

قابلیت های خود را شناسایی کنید

آیا در حرفه ای تجربه دارید و مایلید بدانید چگونه از تجربه حرفه ای خود در سوئد استفاده کنید؟
با انجام یک خودارزیابی، می توانید به دیدگاهی کلی از آنچه برای آن حرفه لازم است دست یابید.
شما با تکمیل یک فرم مرتبط با یک حرفه در بازار کار سوئد، خودارزیابی را انجام می دهید. پاسخ ها برای حمایت از شما هستند و شما می توانید از پرسشنامه خودارزیابی در ملاقات های خود با کارمند استخدام استفاده کنید. پاسخ ها می توانند به مرکز خدمات اشتغال و شما در انتخاب تمهیدات مناسب برای شما از سوی مرکز اشتغال، کمک کنند. ممکن است در یافتن روش استفاده از قابلیت های خود در سوئد یا اطلاعات لازم برای ادامه و پایان دادن به تحصیلات خود، کسب تجربه شغلی یا اعتبارات قانونی به حمایت نیاز داشته باشید.
پرسش های خودارزیابی بر اساس الزامات حرفه های مختلف در سوئد طراحی شده اند. پاسخ ها بر اساس دانش و تجربه شما در آن حرفه هستند.
تمام دانش و تجربه شما لحاظ می شود. شما قابلیت های خودتان را ارزیابی می کنید.
این خودارزیابی مهارت های مربوط به نصاب عایق بندی را تحت پوشش قرار می دهد:
از سطوح مشروح در زیر برای ارزیابی تجربه و قابلیت های خود استفاده کنید. با انجام این کار تضمین می شود که بهترین کمک ممکن را از مرکز خدمات اشتغال دریافت می کنید.

شما می توانید قابلیت های خود را بر اساس سطوح زیر شناسایی کنید:

1: بی تجربه

- در اینجا ممکن است دانش نظری را داشته باشید اما هیچ تجربه عملی نداشته باشید

2: دارای مقداری تجربه

- هنگام آموزش فرصت تجربه آزمایشی نیز داشته اید

3: دارای تجربه نسبی

- شما در رابطه با تجربه کاری یک ساله خود معرف و گواهی صادره از سوی کارفرما دارید

4: دارای تجربه مطلوب

- شما چندین سال تجربه عملی دارید و می توانید نسبتاً سریع کار خود را به طور مستقل شروع کنید

5: مجرب

- شما باید بتوانید فوراً به عنوان یک ناظر، مدیر یا کارشناس در یک محل کار تعیین شوید
- شما تجربه سازمان دهی و توسعه عملیات، و نیز مدیریت و رهبری را دارید
- شما تجربه برقراری ارتباط در مورد روش اجرای کار در محل را دارید و می توانید همکاران را مشارکت داده و به آنها انگیزه دهید
- شما توانایی تخصیص منابع به پروژه های مختلف/گروه ها/مناطق عملیاتی/همکاران را دارید

اگر می خواهید جزئیات بیشتری را درباره تجربه خود ارائه دهید، از فضای پایین این فرم استفاده کنید. ممکن است شما در یک بخش تجربه داشته باشید اما پرستی در رابطه با آن موضوع خاص در پرسشنامه خودارزیابی مطرح نشده باشد.

آیا می توانید به صورتی دانش و تجربه خود را برای مثال با گواهی های آموزشی و استخدامی اثبات کنید؟

مرکز خدمات اشتغال می تواند به شما در ترجمه و تصدیق آن مدارک کمک کند.

فرم خودارزیابی

نصاب عایق بندی لوازم گرمایشی، تهویه و فاضلاب

5-1 (بی تجربه - مجرب)					خصوصیات شخصی که برای این حرفه مهم هستند
5	4	3	2	1	1. در تعامل با مشتریان مهارت دارم
5	4	3	2	1	2. من می توانم در شرایط سخت خونسردی خود را حفظ کنم.
5	4	3	2	1	3. من محل کار خود را تمیز و مرتب نگه می دارم
5-1 (بی تجربه - مجرب)					تجربه و قابلیت هایی که برای این حرفه مهم هستند
5	4	3	2	1	4. من در زمینه کار و تصمیم گیری مستقل تجربه دارم
5	4	3	2	1	5. من در زمینه همکاری با دیگران تجربه دارم
5	4	3	2	1	6. من تجربه کار به عنوان یک ناظر را دارم
5	4	3	2	1	7. من با کارکرد سیستم های اولیه گرمایشی، تهویه و فاضلاب در ساختمان های مسکونی و صنعتی آشنایی دارم
5	4	3	2	1	8. من به اهمیت عایق بندی در سیستم های مختلف واقف هستم
5	4	3	2	1	9. من در نصب عایق آتش سوزی (حرارتی) مطابق با رسم ها و توصیفات تجربه دارم
5	4	3	2	1	10. من در نصب عایق های سرمایشی تجربه دارم
5	4	3	2	1	11. من در نصب عایق گرمایشی و تهویه مطابق با رسم ها و توصیفات تجربه دارم
5	4	3	2	1	12. من می توانم وجود پنبه نسوز در عایق کاری را تشخیص و اقدامات لازم را انجام دهم
5	4	3	2	1	13. من روش کار با مواد عایق بندی به روش صحیح زیست محیطی را می دانم

5	4	3	2	1	14. من می دانم از چه نوع تجهیزات ایمنی در رابطه با کارهای مختلف استفاده کنم
5	4	3	2	1	15. من با قوانین سطوح آلودگی صوتی، انتشار صدا و ایجاد دیواره های ضدصوتی با استفاده از عایق بندی آشنایی دارم
5	4	3	2	1	16. من دانشی مقدماتی در رابطه با تکنیک های آتش نشانی دارم
5	4	3	2	1	17. من می توانم کارهای برقی اولیه را انجام دهم
5	4	3	2	1	18. من در زمینه عایق بندی با لاستیک اسفنجی کار کرده ام
5	4	3	2	1	19. بر اساس یک رسم، می توانم به طور مستقل مصالح لازم را تهیه کنم، لوازم بالابر را انتخاب کرده و ورق ها و لوازم پلاستیکی را نصب کنم
5	4	3	2	1	20. من روش نصب و جاگذاری ورق های فلزی پیش ساخته را برای کانال های تهویه مکعبی و استوانه ای می دانم
5	4	3	2	1	21. من روش نصب و جاگذاری ورق های فلزی پیش ساخته را عایق بندی لوله و جاگذاری بر روی اشکال خمیده/مخروطی و سایر اشکال می دانم
5	4	3	2	1	22. من در زمینه عایق بندی با ورق های پلاستیکی و متداول ترین اتصالات برای عایق بندی لوله کار کرده ام
5	4	3	2	1	23. بر اساس رسم ها، می توانم به طور مستقل اتصالات ورق فلزی را تولید و بر روی لوله ها، کانال ها، مجراها و مخازن نصب کنم
5	4	3	2	1	24. من می توانم از متداول ترین مواد پرداخت صنعتی بر روی سطوح ورق استفاده کنم
5	4	3	2	1	25. من ورق سقفی را بر روی مخازن و بشکه ها نصب کرده ام
5	4	3	2	1	26. من علائم و اصطلاحات مورد استفاده در رسم ها را درک می کنم
5	4	3	2	1	27. من می توانم با استفاده از رسم ها و توصیفات، به طور مستقل کار عایق بندی را انجام دهم
5	4	3	2	1	28. من در مستند کردن و توصیف کار خودم تجربه دارم

اگر مایلید جزئیات بیشتری در مورد تجربه یا دانش خود ارائه دهید لطفاً آنها را در اینجا قید نمایید: