

مهارت‌های کاری خود را شناسایی کنید

آیا در زمینه یک شغل تجاری دارید و می‌خواهید بدانید چگونه می‌توانید از تجارب اکتساب شده در طول زندگی کاری خود، در سوئد استفاده کنید؟

از طریق انجام یک ارزیابی شخصی، تصویری از آنچه برای انجام یک شغل ضروری است، بدست خواهید آورد.

ارزیابی شخصی را از طریق پرکردن یک پرسشنامه که برای یک شغل معین در بازار کار سوئد تنظیم شده، انجام خواهید داد. هدف آن است که از پاسخ‌های بدست آمده بعنوان یک نوع حمایت برای شما استفاده شود و شما می‌توانید پرسشنامه ارزیابی شخصی را در گفتگوهای خود با کارمند اداره کاریابی مورد استفاده قرار دهید. پاسخ‌های بدست آمده می‌تواند به اداره کاریابی و شما در راستای انتخاب درست اقدامات حمایتی اداره کاریابی، سهولت ایجاد کند. شاید شما در مورد چگونگی استفاده از مهارت‌های کاری خود در سوئد، دریافت اطلاعات در مورد اینکه چگونه می‌توان اقدامات آتی را به انجام رسانده، تحصیلات خود را تکمیل نموده، کارآموزی کنید و یا مدارک یا مهارت‌های خود را مورد ارزشیابی قرار دهید، نیاز به پشتیبانی داشته باشید.

پرسش‌های مربوط به ارزیابی شخصی بر مبنای شروط لازم برای انجام شغل‌های گوناگون در سوئد، تنظیم گردیده‌اند. پاسخ‌های شما بر اساس دانش و تجارب شما در زمینه شغل مذکور خواهد بود.

همه دانسته‌ها و تجارب شما به حساب می‌آیند. این خود شما هستید که مهارت‌های کاری خود را مورد ارزیابی قرار می‌دهید.

این ارزیابی شخصی در مورد حرفه آشپزی می‌باشد. اگر شما بعنوان آشپز کار کرده‌اید خوب است که در آستانه ارزشیابی مهارتی یا موارد مشابه، بر پایه پرسش‌هایی که در زیر می‌آید، مهارت‌های کاری خود را تخمین بزنید. اگر دارای تجارب مشابه آنچه در این پرسشنامه ارزیابی شخصی آمده، هستید اما بعنوان آشپز کار نکرده‌اید، می‌توانید ارزیابی شخصی خود را با کارمند مسئول خود در اداره کاریابی مورد بحث قرار دهید تا برای یک ارزشیابی احتمالی اقدام کنید. این امر حائز اهمیت است که فردی که می‌خواهد مورد ارزشیابی قرار گیرد، دارای تجربیات کاری باشد که تا حد امکان با حرفه آشپز در سوئد، مطابقت داشته باشد.

حرفه‌هایی که دارای تخصص یا شایستگی در حرفه آشپزی هستند عبارتند از:

آشپز (سرآشپز/آشپز دوم/رئیس آشپزخانه/استاد آشپزخانه/آشپز کشتی)

برای شناسایی مهارت‌های کاری خود می‌توانید از گزینه‌های زیر استفاده کنید: حتی اگر مهارت‌های کاری و تجربیات خود را در حد بالایی تخمین بزنید هم، ممکن است نیاز به بعضی تحصیلات تکمیلی داشته باشید.

۱: فاقد تجربه/مهارت کاری

- در اینجا شاید شما دانش تئوریک در مورد این موضوع را دارید اما فاقد تجربه عملی باشید

۲: تجربه/مهارت کاری کم

- وظایف کاری مربوطه را در طول مدتی که یک دوره آموزشی را گذرانده‌اید، انجام داده‌اید

۳: تجربه/مهارت کاری خوب

- شما افراد معرف و گواهی کاری برای یک سال کار دارید
- شما در چندین محل کار در همان شاخه کاری کار کرده‌اید

۴: تجربه/مهارت کاری زیاد

- شما چندین سال تجربه کاری در زمینه این شغل دارید
- شما از یک تجربه عملی کافی برخوردارید که بتوانید براساس آن تقریباً بلادرنگ مستقلاً شروع به کار نمایید

۵: تجربه/مهارت کاری بسیار زیاد در یک موضوع

- شما می‌توانید بلادرنگ در یک محل کار بعنوان مدیر کار، رئیس یا کارشناس مورد آزمایش قرار بگیرید
- شما از تجربه سازماندهی و توسعه یک مجموعه برخوردار بوده و در زمینه انجام امور اداری و مدیریت تجربه دارید
- شما تجربه ارتباط برقرار کردن با دیگران در زمینه چگونگی اداره کار در زمینه کاری مربوطه را داشته و می‌توانید همکاران خود را علاقمند نموده و به آنان انگیزه بدهید
- شما تجربه سازماندهی منابع برای پروژه‌ها/گروه‌ها/زمینه‌های کاری گوناگون مجموعه/همکاران را دارید

اگر مایل به توضیحات بیشتر پیرامون تجربیات خود هستید، از محل درج آزاد متن، در پایین پرسشنامه استفاده کنید. این امر می‌تواند شامل آن باشد که شما تجربیاتی در این شاخه کاری دارید اما در یک موضوع معین که به تجارب شما ارتباط دارد، پرسشی در این پرسشنامه ارزیابی شخصی وجود ندارد.

آیا می‌توانید دانسته‌ها و تجربیات خود را بنحوی به اثبات برسانید، بعنوان نمونه از طریق ارائه گواهی یا مدارک؟ اگر گواهی یا مدارکی دارید، اداره کاریابی می‌تواند به شما برای ترجمه و ارزشیابی آنها کمک کند

پرسشنامه ارزیابی شخصی

آشپز

۱ - ۵ (فاقد تجربه - تجربه بسیار زیاد)					مهارت‌های کاری مهم در حرفه آشپزی
۵	۴	۳	۲	۱	۱) من در مواجه شدن با مهمانان مهارت دارم
۵	۴	۳	۲	۱	۲) من توانایی حل مسائل به شکلی خلاقانه را دارم بعنوان مثال: مواد غذایی تازه که مهم بوده و سفارش داده شده‌اند، در وقت مقرر بدست شما نمی‌رسند. من این مشکل را از طریق تغییر منوی غذا در نقایق آخر، تماس با فروشندگان دیگر و موارد مانند آن، حل می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳) من می‌دانم محیط کار چیست و شامل چه مواردی می‌شود بعنوان مثال: اهمیت کار کردن با لباس کار. من تجربه کار کردن در ساعات دیر وقت شب، تعطیلات را دارم (ساعات کاری نامساعد) من تجربه اطلاع رسانی در زمینه آنکه چگونه کارکنان می‌توانند از وقوع حوادث کاری جلوگیری کنند، را دارم.
۵	۴	۳	۲	۱	۴) من توانایی دنبال کردن روال کاری معمول در یک محل کار را دارم بعنوان مثال: برنامهریزی خرید. برنامهریزی کارکنان، تعداد و وظایف کاری. انجام اقدامات لازم جهت مطابقت دادن دستورالعمل‌های موجود برای کارکنان با مجموعه کاری.
۵	۴	۳	۲	۱	۵) من تجربه حل مشکلات کاری و تصمیم‌گیری براساس موقعیت‌های مختلف را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	۶) من تجربه همکاری و ارتباط برقرار کردن با دیگران را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	۷) من تجربه اطمینان یافتن از کیفیت کاری خود و دیگران در آشپزخانه را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	۸) من تجربه ارائه دستورالعمل به دیگران را دارم

۵	۴	۳	۲	۱	9) من تجربه تقسیم وظایف کاری به کارکنان را دارم
تجربه کار کردن در محیط های کاری					
					1) من تجربه کار کردن در آشپزخانه یک رستوران مطابق تعریف زیر دارم:
۵	۴	۳	۲	۱	a) رستوران بزرگ
۵	۴	۳	۲	۱	b) رستوران کوچک
۵	۴	۳	۲	۱	2) من تجربه کار در یک رستوران فست فود را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	3) من تجربه کار در یک رستوران که تنها نهار سرو می کند را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	4) من تجربه کار کردن در آشپزخانه یک کودکانستان را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	5) من تجربه کار کردن در آشپزخانه یک مدرسه را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	6) من تجربه کار کردن در آشپزخانه یک بیمارستان را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	7) من تجربه کار کردن در آشپزخانه یک هتل را دارم
اطلاعات در مورد چگونگی رعایت بهداشت در رستوران					
۵	۴	۳	۲	۱	1) من در مورد روال کار بهداشتی که هنگامی که فرد با مواد غذایی کار می کند باید رعایت شوند، اطلاع دارم
۵	۴	۳	۲	۱	2) من از راه های انتشار آلودگی ها و بیماری ها و نحوه پیشگیری از آنها اطلاع دارم
۵	۴	۳	۲	۱	3) من تجربه سروکار داشتن با مواد غذایی خام قبل، در طول و بعد از طبخ را دارم
۵	۴	۳	۲	۱	4) من در مورد چگونگی تمیز کردن تجهیزات که در یک آشپزخانه مورد استفاده قرار می گیرند، آگاهی دارم
۵	۴	۳	۲	۱	5) من در زمینه ارائه پیشنهاد در مورد نحوه طبخ مواد غذایی به شیوه های گوناگون، تجربه دارم
۵	۴	۳	۲	۱	6) من از تجربه بحث کردن پیرامون اهمیت رعایت بهداشت مناسب برای کارکنانی که مسئولیت آنها

					را بر عهده دارم، برخوردارم.
					دانش درباره خوراکی‌های ویژه
۵	۴	۳	۲	۱	(1) من در مورد انواع گوناگون خوراکی‌های ویژه، آگاهی دارم. بعنوان مثال: آلرژی‌ها آلرژی به لاکتوز آلرژی به گلوتن
۵	۴	۳	۲	۱	(2) من آگاهی دارم که بعضی مواد غذایی می‌توانند واکنش‌های آلرژیک ایجاد نمایند مثال‌هایی در این زمینه بیاورید:
۵	۴	۳	۲	۱	(3) من درباره خوراکی‌های ویژه افراد گیاهخوار اطلاع دارم
۵	۴	۳	۲	۱	(4) من در مورد خوراکی‌های ویژه افراد وگان (پرهیزکننده از فرآورده‌های حیوانی) اطلاع دارم

اگر مایل به توضیح بیشتر درباره تجربیات یا دانسته‌های خود هستید که در پرسش‌های بالا منعکس نشده، لطفاً آنها را در زیر شرح دهید: