

## تحديد كفاءاتك ومؤهلاتك

هل لديك خبرة في مهنة ما وترغب بمعرفة كيفية الاستفادة من خبراتك المهنية في السويد؟ من خلال القيام بالتقييم الذاتي فإنك تحصل على فكرة عامة حول متطلبات المهنة.

ويمكنك القيام بالتقييم الذاتي من خلال ملء استمارة ذات صلة بأحد المهن الموجودة في سوق العمل السويدي. والغرض من إجاباتك هي استخدامها كوسيلة دعم لك، كما يمكنك استخدام استبيان التقييم الذاتي عند التواصل مع موظف تدبير العمل المسؤول عنك لدى مكتب العمل. وتجدر الإشارة إلى أن الإجابات قد تسهل على مكتب العمل (Arbetsförmedlingen) وعليك القيام بالاختيار الصحيح من بين المساعدات المختلفة المتوفرة لدى مكتب العمل (Arbetsförmedlingen). قد تحتاج إلى دعم ومساعدة بشأن كيفية الاستفادة من كفاءاتك في السويد، أو الحصول على معلومات حول كيفية المضي قدماً، أو استكمال تعليمك، أو التدريب أو القيام بعمل معادلة لكفاءاتك (توثيق شهادتك).

إن أسئلة التقييم الذاتي تعتمد على متطلبات المهن المختلفة في السويد. وتستند الإجابات على مهاراتك وخبراتك في المهنة.

يتم الأخذ في الاعتبار كافة مهاراتك وخبراتك. أنت من يقوم بتقييم مهاراتك.

هذا التقييم الذاتي خاص بمهنة الطاهي. إذا كنت قد عملت كطاهي من قبل، فمن الجيد أن تقوم بتقييم كفاءاتك وفقاً للأسئلة التالية، قبل القيام بمعادلة كفاءاتك أو ما شابه ذلك. إذا كان لديك خبرات مماثلة للخبرات المذكورة في هذا الاستبيان للتقييم الذاتي ولكن لم تعمل كطاهي، فيمكنك مناقشة تقييمك الذاتي مع موظف تدبير العمل المسؤول عنك فلربما تمضي قدماً بعمل معادلة لكفاءاتك. ومن المهم أن يكون لدى الشخص الذي سيتم عمل معادلة لكفاءاته خبرة عملية تطابق مهنة الطاهي في السويد على قدر الإمكان.

الوظائف المدرجة بكونها مؤهلة في مهنة الطاهي هي

طاهي (الطاهي الرئيسي\الطاهي التنفيذي\المساعد\طاهي\الطاهي التنفيذي\مساعد طاهي)

يمكنك أن تبدأ من ما يلي لتحديد كفاءاتك ومؤهلاتك. قد تحتاج إلى بعض التدريب والتعليم حتى وإن قمت بتقييم مؤهلاتك وخبراتك بمستوى مرتفع.

**1: لا خبرات\مؤهلات**

- هذا الاختيار يعني أنه قد يكون لديك معرفة نظرية لهذه المهنة ولكن لا تمتلك أي خبرة عملية

**2: خبرات\مؤهلات قليلة**

- هذا الاختيار يعني أنك قد مارست مهام العمل خلال الوقت الذي حضرته في التدريب أو التعليم

**3: خبرات\مؤهلات جيدة**

- هذا الاختيار يعني أن لديك مراجع توصيات وشهادة خبرة تبين أنك مارست العمل لمدة عام
- أن تكون قد عملت بعدة أماكن في القطاع ذاته

**4: خبرات\مؤهلات كبيرة**

- هذا الاختيار يعني أنك لديك خبرة لعدة سنوات في مهنتك
- لديك خبرة عملية كافية لبدء العمل بشكل مستقل على الفور تقريباً

**5: خبرات\مؤهلات كبيرة جداً في مهنتك**

- هذا الاختيار يعني أنه يمكنك العمل في مكان للعمل مباشرة كمشرف أو مدير أو خبير
- لديك خبرة في تنظيم وتطوير العمل ولديك خبرة في الإدارة والتنظيم
- لديك خبرة في التحدث عن الكيفية التي ينبغي بها إتمام العمل في هذا المجال، ويمكنك إشراك وتحفيز الموظفين
- لديك خبرة في تنظيم الموارد لمختلف المشاريع\المجموعات\القطاعات\الموظفين

قم باستخدام الجزء المخصص للكتابة الموجود في الجزء السفلي من الاستبيان إذا كنت ترغب بكتابة خبرات إضافية. يمكن أن يكون تعليقك بشأن امتلاكك لخبرة في المجال ولكن لا تتوفر أسئلة بهذا الشأن في استبيان التقييم الذاتي.

هل يمكنك تدعيم مهاراتك وخبراتك بأي شكل من الأشكال، على سبيل المثال من خلال تقديم شهادات خبرة أو شهادات دراسية؟ إذا كان لديك شهادات خبرة أو شهادات دراسية فيمكن لمكتب العمل (Arbetsförmedlingen) أن يقوم بمساعدتك في ترجمتهم وتوثيقهم (معادلتهم داخل السويد)

**استمارة التقييم الذاتي**
**طاهي**

5-1 (لا خبرة على الإطلاق - خبرة كبيرة جداً)					مؤهلات هامة في مهنة الطاهي
5	4	3	2	1	(1) أنا أجد التعامل مع الزبائن
5	4	3	2	1	(2) لدي القدرة على حل المشكلات بطرق إبداعية على سبيل المثال: تأخر السلع الطازجة عن موعد التسليم المتوقع عليه. يمكنني حل هذه المشكلة من خلال تغيير قائمة الطعام في آخر لحظة، أو الاتصال بموردين آخرين إلخ.
5	4	3	2	1	(3) أعلم ما تعنيه بيئة العمل وما تنطوي عليه على سبيل المثال: أهمية العمل بملابس العمل. لدي خبرة في العمل بوقت متأخر من الليل، أو العطلات (ساعات عمل غير مريحة). لدي خبرة في تقديم المعلومات حول كيفية تجنب زملاء العمل للحوادث في العمل.
5	4	3	2	1	(4) لدي القدرة على اتباع روتين وممارسات مكان العمل على سبيل المثال: التخطيط للمشتريات. تخطيط الموظفين والأعداد ومهام العمل. التأكد من أن التعليمات المقدمة للموظفين مهيأة للنشاط.
5	4	3	2	1	(5) لدي خبرة في حل مشكلات العمل واتخاذ القرارات وفقاً للمواقف المختلفة
5	4	3	2	1	(6) لدي خبرة في العمل الجماعي والتواصل مع الآخرين
5	4	3	2	1	(7) لدي خبرة في ضمان جودة عملي وأعمال الآخرين في المطبخ
5	4	3	2	1	(8) لدي خبرة في إعطاء التعليمات للآخرين
5	4	3	2	1	(9) لدي خبرة في تخصيص مهام العمل للموظفين
					<b>الخبرة في مكان العمل</b>
					(1) لدي خبرة في العمل في مطبخ مطعم في:

5	4	3	2	1	(a) مطعم كبير
5	4	3	2	1	(b) مطعم صغير
5	4	3	2	1	(2) لدي خبرة في العمل في مطعم للوجبات السريعة
5	4	3	2	1	(3) لدي خبرة في العمل في مطعم لوجبات الغداء
5	4	3	2	1	(4) لدي خبرة في العمل في مطبخ مدرسة تمهيدية (حضانة)
5	4	3	2	1	(5) لدي خبرة في العمل في مطبخ مدرسة
5	4	3	2	1	(6) لدي خبرة في العمل في مطبخ مستشفى
5	4	3	2	1	(7) لدي خبرة في العمل في مطبخ فندق
<b>المعرفة بشأن اتخاذ إجراءات النظافة الصحية في المطعم</b>					
5	4	3	2	1	(1) لدي معرفة بشأن الإجراءات المتعلقة بالنظافة الصحية عند التعامل مع الطعام
5	4	3	2	1	(2) لدي معرفة بشأن طرق انتقال العدوى واعلم كيف يمكن تجنب ذلك
5	4	3	2	1	(3) لدي خبرة في التعامل مع السلع المنتجة الخام قبل وأثناء وبعد الطبخ
5	4	3	2	1	(4) لدي معرفة حول كيفية تنظيف المعدات المستخدمة في المطبخ
5	4	3	2	1	(5) لدي خبرة في إعطاء اقتراحات حول كيفية طهي الطعام بطرق مختلفة
5	4	3	2	1	(6) لدي خبرة لمناقشة أهمية النظافة الجيدة مع الموظفين المسؤولين عنهم
<b>المعرفة بشأن الأنظمة الغذائية الخاصة</b>					
5	4	3	2	1	(1) لدي معرفة بشأن الأنواع المختلفة للأنظمة الغذائية الخاصة.  على سبيل المثال: الحساسية عدم تحمل اللاكتوز السيلياك (مرض حساسية القمح)
5	4	3	2	1	(2) لدي معرفة بأن بعض الأطعمة يمكن أن تسبب ردود فعل تحسسية

اعطي أمثلة لها:

5	4	3	2	1	(3) لدي معرفة بشأن النظم الغذائية النباتية
5	4	3	2	1	(4) لدي معرفة بشأن النظم الغذائية الخضرية

إذا كنت ترغب بإضافة توضيحات/معلومات بشأن خبرات أو مؤهلات لم تشتمل عليها الأسئلة أعلاه، فيرجى كتابة ذلك أدناه: