

Persiska

Sida: 1 av 5

مهارت های خود را شناسایی کنید

آیا شما تجربه شغلی را دارا می باشید و می خواهید بدانید که چطور از این تجارب شغلی در کشور سوئد استفاده کنید؟

از طریق انجام ارزیابی شخصی می توانید یک تصویر از الزام این شغل پیدا کنید.

این ارزیابی شخصی را شما از طریق پرس کردن فرمی که به یک شغل در بازار کار سوئد وصل می باشد انجام می دهید. جواب ها به منظور کمک به شما طراحی شده و شما از این فرم ارزیابی شخصی می توانید بهنگام گفتگو با یک مشاور کاری استفاده کنید. این جوابها می تواند به اداره کار و شما کمک کند تا بتوانید در بین کمک و خدمات اداره کار انتخاب مناسبی کنید. شاید شما در چگونگی استفاده از صلاحیت های خود در سوئد نیاز به کمک دارید، نیاز دارید که بدانید چه اقداماتی باید انجام دهید، تحصیلات خود را تکمیل کرده، کارآموزی یا نیاز به ارزیابی مدارک تحصیلی خود دارید.

سوالات در فرم ارزیابی شخصی بر اساس الزام مشاغل مختلف در سوئد طراحی شده. جواب ها طبق دانش و تجارب شما در شغل مربوطه می باشد.

تمام دانش و تجارب شما حساب میشود. شما خودتان صلاحیت های خود ارزیابی می کنید.

شما می توانید طبق بند های زیر تجارب خود را شناسایی کنید

۱: بدون تجربه

- اینجا شما شاید دانش تئوری دارید اما هیچ تجربه عملی ندارید

۲: تجربه کم

- شما در این زمینه شغلی کمتر از یک سال کار کردید
- شما حین دوره تحصیلی خود این شغل را امتحان کرده

۳: تجربه خوب

- شما مراجع تایید و گواهی اشتغال برای مدت یک سال کار را دارید
- شما در چندین مکان مختلف در یک زمینه شغلی کار کردید

۴: تجربه زیاد

- شما حداقل یک سال تجربه کار در این شغل را دارید
- شما دارای تجربه عملی میباشید و می توانید نسبتاً سریع بطور مستقل شروع به کار کنید

۵: تجربه خیلی زیاد

- شما باید بتوانید که بلافاصله بعنوان سرپرست کار، رئیس یا متخصص در یک محل کار امتحان شده
- شما دارای تجربه در سازماندهی و توسعه کسب و کار و تجربه در اداره کردن و مدیریت دارید
- شما در عنوان کردن روش کار در زمینه شغلی مربوطه و در تشویق و انگیزه دادن به کارمندان تجربه دارید
- شما در سازماندهی منابع پروژه های مختلف برای /گروه /بخش /هیات ها را دارید

Persiska

Sida: 2 av 5

از این بخش خالی پایین این پرسشنامه استفاده کنید و تجارب خود را توضیح دهد. مثلا میتوانید در مورد تجارب خود در زمینه تخصصی که در این فرم ارزیابی شخصی قید نشده بنویسید.
آیا میتوانید توسط گواهی یا مدارک، دانش و تجارب خود را تایید کنید؟ اگر شما گواهی یا مدرک تحصیلی به همراه خود دارید، اداره کار میتواند به شما کمک کند تا توسط UHR (شورای دانشگاه و مدارس عالی) آنها را ترجمه و ارزیابی کنید .

Persiska

Sida: 3 av 5

فرم برآورد تمیز کاری

ویژگی ها	(تجربه زیادی دارید - هیچ تجربه ای ندارید) ۱-۵				
1. من در برخورد با مشتریان خوب هستم	۱	۲	۳	۴	۵
2. من می توانم در یک وضعیت دشوار آرامش خود را حفظ کنم	۱	۲	۳	۴	۵
3. من میتوانم در وضعیت استرسی کار بکنم	۱	۲	۳	۴	۵
4. من معنی محیط کار را درک می کنم	۱	۲	۳	۴	۵
5. من در یک محل کار می توانم به ضوابط آنجا ملزم باشم	۱	۲	۳	۴	۵
6. من محیط کار خود را تمیز نگهداری می کنم	۱	۲	۳	۴	۵
تجربه					
7. من تجربه دارم که تنهایی کار بکنم و بطور مستقل تصمیمگیری بکنم	۱	۲	۳	۴	۵
8. من تجربه دارم که با دیگران کار بکنم	۱	۲	۳	۴	۵
9. من در تمیز کردن خانه های شخصی تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
10. من در تمیز کردن محل کار تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
11. من در تمیز کردن دفتر کار تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
12. من در تمیز کردن بخش بهداشتی تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
13. من در تمیز کردن اماکن عمومی تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
14. من در تمیز کردن راه پله تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
15. من در کار با جارو برقی تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
16. من در گردگیری تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
17. من در شستن زمین تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
18. من در شستن توالت و سینک روشویی و خالی کردن سطل اشغال و سطل زباله تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
19. من در تمیز کردن کمد تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
20. من در تکان دادن پارچه و جارو کشیدن دیوار و پرده تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
21. من اهمیت بهداشت را در تمیز کردن میدانم	۱	۲	۳	۴	۵

Persiska

Sida: 4 av 5

22. من میدانم که چه مواد شوینده در سوئد استفاده میشود و چگونگی مصرف و زمان مصرف آنها را میدانم	۱	۲	۳	۴	۵
23. من میدانم که چه دستگاه های بهنگام نظافت استفاده میشود	۱	۲	۳	۴	۵
24. من در تمیز کردن و برق انداختن میل تجربه دارم	۱	۲	۳	۴	۵
25. من میدانم که چه مواد شوینده که با محیط زیست سازگار است وجود دارد	۱	۲	۳	۴	۵
26. من میدانم که چه مواد شوینده ای برای تمیز کردن فرش باید استفاده کرد	۱	۲	۳	۴	۵
27. من میدانم که برای تمیز کردن دیوار از چه موادی باید استفاده کرد	۱	۲	۳	۴	۵
28. من میدانم که چطور مبلمان را باید تمیز کرد (سندلی، مبلمیل پارچه ای)	۱	۲	۳	۴	۵
29. من میدانم که هنگام نظافت چه لباس های از آدم حفاظت می کند مانند دستکش، پوشاک و لباس و ماسک	۱	۲	۳	۴	۵
30. من میدانم که کفپوش را چطور تمیز کنم	۱	۲	۳	۴	۵
31. من میدانم که چطور کف سنگ را تمیز کنم (سنگ مرمر، سنگ آهک، گرانیت، سنگ لوح)	۱	۲	۳	۴	۵
32. من میدانم که چطور کفپوش سرامیک (کاشی و کاشی کف) را باید تمیز کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
33. من نحوه تمیز کردن کف چوبی را بلد هستم.	۱	۲	۳	۴	۵
34. من تجربه تمیز کردن سایت ساخت و ساز را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
35. من میدانم که چطور باید سقف، دیوار، زمین و مبلمان سایت ساخت و ساز را تمیز کرد	۱	۲	۳	۴	۵
36. من تجربه تمیز کردن یک آپارتمان، خانه یا دفتر نو ساز را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
37. من میدانم که چه مواد شوینده ای و مواد شیمیایی برای نظافت ساختمان نوساز استفاده میشود	۱	۲	۳	۴	۵
38. من تجربه شستن پنجره شیشه ای را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
39. من تجربه شستن آینه را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
40. من تجربه کار با شیشه پلکسی را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
41. من تجربه شستن پنجره هم از بیرون و هم از داخل را دارم	۱	۲	۳	۴	۵
42. من میدانم که چه موادی و چه ابزاری در شستن پنجره استفاده میشود	۱	۲	۳	۴	۵
43. من تجربه دارم که بعنوان سرپرست تیم کار بکنم	۱	۲	۳	۴	۵

Persiska

Sida: 5 av 5

تجربه خود را در این رشته که در فرم قید نشده را اینجا بنویسید :