

قم بتمييز كفاءاتك

هل توجد لديك خبرات ضمن مهنة معينة وتريد أن تعرف كيف تستغل في السويد خبراتك المستمدة من حياتك العملية ؟

عن طريق ملء استمارة استبيان التقييم الذاتي ستحصل على صورة شاملة عن الأشياء المطلوبة لهذه المهنة.

تقوم بعمل التقييم الذاتي عن طريق ملء استمارة استبيان تتعلق بمهنة معينة ضمن سوق العمل السويدي. إن الفكرة الكامنة وراء الاجابات هي استخدامها كدعم لك وبإمكانك أن تستخدم استمارة استبيان التقييم الذاتي خلال الحوار مع المسؤول عن معاملتك في مكتب العمل. يمكن أن تسهل الاجابات الأمر بالنسبة لمكتب العمل وبالنسبة لك للعثور على الاجراءات الصحيحة الموجودة ضمن مجموعة الاجراءات المتوفرة في مكتب العمل. ربما تحتاج إلى الدعم حول كيفية استخدام كفاءاتك في السويد والحصول على معلومات عن كيفية المضي إلى الأمام وتكملة تعليمك أو ممارسة التمرين العملي أو عمل تقييم لكفاءاتك.

إن الأسئلة الواردة في استمارة استبيان التقييم الذاتي مبنية على أساس الشروط المفروضة على مختلف المهن في السويد. تنطلق الاجابات من معرفتك وخبراتك ضمن المهنة.

يؤخذ بعين الاعتبار احتساب جميع أشكال المعرفة والخبرات المتوفرة لديك. تقوم بنفسك بتقييم كفاءاتك.

بإمكانك الانطلاق من الامور التالية لتعريف كفاءاتك:

1: بدون خبرات

- ربما تتوفر لديك المعرفة النظرية ولكنك تفتقر إلى الخبرة العملية.

2: خبرة بسيطة

- سبق أن مارست العمل ضمن هذا المجال لفترة تقل عن سنة واحدة.
- سبق أن جرّبت هذا العمل أثناء ممارسة التعليم.

3: خبرة جيدة

- توجد لديك مراجع/شهادات عمل حتى ولو كان الأمر يتعلق بفترة عمل لمدة سنة واحدة فقط.
- مارست هذا العمل في أماكن عمل متعددة ضمن نفس القطاع المهني.

4: خبرة كبيرة

- توجد لديك خبرة لا تقل عن سنة واحدة ضمن المهنة.
- توجد لديك خبرة عملية وباستطاعتك القيام بصورة سريعة نوعا ما ببدا العمل بصورة مستقلة.

5: خبرة كبيرة جدا

- بإمكانك أن تخضع لاختبار مباشر في مقر عمل كرئيس عمل، مدير أو خبير.
 - تتوفر لديك الخبرة فيما يتعلق بتنظيم وتطوير الأنشطة وتتوفر لديك الخبرة فيما يتعلق بالمهام العملية الإدارية والسيطرة.
 - تتوفر لديك خبرة فيما يتعلق بالتواصل حول كيفية ممارسة العمل ضمن المجال العملي وبإمكانك أن تحفز وتدفع زملاء العمل.
 - تتوفر لديك الخبرة التي تجعل بمقدورك تنظيم وتنسيق الموارد لمختلف المشاريع/ المجموعات/ مجالات الأنشطة/ زملاء العمل.
- استخدم الخانة الفارغة الموجودة في أسفل استمارة الاستبيان إذا أردت تطوير خبراتك. يمكن أن يتعلق الأمر بوجود خبرات لديك ضمن القطاع المهني ولكن لا توجد أسئلة تتعلق بهذه الأمور بالذات في استمارة الاستبيان للتقييم الذاتي.
- هل بإمكانك أن تثبت معرفتك بشكل ما، مثلا عن طريق شهادة خطية أو شهادة علامات؟ إذا كانت توجد لديك وثيقة وباستطاعتك جلبها فيمكن أن نقوم في مكتب العمل بمساعدتك على ترجمتها والتصديق على تقييمها عن طريق مجلس الجامعات والمعاهد العليا (Universitets- och högskolerådet) UHR.

استمارة التقييم الذاتي
الحلاقة (كوافير)

الخصائص	1 - 5 (تفتقر إلى الخبرة - خبرة كبيرة جدا)				
1. أنا ماهر في حسن استقبال العملاء	1	2	3	4	5
2. بمقدوري ضبط أعصابي في الأوضاع الحرجة	1	2	3	4	5
3. بمقدوري ممارسة العمل تحت ضغط الإجهاد النفسي	1	2	3	4	5
4. أعرف ماذا تعني بيئة العمل وفحواها	1	2	3	4	5
5. احترم القواعد السارية في مقر العمل	1	2	3	4	5
6. أحافظ على نظافة و ترتيب مقر عملي	1	2	3	4	5
الخبرات					
7. تتوفر لدي خبرة في العمل سويا مع الآخرين	1	2	3	4	5
8. تتوفر لدي خبرة في العمل بنفسني واتخاذ قرارات شخصية	1	2	3	4	5
9. تتوفر لدي خبرة في العمل كرئيس عمل	1	2	3	4	5
10. تتوفر لدي المعرفة في قص الشعر الأساسي بالمقص	1	2	3	4	5
11. تتوفر لدي المعرفة في استخدام الموس عند قص الشعر	1	2	3	4	5
12. تتوفر لدي المعرفة والخبرة في كيفية تخفيف الشعر	1	2	3	4	5
13. تتوفر لدي خبرة في قص شعر الأطفال	1	2	3	4	5
14. تتوفر لدي خبرة في قص شعر النساء	1	2	3	4	5
15. تتوفر لدي خبرة في قص شعر الرجال	1	2	3	4	5
16. تتوفر لدي خبرة في غسيل الشعر والشطف وتديلوك فروة الرأس	1	2	3	4	5
17. تتوفر لدي خبرة في تصفيف الشعر بالمجففة	1	2	3	4	5
18. توجد لدي خبرة في صبغ الشعر	1	2	3	4	5
19. توجد لدي خبرة في تبييض لون الشعر	1	2	3	4	5
20. توجد لدي خبرة في عمل خصلات مصبوغة	1	2	3	4	5
21. تتوفر لدي خبرة في تجعيد الشعر	1	2	3	4	5
22. تتوفر لدي خبرة في علم ألوان الصبغ	1	2	3	4	5
23. تتوفر لدي معرفة عما هي ردود فعل الحساسية التي يمكن أن تنجم عند صبغ الشعر أو تجعيد الشعر	1	2	3	4	5
24. تتوفر لدي خبرة في تزيين العروس وزينة الحفلات	1	2	3	4	5

25. تتوفر لدي خبرة في عمل قصات تزيين بسيطة	1	2	3	4	5
26. تتوفر لدي خبرة في تمديد وتطويل الشعر	1	2	3	4	5
27. تتوفر لدي خبرة في صبغ حواجب ورموش العين	1	2	3	4	5
28. تتوفر لدي خبرة في عمل ثقوب في الأنف والأذن	1	2	3	4	5

دُون هنا خبراتك المستمدة من مجال العمل والتي لم تتبين في الاستبيان والتي تود أن تقدم معلومات عنها لأنك ماهر فيها: