2pf) ✱ CDC | [**Centers for Independent Living**](#8g6jnjspkvr6)**, CILs** - [Centros para la Vida Independiente](#8g6jnjspkvr6), CIL |
| [**Commuting**](#zfq149h4wmri) - [Desplazamiento al trabajo](#zfq149h4wmri) | [**Competitive integrated employment**](#fws9ze3rd258)**, CIE** - [Empleo integrado competitivo](#fws9ze3rd258), CIE |
| [**Contractor**](#tk2gef1itf)- [Contratista](#tk2gef1itf) | [**Cover letter**](#pyzmckjue978) - [Carta de presentación](#pyzmckjue978) |
| [✱ COVID-19](#r0awx5l82dzk)  o ✱ coronavirus | [**Cultural competency**](#d86a3ap5gpls) - [Competencia cultural](#d86a3ap5gpls) |
| [**Customized employment**](#7u1dcpgpdx7u) - [Empleo personalizado](#7u1dcpgpdx7u) | [CV](#xoufgb4gmcm) |

**[D](#yrpto1is7rwm)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Disability**](#jvmw0o3kz05g)- [Discapacidad](#jvmw0o3kz05g) | [**Disclosure**](#buxf6mz5hk2w)- [Divulgación](#buxf6mz5hk2w) |
| [**Discrimination**](#htf2krvslonq) - [Discriminación](#htf2krvslonq) | [Diploma](#mxedegoxvnfc) |

**[E](#crdle2jsj4u2)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Eligibility**](#pw13x090nt8u)- [Elegibilidad](#pw13x090nt8u) | [**Employee**](#epj74np1tqtb) - [Empleado](#epj74np1tqtb) |
| [**Employer**](#g75lumqza0m7)- [Empleador](#g75lumqza0m7) | [**Employment**](#i8ubhssusa7v) - [Empleo](#i8ubhssusa7v) |
| [**Employment First**](#sewvtpur5nwn) - [Empleo Primero](#sewvtpur5nwn) |  |

**[F](#v9anwli43322)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Financial assistance**](#er9su2j21v59)**, Financial aid** - [Asistencia financiera](#er9su2j21v59), Ayuda financiera | [**Freelance work**](#6f43ch78y3hc)**, Freelancing** - [Trabajo independiente](#6f43ch78y3hc), Trabajar como independiente |
| [**Full time**](#6ht9uoafka59) - [Tiempo completo](#6ht9uoafka59) |  |

**[G](#55injlg9c8ce)**

|  |  |
| --- | --- |
| **GED (General Educational Development Test)** - [Examen de Desarrollo Educativo General o GED](#s8jvu2gtbj8x) |  |

**[H](#8cu97guzoo1a)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Hard skills**](#al8ffmyyjmsy) - [Destrezas técnicas](#al8ffmyyjmsy) | [**✱ High-risk**](#9f73o4i93zvc) - [✱ Alto riesgo](#9f73o4i93zvc) |
| [**Hiring**](#tgk2y2bfj9of)- [Contratación](#tgk2y2bfj9of) | **Human Resources, HR** - Recursos Humanos, RR. HH. |

**[I](#sqqncug67qdr)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**✱ Immune system**](#4crajoozyn5k) - [✱ Sistema inmunológico](#4crajoozyn5k) | [**✱ Immunocompromised**](#n709fmcv5cta) - [✱ Inmunodeprimido](#n709fmcv5cta) |
| [**Independent living**](#84td4z5djz14) **-** [Vida independiente](#84td4z5djz14) | [**Indigenous**](#5navsk3psjzl)- [Indígena](#5navsk3psjzl) |
| [**Individualized Plan for Employment**](#dlmdtoj9r2r5)**, IPE** - [Plan Individualizado de Empleo](#dlmdtoj9r2r5), IPE | [**Integration**](#ymj79fx4ovwi)**, Integrated** - [Integración](#ymj79fx4ovwi), Integrado |
| [**Intellectual and developmental disabilities**](#jvql88xiu5a9)**, I/DD** - [Discapacidades intelectuales y de desarrollo](#jvql88xiu5a9), DID | [**Internships**](#8es1uc8tvosn)- [Pasantías](#8es1uc8tvosn) |
| [**Interview**](#z7ib7dis9gaz)- [Entrevista](#z7ib7dis9gaz) | [**✱ Isolation**](#6i7w4qxg13g) - [✱ Aislamiento](#6i7w4qxg13g) |

**[J](#l1lexkbp38yw)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Job carving**](#ymhzhsq0el2e) - [Adaptar el puesto de trabajo a la persona](#ymhzhsq0el2e) | [**Job coach**](#tw169j92f7m0) - [Consejero laboral](#tw169j92f7m0) |
| [**Job creation**](#9yvc0vxc2tur) - [Creación de puestos de trabajo](#9yvc0vxc2tur) | [**Job placement**](#dp07xmiw2uz9) - [Inserción laboral](#dp07xmiw2uz9) |
| [**Job preparedness**](#o6bav0i50olw) - [Preparación laboral](#o6bav0i50olw) | [**Job advancement**](#m0117hh4rych) - [Ascenso laboral](#m0117hh4rych) |

**[L](#c83np4owg7nr)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Labor**](#8vkzjjg0t5bx)- [Trabajo](#8vkzjjg0t5bx) |  |

**[M](#n1006q5bygdx)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Master’s degree**](#vykg1pfytqp2) - [Maestría](#vykg1pfytqp2) | [**Maximized employment**](#4wz5fdrmfkg3) - [Empleo maximizado](#4wz5fdrmfkg3) |
| [**Mentorships**](#gay3fnakg6d4)- [Tutorías](#gay3fnakg6d4) | [**Minimum wage**](#jsf0qnhn4kjw) - [Salario mínimo](#jsf0qnhn4kjw) |

**[N](#r74x9gvwb7ec)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Natural supports**](#qf8bgh862rjb) - [Apoyos naturales](#qf8bgh862rjb) |  |

**[O](#4xrg825u6ah1)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Occupation**](#oue8cgk7u2po)- [Ocupación](#oue8cgk7u2po) | [**Occupational license**](#kai3hll78hq4) - [Licencia ocupacional](#kai3hll78hq4) |
| [**On-the-job training**](#avotux5s8fat) - [Capacitación en el trabajo](#avotux5s8fat) |  |

[**P**](#rjij3jcp7ccm)

|  |  |
| --- | --- |
| [**Part time**](#jhvucen313m4) - [Tiempo parcial](#jhvucen313m4) | [**Plan for Achieving Self-Support**](#1tpsmdj3fg1y)**, PASS** - [Plan para lograr la autosuficiencia](#1tpsmdj3fg1y), PASS |
| [**Person-Centered Thinking**](#j2zg0jslmihv)**, Person-Centered Planning** - [Pensamiento centrado en la persona](#j2zg0jslmihv), Planificación centrada en la persona | [**Personal assistance**](#28z5vxiwdg96) - [Asistencia personal](#28z5vxiwdg96) |
| [**PhD**](#ji2y09bto3y4)- [Doctorado](#ji2y09bto3y4) | [**Post-secondary education**](#b6lxbejxhxrv) - [Educación posterior a la escuela secundaria](#b6lxbejxhxrv) o estudios superiores |
| [**Pre-Employment Transition services**](#yflcagd2mx9f) - [Servicios de transición previa al empleo](#yflcagd2mx9f) |  |

**[Q](#phy9qxr350vh)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**✱ Quarantine**](#rfy2lbunw5op) - [✱ Cuarentena](#rfy2lbunw5op) |  |

**[R](#xnjupsvwv0t0)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Reasonable accommodation**](#hurufi15ro5m) -[Adaptaciones o acomodaciones razonables](#hurufi15ro5m) | **Remote** - [Remoto](#3adz81ttg9z) |
| [**Retention**](#dg4os1oodqj2)- [Retención](#dg4os1oodqj2) | [**✱ Respiratory illness**](#ktd0r3xqgnbc) - [✱ Enfermedad respiratoria](#ktd0r3xqgnbc) |
| [**Resume**](#lkdjrxq7ysvy) - [Hoja de vida](#lkdjrxq7ysvy), currículo, *curriculum vitae* | [**✱ Risk**](#kpyc5j79eumj) - [✱ Riesgo](#kpyc5j79eumj) |

[**S**](#uat34os5lisi)

|  |  |
| --- | --- |
| [**Salary**](#42lbhuqvuwuz)- [Sueldo](#42lbhuqvuwuz) | [**Self-advocacy**](#uyt87m7eos0k) - [Auto defensoría](#uyt87m7eos0k) |
| [**Self-employment**](#d3kbqe9ln2z2) - [Trabajo por cuenta propia](#d3kbqe9ln2z2) | [**Shadowing**](#nixv6bvo40sr)- [Seguimiento de actividades en el contexto laboral](#nixv6bvo40sr) |
| [**Sheltered workshops**](#sj5j0n31f9b1) **o, Enclaves o, Day programs** - [Talleres protegidos](#sj5j0n31f9b1) o Enclaves o Programas diurnos | [**✱ Social distancing**](#d9x28miq0si0) - [✱ Distanciamiento social](#d9x28miq0si0) |
| [**Soft skills**](#vfd0i7k85ty4) - [Destrezas interpersonales](#vfd0i7k85ty4) | [**SSI/ SSDI**](#6oksj1efarte) - [Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI)/ Seguro por Discapacidad del Seguro Social (SSDI)](#6oksj1efarte) |
| [**Stress tolerance**](#qna91s9bm0u3) - [Tolerancia al estrés](#qna91s9bm0u3) | [Supervisor](#l219v0erz0x7) |
| [**Supported employment**](#ga7qbotmip9) - [Empleo con apoyo](#ga7qbotmip9) |  |

**[T](#7ae1y1mvwc0b)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Telecommuting**](#5nlimwq4jrfv)- [Teletrabajo](#5nlimwq4jrfv) | [**Ticket to Work**](#s40q7z5a8p5i) - [Boleto para trabajar](#s40q7z5a8p5i) |
| [**Title I**](#kla19eyocmhz) - [Título I](#kla19eyocmhz) | [**Trade skills**](#ln6xa5mj6nzb) - [Destrezas para un oficio](#ln6xa5mj6nzb) |
| [**Transition**](#gp2ttbtzei2y)- [Transición](#gp2ttbtzei2y) |  |

**[U](#3q2jxpz80faq)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Unions**](#vbofe1gaawm0)- [Sindicatos](#vbofe1gaawm0) |  |

**[V](#js237rsa66ik)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**✱ Vaccination**](#oa97ni9hce7x) **✱ Vaccines** - [✱ Vacunación](#oa97ni9hce7x) ✱ Vacunas | [**Vocational rehabilitation**](#cpgkycy7hcvd)**, VR, Voc rehab** - [Rehabilitación vocacional](#cpgkycy7hcvd), RV, Rehab voc |
| [**Vocational training**](#c6tcyas8l5wa)**, Vocational school, Trade school** - [Capacitación vocacional](#c6tcyas8l5wa), escuela vocacional, escuela de oficios | [**Volunteering**](#3d5kfl8kon8z) - [Voluntariado](#3d5kfl8kon8z) |

**[W](#prri4ohqhl27)**

|  |  |
| --- | --- |
| [**Wages**](#z19yc3l68x8l)- [Salario](#z19yc3l68x8l) | [**Work incentives**](#5xdwl2zi53g) - [Incentivos laborales](#5xdwl2zi53g) |
| [**Workplace readiness**](#ooiw2vngoxju) - [Preparación para el lugar de trabajo](#ooiw2vngoxju) |  |

**[A](#t51no4q8wgoi)**

**Ableism** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Capacitismo

Es una especie de [**discriminación**](#htf2krvslonq) contra las personas con discapacidad.

Cuando las personas con discapacidad no obtienen las cosas que necesitan (como atención médica) o merecen (como un ascenso laboral) debido a su discapacidad, eso se conoce como capacitismo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Janine tiene parálisis cerebral. Su voz suena diferente a la de las personas que no tienen parálisis cerebral. Janine puede hacer el trabajo para el que se postuló, pero cuando la persona que la entrevista la escucha hablar, decide que no quiere contratarla. Este es un tipo de capacitismo.  Conforme a lo estipulado por la [**ADA**](#gh4x53it7575), negarse a contratar a alguien porque tiene una discapacidad es ilegal. |

Cuando las personas con discapacidad son tratadas de manera diferente a las personas sin discapacidad, eso es capacitismo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Malik es un adulto que usa una silla de ruedas. Cuando las personas ven a Malik usando su silla de ruedas, lo tratan como a un niño, a pesar de que Malik es un adulto. Este es un tipo de capacitismo. |

**Accommodations** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Adaptaciones, acomodaciones

Las adaptaciones o acomodaciones son los cambios realizados para que una persona con discapacidad pueda hacer algo que no podría hacer sin esos cambios.

A veces, el cambio se realiza en el entorno o en el mundo que le rodea.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  La enfermedad crónica de Hannah la vuelve sensible al calor. La oficina en la que trabaja se mantiene a una temperatura aceptable para sus colegas, pero es demasiado caliente para ella. Hannah habla con Recursos Humanos, que acepta pagar un ventilador para su oficina.  Recursos Humanos le dice a Hannah que, si observa que el ventilador no funciona, pueden discutir otras soluciones, como cambiar la temperatura de toda la oficina o darle a Hannah una oficina para ella sola que tenga su propio termostato. |

A veces, el cambio se implementa mediante la forma en que las personas hacen las cosas.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Priya tiene una discapacidad del desarrollo. A veces, olvida en qué estaba trabajando y necesita que se lo recuerden. Los colegas de Priya saben que a veces hay que recordárselo. De vez en cuando, alguien visita a Priya para ayudarla a mantenerse enfocada en su trabajo. (Este tipo de adaptación se llama [**soporte natural**](#qf8bgh862rjb)). |

**Administration for Community Living (ACL)** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Administración para la Vida Comunitaria (ACL)

Es una organización dirigida por el gobierno que ayuda a las personas con discapacidades y a los adultos mayores a seguir viviendo y trabajando en sus comunidades.

**American Job Centers, AJC** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Centros de empleo estadounidenses, AJC

Es un lugar donde las personas pueden acudir a pedir ayuda para encontrar trabajo, conseguir capacitación o hacer preguntas relacionadas con el trabajo en general.

Puedes encontrar un AJC cerca de ti en [este enlace](https://www.careeronestop.org/localhelp/americanjobcenters/find-american-job-centers.aspx).

**Americans with Disabilities Act (ADA)** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Ley para Estadounidenses con Discapacidades (ADA)

La ADA es una ley aprobada en 1990 que protege los derechos de las [**personas con discapacidades**](#jvmw0o3kz05g).

Antes de la ADA, las personas con discapacidad no tenían derechos ante la ley. Las personas podían optar si querían tratar a las personas con discapacidad de manera justa o no.

Las empresas deben prestar atención a lo que dice la ADA sobre las personas con discapacidad. La mayor parte de lo que necesitan saber está en la primera parte de la ley, llamada [**Título I.**](#kla19eyocmhz)

Si deseas obtener más información sobre la ADA, lee el informe de la Red de Auto Defensoría Autista (Autistic Self Advocacy Network; ASAN) redactado en lenguaje claro o en formato de lectura fácil [aquí](https://autisticadvocacy.org/policy/toolkits/ada/).

**Application** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) – Postulación o aplicación

Presentarte a un [**empleador**](#g75lumqza0m7) y decirle que tienes interés en trabajar.

Las postulaciones generalmente incluyen una [**hoja de vida**](#lkdjrxq7ysvy) o currículum y un formulario que debes completar. En algunas oportunidades, te pedirán que envíes una [**carta de presentación**](#pyzmckjue978). En otras oportunidades, las personas te pedirán que envíes un [**CV**](#xoufgb4gmcm) en lugar de una hoja de vida.

**Apprenticeship** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Aprendizaje profesional

Un tipo de capacitación laboral donde puedes aprender [**habilidades para un oficio**](#ln6xa5mj6nzb) mientras estás [**en el trabajo**](#avotux5s8fat).

Un aprendiz elige un oficio con el que quiere ganarse la vida. Toma algunas clases, pero en general, sigue a una persona que ya domina las particularidades de su oficio y aprende mientras trabaja con ella. A los aprendices se les paga un poco de dinero mientras aprenden y trabajan.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Ben tiene un [**GED**](#s8jvu2gtbj8x). Quiere ser electricista. Se postula para un puesto de aprendiz de electricista cerca de su casa y lo aceptan.  Ben conoce a Lisa, que ha sido electricista durante 15 años. Algunos días, Lisa lo lleva a trabajar con ella y le enseña el oficio mientras trabajan. A Ben le pagan por el trabajo que hace con Lisa.  Algunos días, Ben asiste a una clase en lugar de trabajar con Lisa. Toma clases de matemáticas y ciencias para aprender más sobre el trabajo que hará en un futuro. A Ben también le pagan durante la clase.  Ben trabaja como aprendiz durante cuatro años. Una vez que pasan los cuatro años, Ben solicita su [**licencia ocupacional**](#kai3hll78hq4). Ahora puede trabajar como electricista a [**tiempo completo**](#6ht9uoafka59). |

**Assessment** [**(A)**](#t51no4q8wgoi)- Evaluación

Es un proceso de prueba o decisión.

Las personas que trabajan con personas con discapacidad a menudo usan la palabra “evaluación” para referirse a “descubrir lo que una persona necesita y quiere”.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Mateo quiere conseguir un trabajo, así que va a su centro local de [**rehabilitación vocacional**](#cpgkycy7hcvd) en busca de ayuda. Su consejera de RV, Ayesha, le dice que van a comenzar con una evaluación.  Durante la evaluación, Ayesha le hace preguntas sobre sí mismo, como lo que le gusta y lo que no le gusta hacer. También le hace preguntas sobre su discapacidad y se asegura de que reciba la atención médica que necesita.  Cuando Ayesha termina con la evaluación, tiene algunas ideas sobre los tipos de trabajos en los que Mateo podría ser bueno. También tiene algunas ideas sobre qué tipo de [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) podrían ayudar a Mateo en el trabajo. |

**Assistive technology (AT)** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Tecnología de asistencia TA

La tecnología de asistencia es una herramienta que ayuda a una persona con discapacidad a realizar una tarea o actividad.

Algunos tipos de TA son de acceso libre y gratuito. Algunos se venden en tiendas. Otros son recetados por profesionales de la salud. Algunos tipos de TA pueden provenir de la colaboración con tu centro de trabajo o centro de RV.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  María es una persona ciega. Ella usa un lector de pantalla en su computadora y su teléfono para escuchar lo que aparece en la pantalla. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jamila es una persona con dislexia. En la oficina, Jamila utiliza software de voz a texto para escribir correos electrónicos e informes.  El reconocimiento de voz no funciona a la perfección, por lo que a veces Jamila debe escribir lo que quiere decir. El software de procesamiento de texto que Jamila utiliza tiene un corrector ortográfico.  Tanto el software de voz a texto como el corrector ortográfico son tecnología de asistencia. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Skylar es una persona con autismo. El ruido le genera ansiedad y no permite que se concentre. Cuando está en la oficina, usa un par de auriculares con cancelación de ruido para poder trabajar en silencio. |

**Associate’s degree** [**(A)**](#t51no4q8wgoi) - Título de asociado

Es un tipo de [**título**](#mxedegoxvnfc) que se puede obtener en una [**escuela de educación superior**](#b6lxbejxhxrv), como un colegio comunitario o una universidad.

En general, se debe cursar dos años para obtener un título de asociado.

A veces, las personas obtienen títulos de asociado como un paso más hacia una [**licenciatura**](#t7z93ezd4gng), que es una carrera que requiere más años de estudio.

En algunas ocasiones, las personas obtienen un título de asociado y comienzan a trabajar.

No todos los trabajos requieren un título de asociado. En algunos ámbitos se puede trabajar con un [**GED**](#s8jvu2gtbj8x)o un **diploma de escuela secundaria** .

[**B**](#7ufswltx17au)

**Bachelor’s degree** [**(B)**](#7ufswltx17au) **-** Licenciatura

Es un tipo de [**título**](#mxedegoxvnfc) que se puede obtener en una **escuela de educación superior**, como un colegio comunitario o una universidad.

En general, se debe cursar cuatro años para obtener este título.

Algunos trabajos requieren al menos una licenciatura. Es una buena idea consultar las ofertas de trabajo para ver qué está buscando el personal empleador.

**Benefits** [**(B)**](#7ufswltx17au) - Beneficios

Dos cosas diferentes podrían llamarse “beneficios”.

1. Servicios importantes que provienen de trabajar en algunos empleos.

En este caso, a todas las personas se les paga un [**sueldo**](#42lbhuqvuwuz) o [**salario**](#z19yc3l68x8l) por trabajar en un determinado empleo. Algunos empleos, generalmente los trabajos de [**tiempo completo**](#6ht9uoafka59), también brindan servicios adicionales llamados “beneficios”.

Esos servicios pueden incluir un seguro médico, un fondo de retiro que te ayude a ahorrar para cuando ya no estés trabajando o acceso gratuito a educación o capacitación.

Así como es importante saber cuánto dinero te ofrecen los empleadores por trabajar para ellos, también es importante saber si ofrecen beneficios y cuáles son esos beneficios. Averigua sobre este asunto antes de aceptar un trabajo (pero recuerda que no todos los trabajos ofrecen beneficios).

1. Apoyo que proviene del gobierno federal o estatal.

Algunos beneficios, como el [**SSI**](#6oksj1efarte) o el [**SSDI**](#6oksj1efarte), te ayudan a ganar dinero si tienes una discapacidad y te cuesta trabajar para ganar dinero.

Algunos beneficios, como Medicaid, te ayudan a obtener un seguro de salud si no puedes pagar uno u obtenerlo a través de un empleador.

Algunos beneficios, como el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) (cupones de alimentos), te ayudan a pagar cosas importantes, como los alimentos.

**[C](#lnogdn5p8qwo)**

✱ **Centers for Disease Control and Prevention (CDC)** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ✱ CDC

Un grupo de científicos que trabaja para el gobierno de los Estados Unidos. El grupo les dice a las personas qué hacer durante emergencias de salud pública, como la pandemia de [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk) .

**Centers for Independent Living (CIL)** [(C)](#lnogdn5p8qwo) – Centros para la Vida Independiente (CIL)

Son grupos financiados por el gobierno, pero dirigidos por personas con discapacidades. Ayudan a las personas con discapacidades a alcanzar sus objetivos de [**vida independiente**](#84td4z5djz14) .

Puedes comunicarte con tu CIL local para obtener ayuda con todo tipo de cuestiones, como vivienda, [**tecnología de asistencia**](#fx4htgdgt24x), [**auto defensoría**](#uyt87m7eos0k) y búsqueda de empleo.

Puedes encontrar tu CIL local en este [enlace](https://www.ilru.org/projects/cil-net/cil-center-and-association-directory). Si prefieres texto sin formato, haz clic en este [enlace](https://acl.gov/programs/centers-independent-living/list-cils-and-spils).

**Commuting** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Desplazamiento al trabajo

Desplazarse entre el hogar y el trabajo.

Al momento de buscar un empleo, es conveniente pensar en el viaje hacia el trabajo. Algunas personas no pueden conducir y es posible que deban tomar el transporte público, como el autobús. Otras personas se cansan por permanecer durante mucho tiempo en el auto y es posible que no tengan suficiente energía para trabajar después de un largo viaje. Algunas personas necesitan trabajar desde casa. (Este último grupo puede optar por trabajar de [**forma remota**](#3adz81ttg9z) y [**teletrabajar**](#5nlimwq4jrfv)).

**Competitive Integrated Employment (CIE)** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Empleo integrado competitivo CIE

Son las condiciones laborales justas para las personas con discapacidad.

Un empleo competitivo paga a las personas con discapacidad una remuneración justa. Las personas con discapacidad deberían cobrar al menos [**el salario mínimo**](#jsf0qnhn4kjw), además de recibir la misma remuneración que recibe una persona sin discapacidad por hacer el mismo trabajo. También deberían obtener los mismos [**beneficios**](#o9ccv6185ygw).

El empleo integrado significa que las personas con discapacidad y las personas sin discapacidad trabajan juntas y reciben el mismo trato.

Las personas con discapacidades también deberían hacer el tipo de trabajo que deseen, no el que se les impone.

Existe una ley que permite que las empresas traten injustamente a las personas con discapacidades en el trabajo. Por ejemplo, esta situación se suele dar en lugares como los [**talleres protegidos**](#sj5j0n31f9b1). Las personas que creen que el CIE es importante luchan por defender esta ley.

Si deseas obtener más información redactada en lenguaje claro o en formato de lectura fácil sobre el CIE, accede al informe de la Red de Auto defensoría Autista (Autistic Self Advocacy Network; ASAN) en este [enlace](https://autisticadvocacy.org/policy/toolkits/employment/).

**Contractor** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo)- Contratista

Un trabajador que se compromete a hacer un trabajo por un precio fijo. Se firma un contrato o acuerdo para que todas las personas involucradas sepan qué esperar.

Aunque los contratistas trabajan para otros, no se consideran [**empleados**](#epj74np1tqtb) de esas personas. Son [**trabajadores por cuenta propia**](#d3kbqe9ln2z2).

Algunos contratistas se denominan [**trabajadores independientes**](#6f43ch78y3hc).

Muchos [**autodefensores**](#uyt87m7eos0k) trabajan como contratistas, porque algunas actividades como las oportunidades para hablar sobre un tema específico suelen ser trabajos por contrato.

**Cover letter** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Carta de presentación

Es una carta que se le escribe a una persona que está buscando [**empleados**](#epj74np1tqtb) en la que explica quién es, por qué quiere el empleo y por qué le sería conveniente.

Una carta de presentación no es lo mismo que una [**hoja de vida**](#lkdjrxq7ysvy) y tampoco es lo mismo que un [**CV**](#xoufgb4gmcm). En lugar de ser una lista de sus experiencias, una carta de presentación es una forma personal de crear una conexión con una persona que pudiera contratarte.

No todos los trabajos solicitan una carta de presentación. Consulta la oferta de trabajo para ver lo que están buscando.

**✱ COVID-19** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - ✱ Coronavirus, COVID-19

Es una enfermedad que ha infectado y matado a muchas personas en todo el mundo (una “pandemia”). Es causada por un germen llamado coronavirus, que está relacionado con los virus que causan los resfriados y la gripe.

El COVID-19 es una enfermedad muy contagiosa: es fácil contagiarse y contagiar a otras personas.

Hay quienes se enferman gravemente a causa del COVID-19. Puede generar dificultades respiratorias. Algunas personas con COVID-19 deben ir al hospital a recibir ayuda para respirar.

Actualmente existen [**vacunas**](#oa97ni9hce7x) contra el COVID-19.

**Cultural competency** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Competencia cultural

Tener conocimiento sobre culturas distintas a la propia y ser capaz de adaptarse a nuevas ideas culturales con facilidad y respeto.

La competencia cultural es una habilidad importante para todas las personas, pero es especialmente importante en empleos en los que se trabaja con otras personas, incluida la clientela o colegas que pueden venir de otros contextos culturales.

Algunos servicios, como la [**rehabilitación vocacional**](#cpgkycy7hcvd), también intentan ser competentes en términos culturales. Las personas de diferentes culturas necesitan y quieren cosas diferentes cuando reciben ayuda. En este sentido, los servicios culturalmente competentes intentan pensar en el contexto cultural del que venimos cuando nos ayudan.

**Customized employment** [**(C)**](#lnogdn5p8qwo) - Empleo personalizado

Es un servicio proporcionado por la [**rehabilitación vocacional**](#cpgkycy7hcvd) (RV) cuando aún no existe un empleo que se ajuste a la persona que busca trabajo.

Para crear un empleo que se adapte a la persona que busca trabajo, la RV puede [**adaptar un empleo a la persona**](#ymhzhsq0el2e) o [**crear un puesto de trabajo**](#9yvc0vxc2tur).

CV [(C)](#lnogdn5p8qwo)

Es una lista de tus logros y experiencia que ayuda a los [**empleadores**](#g75lumqza0m7) a comprender quién eres y qué puedes hacer.

La mayoría de los trabajos solicitan una [**hoja de vida**](#lkdjrxq7ysvy), no un CV, pero si se te estás postulando trabajar como médico o profesor, es posible que te pidan un CV.

Los CV son más largos que las hojas de vida. Incluyen aspectos como la experiencia en presentaciones, las publicaciones que has realizado o las clases que has impartido.

La palabra CV significa “currículum vitae” —“carrera de la vida” en latín—, pero la mayoría de la gente simplemente dice “CV”.

[**D**](#swrq3mnotj95)

**Disability** [**(D)**](#swrq3mnotj95) - Discapacidad

Es una condición que afecta la capacidad de una persona para vivir en el mundo de la misma manera que una persona sin discapacidad.

La [**ADA**](#gh4x53it7575) define la discapacidad como “un impedimento físico o mental que limita sustancialmente la capacidad de realizar una o más actividades vitales importantes”, como caminar o ducharse.

La discapacidad es compleja, y las definiciones no siempre nos cuentan toda la historia. Una persona puede tener una discapacidad o no. Esto depende de la persona.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Milo tiene TDAH. Le cuesta concentrarse en las tareas y mantenerse organizado. Milo se identifica como una persona con una discapacidad.  La hermana de Milo, Casey, también tiene TDAH. Casey no se considera una persona con discapacidad. Quizás cambie de opinión más tarde. Pero, por ahora, es importante respetar su elección. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Anne pasó la mayor parte de su vida identificándose como una persona sin discapacidad. Un día, notó síntomas extraños y fue a ver a un médico. Después de varios análisis, a Anne le diagnosticaron esclerosis múltiple. Con el tiempo, la enfermedad de Anne cambió lo que podía y no podía hacer. Desde entonces, Anne comenzó a identificarse como una persona con una discapacidad. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Ji-hwan tiene parálisis cerebral. Utiliza una silla de ruedas motorizada y un dispositivo de comunicación para hablar. Necesita ayuda para cuidar de sí mismo todos los días. Ji-hwan se identifica como una persona con discapacidad. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Nina nació sorda. Su madre y su padre también son personas sordas. Ella forma parte de la comunidad sorda.  Legalmente, se considera que Nina tiene una discapacidad, porque no puede oír como alguien que no es una persona sorda. La **ADA** se aplica a Nina, y puede obtener apoyo de grupos de discapacidad si así lo desea.  Pero Nina y su familia no se identifican como personas con discapacidad. Se identifican como parte de la comunidad sorda. Ellos se comunican por medio del ASL (Lenguaje de Señas Estadounidense). Para la familia de Nina, ser una persona sorda es mucho más parecido a ser una persona que no habla inglés en Estados Unidos.  La amiga de Nina, Diana, también es una persona sorda. Diana se comunica a través del ASL con Nina. Diana se identifica como una persona con discapacidad y como una persona sorda. |

**Disclosure** [**(D)**](#swrq3mnotj95) - Divulgación

Decirle a tu [**empleador**](#g75lumqza0m7) que tienes una discapacidad.

En la mayoría de los casos, puedes elegir si deseas informar a tu empleador sobre tu discapacidad.

Si necesitas [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) en el trabajo, debes informar a tu empleador sobre tu discapacidad. Puedes hacer esto cuando te contraten o cuando ya tengas el trabajo.

Si un empleador recibe dinero del gobierno federal, te preguntarán si te identificas como una persona con discapacidad cuando te postules para el trabajo. No es necesario que respondas con un “sí”, incluso si realmente tienes una discapacidad, pero puedes hacerlo si así lo desea.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jesse tiene una enfermedad crónica y sabe que necesitará adaptaciones para hacer su trabajo bien. Pero le preocupa que no lo contraten si dice que tiene una discapacidad. Ese tipo de [**discriminación**](#htf2krvslonq) es ilegal, pero puede ocurrir de todas formas.  Jesse espera hasta que lo contratan para hablar de su discapacidad. Le cuenta a su supervisor que tiene una enfermedad crónica y por esa razón cree que sería mejor trabajar de [**forma remota**](#3adz81ttg9z). Su supervisor lo ayuda a comunicarse con [**Recursos Humanos**](#xwm8x2yemh8m) (RR.HH.)  Jesse le explica a Recursos Humanos que trabaja mejor cuando puede trabajar en su propio espacio y cuando hace pausas para lidiar con sus síntomas. RR. HH. considera que su solicitud es una [**adaptación razonable**](#hurufi15ro5m). El doctor de Jesse envía una carta en la que apoya la solicitud. Ahora Jesse puede trabajar desde casa. |

**Discrimination** [**(D)**](#swrq3mnotj95) - Discriminación

Cuando una persona es tratada injustamente por lo que es o por lo que otras personas creen que es.

Las personas pueden ser discriminadas por todo tipo de razones, como su raza, género, sexualidad o por si hablan inglés o no. Las personas también pueden ser discriminadas por tener una discapacidad, o incluso simplemente por “lucir como una persona que tienen una discapacidad”. Este tipo de discriminación se llama [**capacitismo**](#5fvqpu4k6jez).

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jon no es una persona con autismo, pero la persona que le hace la entrevista piensa que “parece una persona con autismo” y por esa razón le dice que no quieren contratar a “personas como él”. Jon no consigue el trabajo porque la persona que lo entrevista piensa que “se parece a una persona con autismo”. Esto es discriminación, aunque Jon no sea una persona con autismo. Esta forma de actuar es ilegal.  Eloise es una persona con autismo y [**divulga**](#buxf6mz5hk2w) su discapacidad a la persona que la está entrevistando. El entrevistador le dice que “no están contratando a personas con autismo”. Eloise no consiguió el trabajo porque la persona que la entrevistó escuchó que era una persona con autismo. Esto es discriminación y es ilegal.  La [**ADA**](#gh4x53it7575) protege a las personas contra la discriminación basada en la discapacidad o la discapacidad percibida. Eso significa que Eloise, que tiene una discapacidad, y Jon, que no tiene una discapacidad, están protegidos por la ADA. |

Diploma [(D)](#swrq3mnotj95)

Es un certificado que prueba la persona que recibió educación hasta un determinado nivel.

Se puede obtener un diploma de escuela secundaria o un certificado diferente llamado [**GED**](#s8jvu2gtbj8x).

Si obtienes un título en un colegio comunitario o una universidad, puedes obtener un diploma que diga que tienes un [**título de asociado**](#ns04578duh8b), una [**licenciatura**](#t7z93ezd4gng), una [**maestría**](#vykg1pfytqp2), un [**doctorado**](#ji2y09bto3y4) u otro tipo de título.

**[E](#4y4tz2jssyqd)**

**Eligibility** [**(E)**](#4y4tz2jssyqd) - Elegibilidad

Algunos programas tienen reglas sobre quién puede participar en ellos. Estos programas tienen que verificar que tú y tu situación se ajusten a ellos.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Medicaid es un programa de [**beneficios**](#o9ccv6185ygw) que ayuda a las personas pobres, o sin recursos, y con discapacidades a conseguir un seguro médico. No todas las personas pueden acceder a Medicaid. Tu debes ser elegible para obtener Medicaid.  Para ser elegible, debe encontrarse en una situación específica. Además, tienes que informar a Medicaid sobre tu situación. El personal de Medicaid tiene que verificar que la información sea correcta. Si la información ingresada sigue las reglas de Medicaid, entonces puede acceder al programa. |

**Employee** [**(E)**](#4y4tz2jssyqd) - Empleado

Es una persona que trabaja para otra persona.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Rio cuida a los hijos de Anya mientras Anya está en el trabajo. Rio es el empleado de Anya. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Kiki es la gerente de una tienda de electrónica. Kiki es una empleada de la empresa propietaria de la tienda de electrónica. |

**Employer** [**(E)**](#4y4tz2jssyqd) - Empleador

Es una persona que contrata a otras personas para que trabajen para ella.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Rio cuida a los hijos de Anya mientras Anya está en el trabajo. Anya es la empleadora de Rio. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Kiki es la gerente de una tienda de electrónica. La tienda de electrónica es el empleador de Kiki. |

**Employment** [**(E)**](#4y4tz2jssyqd) - Empleo

Si tienes un empleo en el que te pagan por trabajar, entonces estás empleado.

También es posible que escuches las frases “tienes empleo” o “tienes un empleo asegurado”.

**Employment First** [**(E)**](#4y4tz2jssyqd) - Empleo Primero

Es la creencia de que las personas con discapacidades merecen tener trabajos que les gusten y que les paguen de manera justa, de la misma manera en que se les paga a que las personas sin discapacidades.

Las personas que apoyan el Empleo Primero manifiestan que el dinero que se destina a los servicios para personas con discapacidades debería usarse para ayudar a esas personas a conseguir trabajo.

Para leer más sobre Empleo Primero en lenguaje claro, haz clic en este [enlace](https://d3r5ngmnz0b984.cloudfront.net/wp-content/uploads/2017/08/APSE-Employment-First.pdf).

[**F**](#i627jowlbsrj)

**Financial assistance, Financial aid** [**(F)**](#i627jowlbsrj) - Asistencia financiera, Ayuda financiera

Es la ayuda que recibes cuando no puedes pagar algo por tu cuenta. Otra persona se compromete a ayudarte a pagar.

Por ejemplo, la [**rehabilitación vocacional**](#cpgkycy7hcvd) puede ayudarte a pagar tecnología de asistencia o educación.

O, si vas a la universidad, puedes solicitar ayuda financiera para pagar la matrícula.

**Freelance work, Freelancing** [**(F)**](#i627jowlbsrj) - Trabajo independiente, Trabajar como independiente

Cuando una persona trabaja por cuenta propia y ofrece su trabajo en pequeñas porciones a los [**empleadores**](#g75lumqza0m7) que lo buscan. Se les llama [**contratistas**](#tk2gef1itf) en lugar de [**empleados**](#epj74np1tqtb).

Normalmente, los empleados son contratados por los empleadores, quienes se encargan de determinados aspectos como los impuestos, las facturas, la creación de horarios y el trabajo organizativo. Los trabajadores independientes hacen todo esto por su cuenta, lo que puede ser complicado.

Pero trabajar para ti mismo significa que puedes tener más libertad y flexibilidad. Puedes elegir dónde, cuándo y por cuánto tiempo trabajas.

Las personas con discapacidades que desean mucha flexibilidad y están de acuerdo con hacer su propio trabajo organizativo pueden considerar el trabajo independiente.

Las personas que trabajan independientemente son [**trabajadores por cuenta propia**](#d3kbqe9ln2z2).

**Full time** [**(F)**](#i627jowlbsrj) - Tiempo completo

Cuando trabajas más de 30 horas a la semana o más de 130 horas al mes. Si no sabes cuántas horas trabajarás, consulta la oferta de empleo o pregúntale a tu [**empleador**](#g75lumqza0m7).

Por lo general, los trabajos de tiempo completo incluyen [**beneficios**](#o9ccv6185ygw).

[**G**](#49biqlvs4zca)

**GED (General Educational Development Test)** [**(G)**](#49biqlvs4zca) - Examen de Desarrollo Educativo General o GED

Es un certificado que dice que tienes la misma educación que una persona que tiene un [**diploma**](#mxedegoxvnfc) de escuela secundaria.

En la mayoría de los trabajos, aunque no en todos, se espera que las personas tengan al menos un diploma de escuela secundaria o un examen GED para ingresar a trabajar.

GED significa Desarrollo Educativo General. Pero todo el mundo le dice GED.

**[H](#mnqugojc7679)**

**Hard skills** [**(H)**](#mnqugojc7679) - Destrezas técnicas

Son las destrezas que forman parte de la descripción del trabajo. Por lo general, las destrezas técnicas son tareas que debes realizar, no son destrezas sociales (a menos que las destrezas sociales formen parte de la descripción de tu trabajo, como las que se le piden a un mesero o a un gerente).

Las destrezas técnicas son diferentes a las destrezas interpersonales.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jake es carpintero. En el trabajo, necesita tomar medidas, transportar objetos pesados, elegir la herramienta adecuada y usar las herramientas de manera segura. Esas son algunas de sus destrezas técnicas. |

**✱High Risk** [**(H)**](#mnqugojc7679) **-** ✱ Alto riesgo

Una persona que tiene más probabilidades que otras de enfermarse gravemente de [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk).

Es más probable que las personas de alto riesgo tengan que ir al hospital, necesiten ayuda para respirar o mueran de COVID-19.

La mayoría de las personas con discapacidad corre un riesgo mayor que las personas sin discapacidad, especialmente si tienen múltiples discapacidades, discapacidades que afectan su sistema inmunológico o discapacidades que afectan su respiración.

El [**CDC**](#tkcdxu3yd2pf) tiene una lista de las afecciones que pueden hacer que una persona sea de alto riesgo. Para consultar la lista, haz clic en este [enlace](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html).

Ser una persona de alto riesgo podría cambiar las decisiones que se toman sobre el trabajo.

Véase también [**riesgo**](#kpyc5j79eumj).

**Hiring** [**(H)**](#mnqugojc7679) - Contratación

Cuando un [**empleador**](#g75lumqza0m7) se compromete a aceptar a una persona como [**empleado**](#epj74np1tqtb).

Cuando te contratan, tienes un trabajo.

El proceso de contratación suele incluir una [**postulación**](#er3m9fwbotvx) y una [**entrevista**](#z7ib7dis9gaz).

**Human Resources (HR)** [**(H)**](#mnqugojc7679) - Recursos humanos (RR. HH.)

Es la parte de una empresa que ayuda a gestionar a las personas.

Por lo general, RR. HH. gestiona las [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0). También puedes hablar con Recursos Humanos si tienes problemas con otra persona en su trabajo.

**[I](#p29684qxms2g)**

**✱ Immune system** [**(I)**](#p29684qxms2g) **-** ✱ Sistema inmunológico

Es la parte de nuestro cuerpo que nos ayuda a combatir los gérmenes.

Los profesionales de la salud recomiendan que usemos [**vacunas**](#oa97ni9hce7x) para ayudar a fortalecer nuestro sistema inmunológico.

**✱ Immunocompromised** [**(I)**](#p29684qxms2g) - ✱ Inmunodeprimido

Cuando una persona tiene una afección que debilita su [**sistema inmunológico**](#4crajoozyn5k) . Las personas inmunodeprimidas tienen más problemas para combatir los gérmenes.

También se enferman con mayor facilidad que otras personas. Es más probable que se enfermen gravemente y necesiten más ayuda del personal médico y los hospitales.

Las personas pueden ser inmunodeprimidas por muchas razones, tales como:

* recibir tratamiento para el cáncer;
* recibir un trasplante de órgano;
* tomar ciertos medicamentos;
* tener una enfermedad autoinmune.

Deberías saber si tú o si alguna persona en tu vida es inmunodeprimida. Si no tienes certeza de si ese es el caso, puedes preguntar.

**Independent living** [**(I)**](#p29684qxms2g) - Vida independiente

Es la creencia de que las personas con discapacidad merecen tomar decisiones sobre sus propias vidas, participar en sus comunidades y vivir una vida plena, como lo hacen las personas sin discapacidad.

El movimiento de vida independiente, a partir del cual las personas con discapacidad exigieron estos derechos, comenzó en la década de 1960. Los activistas que creían en la vida independiente nos ayudaron a obtener derechos civiles, como la [**ADA**](#gh4x53it7575) en 1990.

Hoy contamos con [**Centros para la Vida Independiente**](#8g6jnjspkvr6), dirigidos por personas con discapacidad que creen en estos derechos.

**Indigenous** [**(I)**](#p29684qxms2g)- Indígena

Es una palabra que describe a las personas que tienen antepasados que vivieron en el continente americano antes de que otras personas llegaran aquí desde lugares como Europa, África y Asia.

Los pueblos indígenas de los Estados Unidos provienen de muchas culturas, naciones y tribus diferentes. Pueden identificarse como nativos americanos, indios americanos, Primeras Naciones, nativos de Alaska o nativos de Hawái.

Algunos programas, como la [**RV**](#cpgkycy7hcvd) y los [**AJC**](#kble2v2lubym), tienen programas especiales para las comunidades indígenas que buscan trabajo. Estos programas son [**culturalmente competentes**](#d86a3ap5gpls). Trabajan directamente con naciones y tribus para mejorar la ayuda que le ofrecen a los pueblos indígenas.

**Individualized Plan for Employment IPE** [**(I)**](#p29684qxms2g) - Plan Individualizado de Empleo IPE

Es un plan que elaboras con tu consejero de [**rehabilitación vocacional**](#cpgkycy7hcvd) sobre quién eres, qué quieres en un trabajo y cómo vas a conseguirlo.

Si accedes a la RV, tu consejero de RV hablará contigo sobre tus planes para conseguir un trabajo. Todo el plan está incluido en el IPE: qué servicios recibirás, quién más te ayudará, cómo puedes saber si estás progresando y muchos otros detalles.

Un IPE es diferente de un IEP, que es un plan de [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) en la escuela primaria, intermedia o secundaria.

**Integration, Integrated** [**(I)**](#p29684qxms2g) – Integración, Integrado

Cuando dos grupos que solían estar separados están juntos en el mismo espacio y tienen los mismos derechos.

Un lugar de trabajo integrado es aquel en el que las personas con y sin discapacidad trabajan juntas en el mismo equipo.

Un lugar de trabajo no está integrado si todos los trabajadores son personas con discapacidad y todo el personal de supervisión está formado por personas sin discapacidad.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Bella tiene una [**discapacidad intelectual**](#jvql88xiu5a9). Ella trabaja en una oficina. Algunas de las personas que trabajan con Bella no tienen una discapacidad, pero otras sí. Bella trabaja en un lugar de trabajo integrado.  Bella solía ir a un [**programa diurno**](#sj5j0n31f9b1), en el que solo trabajaba con otras personas con discapacidad intelectual. En ese espacio, las únicas personas que no tenían una discapacidad con las que pudo hablar pertenecían al personal. El programa diurno no era un lugar de trabajo integrado. |

**Intellectual and developmental disabilities (I/DD)** [**(I)**](#p29684qxms2g) - Discapacidades intelectuales y del desarrollo (DID)

Son [**discapacidades**](#jvmw0o3kz05g) que afectan la forma en que una persona aprende, piensa y se adapta al cambio.

Las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo suelen necesitar más ayuda que otras personas para afrontar la vida y los grandes cambios. Encontrar y mantener un trabajo puede ser muy difícil para alguien con DID.

No obstante, una persona con DID que necesita mucha ayuda para cuidar de sí misma puede tener un trabajo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Maya es una persona con autismo y tiene síndrome de Down. Necesita ayuda para planificar y tomar decisiones. Se cansa después de unas horas de trabajo. Le gusta el trabajo familiar y repetitivo, y le encantan las plantas.  Maya trabajó con una consejera de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) y un equipo de personas en las que confía para encontrar trabajo en un vivero local. Todos los días, Maya cuida las plantas en una sección del vivero. Maya trabaja. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Anish tiene parálisis cerebral. Necesita mucha ayuda para cuidar de sí mismo y tiene un [**asistente personal**](#28z5vxiwdg96)a tiempo completo. Utiliza un dispositivo generador de voz para comunicarse.  Anish trabaja en una organización nacional de defensa de la discapacidad. Anish escribe a los políticos para ayudarles a tomar decisiones justas sobre las personas con discapacidad. Anish trabaja. |

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Oona tiene una discapacidad intelectual. Utiliza tableros de imágenes para comunicarse. Oona crea esculturas. A Oona no le gusta hablar con la gente, pero trabaja con un equipo de personas en las que confía para vender sus obras de arte. Oona trabaja. |

**Internships** [**(I)**](#p29684qxms2g) - Pasantías

Son programas que te ayudan a obtener experiencia laboral. En una pasantía, trabajas para un [**empleador**](#g75lumqza0m7) que te pide que haga tareas sencillas mientras te acostumbras al lugar de trabajo y a lo que hacen.

Las pasantías te ayudan a acostumbrarte a un determinado lugar de trabajo. Quedan bien en una [**hoja de vida**](#lkdjrxq7ysvy), porque los empleadores saben que tienes experiencia en el mundo real con ese trabajo.

A veces, una pasantía puede generar un trabajo de [**tiempo parcial**](#jhvucen313m4) o de [**tiempo completo**](#6ht9uoafka59) en la misma empresa. Esto depende de si hay un puesto de trabajo disponible o no, y de si la empresa considera que eres una buena opción para ese puesto.

Muchas pasantías no son remuneradas. Eso significa que debes trabajar gratis. Asegúrate de verificar si te pagarán o no por la pasantía que realices.

**Interview** [**(I)**](#p29684qxms2g) - Entrevista

Es una conversación con un [**empleador**](#g75lumqza0m7); forma parte del proceso de [**contratación**](#tgk2y2bfj9of).

En la entrevista, el empleador aprende más sobre ti, incluidos aquellos aspectos como lo que has hecho antes, lo que se te dan bien, lo que te cuesta y por qué tienes interés en trabajar con esa empresa.

Además, puedes aprender más sobre el empleador. Durante una entrevista, puedes hacer cualquier pregunta que tengas sobre el trabajo y la empresa.

✱ **Isolation** [**(I)**](#p29684qxms2g) ✱ Aislamiento

Mantener distancia con respecto a otras personas cuando tienes [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk).

Si tienes síntomas de COVID-19, debes auto aislarte durante al menos cinco días después del inicio de los síntomas.

Si saliste positivo en la prueba de COVID-19, debes auto aislarte durante al menos cinco días después de recibir el resultado de la prueba, incluso si no tienes ningún síntoma.

Si es posible, permanece en una habitación sin la compañía de otras personas. Si necesitas estar cerca de otras personas, utiliza una mascarilla. Informa a tus personas de apoyo y a tu médico que te estás auto aislando.

**[J](#tcn9a4gl433h)**

**Job carving** [**(J)**](#tcn9a4gl433h) - Adaptar el puesto de trabajo a la persona

Es una especie de [**empleo personalizado**](#7u1dcpgpdx7u).

Un consejero de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) habla con un [**empleador**](#g75lumqza0m7) local sobre tus necesidades. A veces, los [**empleados**](#epj74np1tqtb) actuales realizan tareas adicionales cuando podrían concentrarse en algo en lo que son realmente buenos. La adaptación de puestos de trabajo les quita esas tareas adicionales a los empleados actuales y se las da a la persona que busca trabajo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Misha tiene una discapacidad cognitiva. Le gusta hacer pequeñas tareas diferentes. El consejero de RV de Misha ayudó a crear un puesto de trabajo en un edificio de oficinas local, en el que Misha ayuda a clasificar archivos, reponer materiales y ordenar la zona. Misha sigue una lista de tareas todos los días.  Gracias a que Misha mantiene la oficina organizada, las demás personas pueden concentrarse en otras tareas. |

**Job coach** [**(J)**](#tcn9a4gl433h)- Consejero laboral

Una persona de apoyo que te ayuda a prepararte para trabajar.

Un consejero laboral puede darte clases particulares para que sepas qué esperar en el trabajo. También puede ayudarte a practicar las tareas específicas del trabajo. Puedes hablar sobre las cosas que te producen ansiedad para que te sientas bien al ir a trabajar.

Un consejero laboral incluso puede venir a trabajar contigo para ayudarte a sentirte cómodo.

Por lo general, solo trabajarás con un consejero laboral hasta que sientas confianza. Sin embargo, a veces los consejeros laborales se quedan contigo como parte del [**empleo con apoyo**](#ga7qbotmip9).

**Job creation** [**(J)**](#tcn9a4gl433h) - Creación de puestos de trabajo

Es una especie de [**empleo personalizado**](#7u1dcpgpdx7u).

Un consejero de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) habla con un [**empleador**](#g75lumqza0m7) local sobre tus necesidades. A veces, la empresa funciona bien, pero cree que podría funcionar aún mejor si tuviera un nuevo servicio disponible para los empleados. La RV trabaja con la empresa para crear un nuevo puesto de trabajo que se ajuste a las necesidades de la empresa y de la persona que solicita el empleo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Aleah tiene una [**discapacidad intelectual**](#jvql88xiu5a9). Una pequeña empresa local la contrata para que se encargue del correo. Todos los días, Aleah clasifica y entrega el correo. A ella le gusta el trabajo, y a la empresa local le resulta mucho más fácil hacer un seguimiento del correo. |

**Job placement** [**(J)**](#tcn9a4gl433h) - Inserción laboral

Descubrir cuál es el mejor trabajo para ti en función de tus fortalezas, debilidades, lo que te gusta, lo que no te gusta, tus habilidades, necesidades y objetivos.

Puedes hacer esto por tu cuenta o bien obtener ayuda de consejeros en la escuela, consejeros de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) o de una persona que trabaje en un [**CIL**](#8g6jnjspkvr6) o un [**AJC**](#kble2v2lubym).

**Job preparedness** [**(J)**](#tcn9a4gl433h) - Preparación laboral

Contar con la preparación necesaria para un trabajo.

Naturalmente, debes saber cómo hacer el trabajo para el que fuiste contratado, pero también debes saber cuál es el comportamiento esperado en tu lugar de trabajo, cómo lidiar con los problemas que surjan, cómo llegar al trabajo, cómo depositar tu remuneración y otras cosas que pueden ser nuevas para ti.

La preparación laboral es una gran parte de los servicios ofrecidos por muchos lugares que ayudan a las personas con discapacidad a conseguir trabajo, como la [**RV**](#cpgkycy7hcvd).

**Job advancement** [**(J)**](#tcn9a4gl433h) - Ascenso laboral

Recibir una recompensa por hacer un buen trabajo.

Algunas veces, mantendrás el mismo trabajo y las mismas responsabilidades, pero cobrarás más. Esto suele ocurrir cuando se lleva un tiempo haciendo el mismo trabajo.

A veces, es posible que te pregunten si quieres aceptar más responsabilidades. Esto se conoce como promoción. Esto significa que tu [**empleador**](#g75lumqza0m7) confía en que harás un buen trabajo y quiere que continúe así. Te pagará más dinero y es posible que consigas mejores beneficios. Puedes decidir si deseas aceptar o no estas nuevas responsabilidades.

Las personas con discapacidad tienen derecho al ascenso laboral al igual que las personas sin discapacidad.

**[L](#d5qpwkaovzho)**

**Labor** [**(L)**](#d5qpwkaovzho) - Trabajo

Es sinónimo de empleo.

La parte del gobierno de los Estados Unidos que se enfoca en el trabajo y en los trabajadores estadounidenses se llama Departamento de Trabajo (o DOL).

**[M](#4oecr0xczg13)**

**Master’s degree** [**(M)**](#4oecr0xczg13)- Maestría

Es un tipo de título que puedes obtener en algunas [**escuelas de educación superior**](#b6lxbejxhxrv), como un instituto de educación superior o una universidad.

En general, se debe cursar dos años para obtener un título de maestría, pero primero se debe tener una [**licenciatura**](#t7z93ezd4gng).

La mayoría de las personas obtienen una maestría porque quieren profundizar su campo de estudio. Otras personas cursan la carrera para obtener un título de maestría porque quieren conseguir un determinado trabajo.

Algunos trabajos requieren una maestría, especialmente si son trabajos profesionales en campos como los de la ciencia, la medicina o el trabajo social. Revisa las ofertas de trabajo para ver qué está buscando el personal empleador.

**Maximized employment** [**(M)**](#4oecr0xczg13) - Empleo maximizado

Alcanzar todo tu potencial como persona que trabaja.

Es posible que, a lo largo de tu vida, algunas personas intenten decidir por ti qué tipo de trabajo puedes hacer, por el hecho de tener una discapacidad. Pueden ayudarte a conseguir un trabajo que se ajuste a tus capacidades y luego dejan de ayudarte a aprender y crecer, incluso cuando sabes que estarías más feliz y harías un mejor trabajo en un empleo diferente. Eso no es justo.

Tienes derecho a un empleo maximizado. Eso significa que tienes derecho a hacer el tipo de trabajo que deseas hacer, aunque te lleve mucho tiempo y esfuerzo.

A veces, para trabajar en lo que deseas, necesitas más ayuda. Quizás necesitas más capacitación o educación. Quizás necesitas más [**ayuda financiera**](#er9su2j21v59). O quizás necesitas más [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) o una nueva [**tecnología de asistencia**](#fx4htgdgt24x). Tienes derecho a obtener ese tipo de ayuda.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jean es una persona sorda y se comunica por ASL. Jean utiliza un intérprete cuando se comunica con personas que no utilizan ASL. Cuando Jean se graduó de la escuela, consiguió un trabajo acomodando estantes, pero no está satisfecha.  Jean va a su programa local de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) y les dice que quiere ser abogada.  Jean ya tiene un empleo, pero no le gusta trabajar en ese lugar. Si ella desea un trabajo altamente calificado, Jean merece la oportunidad de conseguirlo. Jean no tiene por qué conformarse con un trabajo “fácil” solo porque es una persona sorda.  Jean y su consejero de RV trabajan para conseguirle [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) mientras estudia en la facultad de derecho. Cuando Jean obtenga su título de abogada, la RV se asegura de que ella tenga acceso a un/a intérprete en el juzgado. |

**Mentorships** [**(M)**](#4oecr0xczg13) - Tutorías

Trabajar con un empleado que tiene experiencia, llamado mentor, para aprender cómo hace su trabajo.

Las tutorías son similares a los [**aprendizajes profesionales**](#uv41qeeqsj7g), aunque menos formales. Por lo general, ya tienes un empleo y estás trabajando para mejorar tus habilidades mientras aprendes de la mano de un mentor.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Eileen tiene una enfermedad crónica. Acaba de conseguir un trabajo como trabajadora social. Recurre a un programa creado para ayudar a los trabajadores sociales con discapacidad a ponerse en contacto con trabajadores sociales con más experiencia que también tienen discapacidades.  El programa la conecta con Lashawna, quien trabajó como trabajadora social durante ocho años. Lashawna comparte su experiencia de ser trabajadora social con una enfermedad crónica. Entre las dos, hablan de los problemas a los que podría enfrentarse Eileen y de las diferentes formas de afrontarlos.  Debido a que Eileen tuvo a Lashawna como mentora, se siente más segura en su trabajo. Eileen mejora en la resolución de problemas y en la  [**auto defensoría**](#uyt87m7eos0k)**.** También anota algunas [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) que podrían ayudarla en el lugar de trabajo. Eileen mejora en su trabajo gracias a su mentora. |

**Minimun wage** [**(M)**](#4oecr0xczg13)- Salario mínimo

Es la menor cantidad de dinero que una empresa puede pagar a un [**empleado**](#epj74np1tqtb) por hora.

Los estados tienen salarios mínimos diferentes. Puedes consultar el salario mínimo de tu estado en este [enlace](https://www.dol.gov/agencies/whd/minimum-wage/state).

Algunos [**empleadores**](#g75lumqza0m7), como los que tienen a cargo [**talleres protegidos**](#sj5j0n31f9b1), pueden pagarle menos del salario mínimo a los trabajadores con discapacidad porque todavía es legal. Esto se llama “salario por debajo del mínimo”. Algunos trabajadores con discapacidad solo ganan unos pocos centavos por hora o no ganan nada de dinero. Esto no es justo.

Si te vas a postular para un trabajo que paga un [**salario**](#z19yc3l68x8l) y no un [**sueldo**](#42lbhuqvuwuz), verifica que cumplan con las reglas de salario mínimo en tu área.

[**N**](#jl8g2ifx6l5k)

**Natural supports** [**(N)**](#jl8g2ifx6l5k) - Soportes naturales

Un tipo de [**adaptación**](#7v7d6e10n6l0) mediante el cual las personas de tu comunidad, incluido tu lugar de trabajo, te ayudan.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Trinh tiene problemas de memoria después de sufrir un traumatismo cerebral. A veces se distrae o se olvida en qué estaba trabajando.  Trinh, trabajó junto a su [**consejero laboral**](#tw169j92f7m0), sus compañeros de trabajo y su equipo de [**recursos humanos**](#xwm8x2yemh8m) para asegurarse de que Trinh tuviera un plan para afrontar sus síntomas de traumatismo cerebral.  Trinh tiene [**tecnología de asistencia**](#fx4htgdgt24x) que la ayuda a realizar un seguimiento de sus tareas, pero aún así se confunde a veces, lo que puede ser molesto. Cuando esto sucede, uno de sus compañeros de trabajo primero la ayuda a calmarse. Luego, trabajan en conjunto para ayudar a Trinh a volver a la normalidad. |

**[O](#jl8g2ifx6l5k)**

**Occupation** [**(O)**](#jl8g2ifx6l5k) - Ocupación

Es otra palabra que se usa para referirse al trabajo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Daya enseña a niños de tercer grado. La ocupación de Daya es “maestra”. |

**Occupation license** [**(O)**](#jl8g2ifx6l5k) - Licencia ocupacional

Algunos trabajadores, como los contadores, arquitectos y plomeros, necesitan un permiso especial llamado licencia antes de poder hacer su trabajo. Después de hacer una capacitación especial se obtiene una licencia.

La obligación de tener una licencia depende de las leyes de cada estado. Verifica o pregunta si debes contar con una licencia para hacer tu trabajo.

**On-the-job training** [**(O)**](#jl8g2ifx6l5k) - Capacitación en el trabajo

Aprender a hacer tu trabajo o aprender más sobre cómo hacerlo al ir a trabajar con alguien que ya sabe hacerlo.

La capacitación en el trabajo forma parte de los  [**aprendizajes profesionales**](#uv41qeeqsj7g), la mayoría de las [**pasantías**](#8es1uc8tvosn) y algunos programas de [**tutorías**](#gay3fnakg6d4) .

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Ethan es un aprendiz de plomero. Como parte de su aprendizaje profesional, Ethan acompaña a un maestro plomero a los trabajos y ayuda en el trabajo. A Ethan le pagan por trabajar y aprender en el trabajo. |

**[P](#nbq74jnukuab)**

**Plan for Achieving Self-Suppot (PASS)** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Plan para lograr la autosuficiencia (PASS)

Es un tipo de apoyo que puedes obtener del seguro social, si eres [**elegible**](#pw13x090nt8u) al [**SSI**](#6oksj1efarte).

Cuando quieras conseguir un trabajo, es posible que debas pagar la educación, la capacitación, las herramientas, el transporte o la ropa. El PASS puede ayudarte a asegurarte de que puedes pagar estas cosas sin perder tus [**beneficios**](#o9ccv6185ygw) del SSI.

Si deseas utilizar el PASS, debe completar un formulario. Hay personas que te pueden ayudar a hacerlo. Puedes obtener ayuda del seguro social, de tu consejero de [**RV**](#cpgkycy7hcvd), de un [**CIL**](#8g6jnjspkvr6) u otra organización que ayude a personas con discapacidad, o incluso puedes pedir ayuda a familiares o amigos.

Para obtener más información sobre el PASS, ingresa al [sitio web de Administración del Seguro Social](https://www.ssa.gov/disabilityresearch/wi/pass.htm).

**Part time** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Tiempo parcial

Cuando se trabaja menos de 30 horas a la semana. Si no sabes cuántas horas trabajarás, consulta la oferta de empleo o pregúntale a tu [**empleador**](#g75lumqza0m7).

Por lo general, los trabajos de tiempo parcial no incluyen [**beneficios**](#o9ccv6185ygw), pero esto depende del trabajo y de la empresa. Pregunta, si no sabes sobre el tema.

Trabajar a tiempo parcial puede ser una solución para las personas con discapacidad que se cansan o se abruman con mayor facilidad.

Si no has trabajado antes o tuviste que tomarte un descanso, también puede ser útil comenzar con un trabajo de tiempo parcial en lugar de un trabajo de [**tiempo completo**](#6ht9uoafka59), para que te acostumbres a cómo se siente y a lo que puedes tolerar.

**Person-Centered Thinking, Person-Centered Planning** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Pensamiento centrado en la persona, Planificación centrada en la persona

Una forma de hacer un plan para el futuro en el que tomas todas las decisiones sobre tu propia vida, en lugar de que otras personas decidan por ti.

Otras personas pueden ayudarte a pensar en las opciones que tienes, pero tu decides lo que quieres y lo que es importante para ti.

La mayoría de los lugares que ayudan a las personas con discapacidad a encontrar trabajo ya saben cómo utilizar la planificación centrada en la persona. Puedes preguntar a tus proveedores de servicios cómo utilizan ellos la planificación centrada en la persona para saber cómo se asegurarán de que se escuche tu voz.

**Personal assistance** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Asistencia personal

Una especie de [**adaptación**](#7v7d6e10n6l0) para personas que necesitan ayuda para realizar las tareas cotidianas.

Puedes tener un asistente personal en casa para ayudarte a vestir, preparar la comida, ducharte, usar el baño o mantenerte seguro.

También puedes tener un asistente personal en el trabajo para ayudarte a mover, tomar decisiones, comunicarte con otras personas o realizar otras tareas que no puedes hacer solo o con [**tecnología de asistencia**](#fx4htgdgt24x).

El gobierno federal es el único [**empleador**](#g75lumqza0m7) que tiene que pagar por la asistencia personal. Es posible que otros empleadores no te ayuden a pagarlo. Pero puedes contratar tu propia asistencia personal o puedes obtenerla a través de servicios para personas con discapacidad como Medicaid o la [**RV**](#cpgkycy7hcvd).

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Helen es una programadora de software que tiene hemiplejia. Helen necesita ayuda para usar el baño. En el trabajo, tiene un asistente personal que puede ayudarla a usar el baño cuando lo necesita. Cuando su asistente personal no la está ayudando, esta persona realiza otras tareas en la oficina. |

**PhD** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Doctorado

Es un tipo de título que se puede obtener en algunas [**escuelas de educación superior**](#b6lxbejxhxrv), como un instituto de educación superior o una universidad.

Se requiere mucho esfuerzo y tiempo para obtener un doctorado. El tiempo que lleva cursarlo depende del programa, pero la mayoría de los doctorados se cursan en unos ocho años aproximadamente. Antes de obtener un título de doctorado, se debe haber cursado una [**maestría**](#vykg1pfytqp2), y antes de obtener un título de maestría, se debe haber cursado una [**licenciatura**](#t7z93ezd4gng).

Dado que es muy difícil obtener un título de doctorado, este requisito solo lo solicitan para puestos de trabajo muy específicos, como el de investigador científico o profesor universitario. Tener un doctorado es una señal de que eres un experto en lo que haces.

**Post-secondary education** [**(P)**](#nbq74jnukuab) - Educación posterior a la escuela secundaria

Es la escuela a la que se asiste después de la escuela secundaria. Esto puede incluir el colegio comunitario, el instituto universitario, la universidad o la [**escuela de oficios**](#c6tcyas8l5wa).

**Pre-Employment Transition Services** [**(P)**](#nbq74jnukuab)- Servicios de transición previa al empleo

Es la ayuda que las escuelas secundarias deben brindar a los estudiantes con discapacidad para prepararse para conseguir un trabajo cuando se gradúen.

Las escuelas pueden ofrecerte esta ayuda de varias maneras diferentes. Algunas formas de hacerlo son: a través de pruebas de interés, escuchar presentaciones o hablar con los consejeros de carreras profesionales.

**[Q](#aly608q0wnxr)**

**✱ Quarantine** [(Q)](#aly608q0wnxr) - ✱ Cuarentena

Si has estado cerca de una persona que te dijo que tenía [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk), debes mantener distancia con respecto a otras personas mientras te aseguras de que no te has contagiado.

El CDC dice que si no estás al día con tus [**vacunas**](#oa97ni9hce7x), debes mantenerte alejado de otras personas durante al menos cinco días y asegurarte de no enfermarte. También debes hacerte la prueba de COVID-19. Puedes hablar con tu médico, comprar una prueba para usar tu mismo en casa o buscar sitios que realicen las pruebas y queden cerca de tu casa.

El CDC informa que, si estás al día con tus vacunas, no tienes que mantener distancia social. Pero, si estás cerca de otras personas con discapacidad o personas de [**alto riesgo**](#9f73o4i93zvc), es posible que desees mantener distancia solo para estar seguro. Debes hacerte la prueba de COVID-19, incluso si decides no hacer la cuarentena.

Si das positivo en COVID-19 mientras estás en cuarentena, debes [**auto aislarte**](#6i7w4qxg13g) y mantener distancia de otras personas.

**[R](#o0uw5rxdga5y)**

**Reasonable accommodations** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y) - Adaptaciones razonables

Una adaptación o acomodación razonable es una [**adaptación**](#7v7d6e10n6l0); un cambio realizado para que una persona con discapacidad pueda hacer algo que no podría hacer sin ese cambio.

La [**ADA**](#gh4x53it7575) usa las palabras “adaptación razonable” para explicar que no se pueden realizar cambios justos todo el tiempo.

Una adaptación razonable no puede causar “dificultades excesivas”. Eso significa que si a la empresa le resulta demasiado difícil realizar un cambio, no es necesario que lo haga. (Pero tiene que ser un cambio realmente difícil de implementar. La empresa no puede simplemente decir que es demasiado difícil para no realizar la adaptación).

Por lo general, hay muchas maneras de hacer cambios útiles. Si una cosa causa dificultades excesivas, probablemente se puedan aplicar otras opciones.

Una adaptación razonable no puede cambiar las “funciones esenciales del trabajo”. Por ejemplo, si te postulas para un trabajo en una peluquería canina, debes tener la capacidad de estar con perros.

Además, una adaptación razonable no puede hacer que el resto del personal haga más trabajo o cambie el trabajo que ya tiene.

Si crees que tu solicitud de adaptación es razonable, pero la rechazan, puedes hablar con algún sistema de apoyo como [JAN](https://askjan.org/) (Red de Adaptación en el Trabajo), tu [**CIL**](#8g6jnjspkvr6) local o tu consejero de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) para obtener ayuda y más opciones.

**Remote** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y) - Remoto

Es otra palabra para referirse al [**teletrabajo**](#5nlimwq4jrfv).

Un tipo de trabajo que puede hacer desde casa o en un lugar que no es el lugar de trabajo habitual.

Normalmente se necesita una computadora y una buena conexión a Internet para trabajar de manera remota.

**Retention** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y)- Retención

Es mantener a las personas con discapacidad en un determinado trabajo una vez que lo consiguen.

Cuando la [**RV**](#cpgkycy7hcvd) u otros programas hablan de “retención de empleo” la idea detrás de esa expresión es la siguiente: “¿Cómo podemos ayudarte a asegurarse de que no pierdas o renuncies a tu trabajo?”

Otros lugares, como las universidades o las empresas, también usan la palabra “retención” para referirse a “apoyar a las personas para que puedan quedarse donde están y no tengan que irse”.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jack es una persona con autismo. Tiene un trabajo como diseñador gráfico en una gran empresa. Sin embargo, su trabajo puede ser estresante y lo hace sentir mal y agotado. A Jack le preocupa que no pueda seguir yendo a trabajar.  Habla con su consejero de [**RV**](#cpgkycy7hcvd) y con [**RR. HH.**](#xwm8x2yemh8m) en su empresa. Ambos piensan que la retención del trabajo es importante. Quieren ayudarlo a mantener su trabajo.  El consejero de RV de Jack y el representante de recursos humanos trabajan juntos para encontrar [**adaptaciones**](#7v7d6e10n6l0) que puedan implementar en el trabajo y ayuden a Jack a controlar su estrés. Jack se siente aliviado porque no tiene que renunciar. |

**✱ Respiratory illness** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y) - ✱ Enfermedad respiratoria

Una enfermedad que afecta la parte del cuerpo que te ayuda a respirar. Eso significa que afecta la nariz, la boca y los pulmones. Podría provocarte estornudos o tos. Puede que te resulte difícil respirar.

El [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk) es una enfermedad respiratoria.

**Resume** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y) - Hoja de vida

Es una lista de tus logros y experiencia que ayuda a los [**empleadores**](#g75lumqza0m7) a comprender quién eres y qué puedes hacer.

Las hojas de vida suelen tener solo una o dos páginas. Informan a los empleadores sobre el tiempo que pasaste en la escuela, tu experiencia laboral o como [**voluntario**](#3d5kfl8kon8z) y cualquier otra cosa que deban saber.

Las hojas de vida son diferentes a los [**CV**](#xoufgb4gmcm), que en general son más largos y enumeran cosas diferentes, y a las [**cartas de presentación**](#pyzmckjue978), que son una forma de presentarse y manifestar por qué quieres un determinado trabajo.

**✱ Risk** [**(R)**](#o0uw5rxdga5y) - ✱ Riesgo

Una forma de entender qué tan peligrosa es una situación.

Es importante conocer los riesgos. Cuando conocemos un riesgo, podemos encontrar formas de gestionarlo. Así, evitamos lastimarnos.

El COVID-19 puede ser un riesgo en nuestras vidas. Hay formas de gestionar el riesgo de COVID-19.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Si tocas una sartén caliente, existe el riesgo de que te quemes.  Para controlar ese riesgo puedes usar guantes, esperar a que la sartén se enfríe y pedir ayuda. |

**[S](#7biff31ghko8)**

**Salary** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Sueldo

Es una cantidad fija de dinero que te pagan por trabajar en determinados tipos de empleo. Por lo general, los trabajos en lo que se paga un sueldo son trabajos de [**tiempo completo**](#6ht9uoafka59).

La mayoría de las personas consideran al sueldo como una cierta cantidad de dinero que se gana por año, pero a [**los empleados**](#epj74np1tqtb) que reciben un sueldo generalmente se les paga todos los meses.

Los sueldos son diferentes a los [**salarios**](#z19yc3l68x8l), que dependen de la cantidad de horas que se trabaja.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Joshua trabaja en una oficina. Su sueldo anual es de $48.000. Le pagan un poco menos de $4,000 al mes, porque parte de su remuneración se usa para pagar otras cosas como los seguros y los impuestos. |

**Self-advocacy** [**(S)**](#7biff31ghko8) – Auto defensoría

La capacidad de conocer tus propias necesidades y deseos, y hablar con los demás sobre ellos.

La auto defensoría es una habilidad importante en el trabajo. Por ejemplo, es importante expresar cuando algo anda mal o cuando las cosas van bien.

Algunas personas con discapacidad se ganan la vida trabajando como auto defensores. Es posible que les paguen por hablar ante multitudes sobre sus experiencias como personas con discapacidad.

**Self-employment** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Trabajo por cuenta propia

Cuando trabajas para ti mismo y no para un [**empleador**](#g75lumqza0m7) que te paga.

Normalmente, los [**empleados**](#epj74np1tqtb) son contratados por los empleadores, quienes se encargan de determinados aspectos como los impuestos, las facturas, la creación de horarios y otro tipo de trabajo organizativo. Si trabajas por cuenta propia, debes hacer todas estas cosas ti mismo, lo que puede ser complicado.

Pero trabajar para ti mismo significa que puedes tener más libertad y flexibilidad. Puedes elegir dónde, cuándo y por cuánto tiempo trabajas.

Las personas con discapacidad que desean mucha flexibilidad y están de acuerdo con hacer su propio trabajo organizativo pueden considerar la posibilidad de trabajar por cuenta propia.

El [**trabajo independiente**](#6f43ch78y3hc) y el [**trabajo por contrato**](#tk2gef1itf) son dos tipos de trabajo por cuenta propia. Otras personas que trabajan por cuenta propia pueden tener su propio negocio.

**Shadowing** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Seguimiento de actividades en el contexto laboral

Seguir a una persona en su lugar de trabajo, para saber más sobre lo que hace y cómo es su día a día.

Si tienes interés en un tipo de trabajo, pero todavía no sabes si es algo que quieres hacer, puedes hablar con las personas que tienes cerca y que hacen ese trabajo y preguntarles si puedes seguirlas por un día.

A veces, el seguimiento forma parte de la contratación para un trabajo. Si un [**empleador**](#g75lumqza0m7) realmente tiene interés en ti, es posible que te pida que sigas a alguna persona que ya hace el trabajo que tú podrías hacer en un futuro. De esa manera, puedes asegurarte de que es el trabajo que quieres hacer y el personal empleador puede ver cómo encajas con los demás trabajadores.

Pueden pagarte o no por seguir a una persona. Siempre depende del lugar y del motivo por el que estás haciendo el seguimiento.

**Sheltered workshops; Enclaves; Day Programs** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Talleres protegidos, Enclaves; Programas diurnos

Lugares de trabajo donde solo trabajan personas con discapacidad. A menudo, se trata de personas con [**DID**](#jvql88xiu5a9).

Los talleres protegidos cuentan con personal sin discapacidad. Por lo general, este personal está compuesto por cuidadores y observadores.

En los talleres protegidos, los trabajadores suelen realizar tareas sencillas que pueden ser aburridas, como rellenar sobres.

Es legal pagar a las personas con discapacidad mucho menos que el [**salario mínimo**](#jsf0qnhn4kjw) si trabajan en talleres protegidos. Esto no es justo. Las personas con discapacidad merecen una remuneración justa por su trabajo.

El movimiento [**Empleo Primero**](#sewvtpur5nwn) y las personas que apoyan el [**empleo integrado competitivo (CIE)**](#fws9ze3rd258) luchan contra los talleres protegidos. Creen que las personas con discapacidad deberían trabajar en sus comunidades y no permanecer encerradas en talleres protegidos.

**✱Social distancing** [**(S)**](#7biff31ghko8) - ✱Distanciamiento social

Mantenerse a 6 pies de distancia de otras personas, para tener menos probabilidades de transmitir (o contraer) el virus del [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk) .

**Soft skills** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Destrezas interpersonales

Son las habilidades que no forman parte de la descripción del empleo, pero son destrezas que necesitas para hacer el trabajo.

Estas son destrezas “ocultas”. No siempre son evidentes para las personas con discapacidad. Es posible que necesitemos ayuda adicional para aprender destrezas interpersonales antes de empezar un trabajo.

Las destrezas interpersonales son diferentes a las destrezas técnicas.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Jake es carpintero. Jake no solo corta madera y clava clavos. Jake también debe saber cómo hablar con los clientes para ver lo que estos quieren. Jake debe saber cómo mantener limpio su espacio de trabajo. Y también debe saber cómo iniciar y detener proyectos. Estas son solo algunas de las destrezas interpersonales que Jake utiliza en el trabajo.  Para algunas personas, estas destrezas son fáciles de aprender, pero Jake es una persona con autismo. Le cuesta más aprender algunas de estas destrezas. Es posible que Jake necesite ayuda de un [**consejero laboral**](#tw169j92f7m0) o de la [**RV**](#cpgkycy7hcvd). |

SSI y SSDI [(S)](#7biff31ghko8)

Son [**beneficios**](#o9ccv6185ygw) que algunas personas con discapacidad reciben por parte del gobierno.

Por lo general, puedes acceder a los programas SSI o SSDI si tienes alguna dificultad para trabajar. ¡Pero eso no significa que no puedas trabajar!

Los programas como el [**Boleto para Trabajar (Ticket to Work)**](#s40q7z5a8p5i) y la [**RV**](#cpgkycy7hcvd) pueden ayudar a las personas que acceden a los programas SSI o SSDI a formar parte de su comunidad y ganar dinero extra, sin perder el acceso a sus beneficios en caso de una emergencia.

**Stress tolerance** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Tolerancia al estrés

Es la capacidad para afrontar situaciones estresantes.

Las personas que tienen dificultades para tolerar el estrés podrían usar adaptaciones, tales como un espacio de trabajo tranquilo.

Sin embargo, en algunos lugares de trabajo, la tolerancia al estrés es una parte importante del trabajo. Es posible que debas tener en cuenta tu tolerancia al estrés al elegir un trabajo.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Anita es una TEM, o técnica en emergencias médicas. Anita viaja en la ambulancia para ayudar a las personas que llaman al 911 por emergencias médicas.  Anita tiene una alta tolerancia al estrés. Se le da bien trabajar bajo presión y no le importa que ocurran muchas cosas a la vez. Es buena para hablar con las personas que tienen dolor y ayudarlas a calmarse.  La hermana de Anita, María, tiene poca tolerancia al estrés. María le dice a Anita que ella nunca podría ser una TEM. Ella sabe que ese trabajo le causaría enojo y agotamiento. María elige un trabajo que no le provoque mucho estrés. |

Supervisor [(S)](#7biff31ghko8)

Es la persona que está a cargo de ti en el trabajo y te da instrucciones.

**Supported employment** [**(S)**](#7biff31ghko8) - Empleo con apoyo

Es hacer un trabajo con la ayuda de una persona de apoyo, como un [**consejero laboral**](#tw169j92f7m0) o [**asistente personal**](#28z5vxiwdg96).

Si la discapacidad de una persona significa que no puede trabajar por su cuenta, incluso con adaptaciones, la [**RV**](#cpgkycy7hcvd) podría sugerirle que utilice el empleo con apoyo. De esta manera, la persona puede trabajar y formar parte de su comunidad.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Miryam tiene síndrome de Down. Trabaja en la oficina de una pediatra archivando y escaneando papeles. Una vez que comienza con el trabajo, disfruta la rutina, pero necesita ayuda para comenzar y terminar las tareas. Además, no sabe conducir y no hay mucho transporte público de su ciudad.  Miryam tiene un [**consejero laboral**](#tw169j92f7m0) que la lleva al trabajo por la mañana para ayudarla a preparar su espacio de trabajo. A la hora del almuerzo, su consejero laboral la llama a su iPad y le recuerda que debe hacer una pausa para comer. Cuando termina el trabajo, el consejero laboral de Miryam la ayuda a relajarse y la lleva a casa. |

[**T**](#p1rh1o8xpe7v)

**Telecommuting** [**(T)**](#p1rh1o8xpe7v) - Teletrabajo

Es otra palabra que se usa para referirse al [**trabajo remoto**](#3adz81ttg9z).

Un tipo de trabajo que puede hacer desde casa o en un lugar que no es el lugar de trabajo habitual.

Normalmente se necesita una computadora y una buena conexión a Internet para trabajar de manera remota.

**Ticket to Work** [**(T)**](#p1rh1o8xpe7v) - Boleto para trabajar

Es un programa que ayuda a las personas que reciben [**beneficios**](#o9ccv6185ygw) de los programas [**SSI**](#6oksj1efarte) o [**SSDI**](#6oksj1efarte) para ir a trabajar.

El boleto para trabajar se encarga de conectarte con diferentes servicios para ayudarte a ir a trabajar a la vez que se aseguran de que tienes acceso a tus beneficios en caso de que los sigas necesitando.

[Este video](https://www.youtube.com/watch?v=VOq5hf0MsHg) brinda más información sobre el programa. En este [enlace](https://www.youtube.com/watch?v=kXiiFIjrBMk) puedes encontrar una presentación del programa en lengua de señas estadounidense.

Puedes visitar el sitio web del programa Boleto para trabajar (Ticket to Work) en este [enlace](https://choosework.ssa.gov/).

**Title I** [**(T)**](#p1rh1o8xpe7v) - Título I

Es la parte de la Ley para Estadounidenses con Discapacidades ([**ADA**](#gh4x53it7575)) que dice que las personas con discapacidad tienen derechos en sus trabajos. El Título I afirma que es ilegal que las empresas [**discriminen**](#htf2krvslonq) a las personas por su [**discapacidad**](#jvmw0o3kz05g).

Esta sección de la ley habla de diferentes tipos de discriminación.

El Título I explica qué son las [**adaptaciones razonables**](#hurufi15ro5m) y manifiesta que las personas con discapacidades tienen derecho a conseguirlas en el trabajo.

El Título I también explica que no pueden preguntarte si tienes una discapacidad cuando te postulas para un trabajo. Puede decirles que tienes una discapacidad si así lo deseas, y esto se denomina [**divulgación**](#buxf6mz5hk2w).

**Trade skills** [**(T)**](#p1rh1o8xpe7v) - Habilidades para un oficio

Para realizar algunos trabajos, es necesario tomar capacitación especial y específica antes de comenzar a trabajar. Estos trabajos a menudo se denominan “oficios”. Algunos ejemplos de oficios son soldadura, electricidad, plomería, construcción, albañilería y enfermería.

Puedes aprender habilidades para un oficio en la [**escuela de oficios**](#c6tcyas8l5wa), la [**escuela vocacional**](#c6tcyas8l5wa), ciertos programas o en los [**aprendizajes profesionales**](#uv41qeeqsj7g).

**Transition** [**(T)**](#p1rh1o8xpe7v) - Transición

Pasar de ser un adolescente a ser un adulto joven.

Cuando se está en la etapa de la adolescencia, por lo general se vive con la familia. Tu familia te cuida y te ayuda a pagar cosas. La mayoría de los adolescentes van a la escuela secundaria y reciben atención médica de un pediatra, es decir, un médico que atiende a los niños.

Cuando te conviertes en un adulto joven, es el momento de empezar a ser más independiente. Quizás desees vivir en solo o con otras personas. Quizás quieras pagar tus propias facturas. Quizás quieras ir a la escuela o quieras conseguir un trabajo y participar en tu comunidad. Comenzarás a recibir atención médica de doctores para adultos.

La transición implica aprender sobre estos cambios y aprender a tomar decisiones por tu cuenta (o con la ayuda de personas de tu confianza).

Aprender más sobre el trabajo es una parte importante de la transición.

[**U**](#c7aelyuizqny)

**Unions** [**(U)**](#c7aelyuizqny) - Sindicatos

Son grupos de trabajadores que están el mismo lugar de trabajo o en el mismo tipo de trabajo y que se [**defienden**](#uyt87m7eos0k) mutuamente.

En los sindicatos, los trabajadores hablan entre sí para informarse sobre lo que necesitan y quieren en el trabajo. Una vez que se comunican entre sí pueden hablar con sus [**empleadores**](#g75lumqza0m7) para asegurarse de que obtienen lo que necesitan y desean.

Si te afilias a un sindicato, es probable que debas pagar una pequeña mensualidad, llamada cuota, a los líderes del sindicato. Si tu sindicato necesita apoyarte, usará el dinero de las cuotas para asegurarse de que lo puede hacer.

Hay una ley que estipula que cualquier trabajador de los Estados Unidos puede afiliarse a un sindicato. Es ilegal impedir que los trabajadores formen sindicatos o se afilien a uno. Pero a algunas empresas no les gustan los sindicatos. Es posible que te digan que denuncies a las personas que quieren formar un sindicato. No debe hacer eso.

Es tu elección afiliarte a un sindicato. No tienes que hacerlo si no lo deseas. Si tu trabajo tiene un sindicato, este ayudará a todos los trabajadores, incluso a los que no forman parte del sindicato.

[**V**](#c7aelyuizqny)

**✱ Vaccination; Vaccines** [**(V)**](#c7aelyuizqny) - ✱ Vacunación; Vacunas

Es una inyección que ayuda a tu [**sistema inmunológico**](#4crajoozyn5k) a combatir enfermedades.

Las vacunas funcionan de esta manera: le muestran a tu sistema inmunológico una versión muy débil de una enfermedad. Tu sistema inmunológico aprende sobre el germen. Si el germen invade tu cuerpo más tarde, el sistema inmunológico lo reconocerá y sabrá cómo combatirlo.

Si estás vacunado contra una enfermedad, no te contagiarás, incluso si los gérmenes invaden tu cuerpo. O, si te contagias la enfermedad, no te enfermarás de gravedad.

Las vacunas no pueden provocar una enfermedad. Es posible que tenga efectos secundarios que te hagan sentir mal, pero desaparecerán en unos pocos días.

Aunque suele ser raro, algunas personas pueden ser alérgicas a las vacunas o a partes de las vacunas. Puedes hablar con tu médico si te preocupa enfermarte debido a una vacuna.

Hay vacunas disponibles para muchas enfermedades, incluido el [**COVID-19**](#r0awx5l82dzk).

**Vocational rehabilitation; VR; Voc rehab** [**(V)**](#c7aelyuizqny) - Rehabilitación vocacional; RV; Rehab voc

Es un servicio que ayuda a las personas con discapacidad a prepararse para un trabajo, conseguirlo, mantenerlo o [**ascender**](#m0117hh4rych) en un trabajo.

La rehabilitación vocacional puede ayudarte de muchas maneras diferentes. Por ejemplo, pueden ayudarte a obtener [**tecnología de asistencia**](#fx4htgdgt24x) o atención médica. O ayudarte a determinar qué trabajos te gustarían. También pueden ayudar a obtener educación o capacitación.

En general, primero trabajas con un consejero para averiguar qué tipo de ayuda necesitas. Luego, estableces unos objetivos y elaboras un plan para alcanzarlos.

Cada estado y territorio de Estados Unidos tiene su propio programa de RV. Algunos lugares tienen dos programas de RV: uno para personas ciegas o con discapacidad visual y otro para todas las demás personas con discapacidades.

Para acceder a tu programa local de RV, haz clic en este [enlace](https://rsa.ed.gov/about/states).

**Vocational training; Vocational school; Trade school** [**(V)**](#c7aelyuizqny) - Capacitación vocacional; Escuela vocacional; Escuela de oficios

Es un tipo especial de [**educación posterior a la escuela secundaria**](#b6lxbejxhxrv) que te enseña [**habilidades para un oficio**](#ln6xa5mj6nzb).

**Volunteering** [**(V)**](#c7aelyuizqny) - Voluntariado

Hacer un trabajo sin cobrar.

Por lo general, las personas se ofrecen como voluntarias porque quieren ayudar a otras personas o a su comunidad. También puedes ofrecerte como voluntario para aprender más sobre el trabajo.

Puedes incluir el trabajo voluntario en tu [**hoja de vida**](#lkdjrxq7ysvy). A las personas que quizás te contraten les gustaría saber que has realizado muchos tipos de trabajo, incluido el voluntariado.

Puedes ofrecerte como voluntario para hacer muchas cosas. Algunos voluntariados incluso pueden ser [**remotos**](#3adz81ttg9z). Pero no puedes ofrecerse como voluntario para hacer un trabajo por el que se le paga a otra persona. Por ejemplo, puedes trabajar como voluntario en un banco de alimentos, pero no en un restaurante.

[**W**](#a2l2muybsui)

**Wages**  [(W)](#a2l2muybsui) - Salario

Si trabajas en cierto tipo de trabajos, te pagan una cierta cantidad de dinero por hora. Esto es un salario.

La cantidad de dinero que ganes dependerá de las horas que trabajes.

A los [**empleados**](#epj74np1tqtb) que reciben sueldo generalmente se les paga cada varias semanas, dependiendo del trabajo. Pregúntale a tu [**empleador**](#g75lumqza0m7) acerca de tu cronograma de pagos.

Los salarios son diferentes a los [**sueldos**](#42lbhuqvuwuz), que no cambian si trabaja más o menos horas.

|  |
| --- |
| Ejemplo:  Kyra trabaja como barista en una cafetería. Le pagan $13 por hora y normalmente trabaja 30 horas a la semana. Gana un poco menos de $1,500 por mes, porque parte de su remuneración se usa para pagar otras cosas como los seguros y los impuestos.  Algunas semanas, Kyra trabaja 20 horas en lugar de 30 horas. Eso significa que ganará menos dinero ese mes. |

**Work incentives** [**(W)**](#a2l2muybsui) - Incentivos laborales

Son normas especiales para las personas que reciben [**beneficios**](#o9ccv6185ygw), si van a trabajar.

Estas normas significan que no tienes que perder tus beneficios, incluso si estás trabajando y ganando dinero.

Los incentivos laborales que recibes dependen de tu situación personal.

El [sitio web](https://choosework.ssa.gov/) de [**Boleto para trabajar (Ticket to Work)**](#s40q7z5a8p5i) tiene mucha información sobre los incentivos laborales.

**Workplace readiness** [**(W)**](#a2l2muybsui) - Preparación para el lugar de trabajo

Es un grupo de habilidades que indica que estás listo para trabajar.

Algunas de estas habilidades son habilidades sociales, tales como saber cómo saludar a tus colegas o cómo ser [**auto defensor**](#uyt87m7eos0k).

Algunas son habilidades prácticas, tales como saber cómo tomar el transporte público para ir al trabajo o saber cómo pagar los impuestos.