

Kartläggning generell kompetens – Deltagare

Deltagare		Personnummer
Telefon, dagtid	E-post	

Självskattningsformulär

Självskattningsformuläret är till för att du och din arbetsledare ska kunna se dina möjligheter, lyfta fram dina fördelar och se vad du eventuellt behöver tänka lite extra på. Detta ska vara en hjälp för dig i framtiden när du till exempel söker ett arbete. Både du och din arbetsledare ska fylla i formuläret, därefter jämför ni era resultat

Sätt ett kryss där du anser att du befinner dig på en skala mellan 1-10

1. Samarbetsförmåga

a. Jag har lätt för att samarbeta med arbetsledaren och arbetskamrater

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag har lätt för att följa instruktioner

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Jag kan när som helst avbryta mina arbetsuppgifter för att hjälpa andra och sedan återgå till egna arbetsuppgifter

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2. Självständighet

a. Jag klarar av att arbeta självständigt

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag är noggrann när jag utför ett arbete

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Resultatet av mitt arbete är bra

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

d. Jag plockar alltid undan efter mig innan jag går hem

Aldrig		Oftast		Alltid						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

e. Får jag problem med en uppgift så försöker jag lösa det

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Hur?

3. Uthållighet**a. Jag har tålamod även om arbetet är enformigt**

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag arbetar effektivt

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

4. Deltagande i samvaro**a. Jag söker kontakt med mina arbetskamrater**

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag deltar i samtalen på arbetsplatsen

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Jag hanterar svenska språket och försöker använda det

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

5. Motivation**a. Jag tycker om att arbeta och visar stort intresse för mina arbetsuppgifter**

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag slutför alla arbetsuppgifter jag åtar mig och tar ansvar för eventuella fel eller ändringar

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Jag är påhittig och tycker om att ha någonting att göra

Aldrig		Oftast						Alltid		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

6. Närvaro

a. Jag kommer till arbetet varje dag

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag sjukanmäler mig när jag är sjuk

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Jag kommer i tid till arbetet, efter raster och går hem vid avsatt tid

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

d. Jag ber om ledigt i god tid

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

7. Språkkunskaper

a. Jag har lätt för att förstå skriftliga instruktioner

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b. Jag har lätt att förstå muntliga instruktioner

Aldrig			Oftast				Alltid			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

c. Jag upplever att min svenska är

Dålig			Godkänd				Mycket bra			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

8. Hälsoaspekter

a. Jag upplever att min hälsa är

Dålig			Godkänd				Mycket bra			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



9. Arbetsförmåga

Så många timmar klarar jag att arbeta per dag

Om jag tar små korta raster

Om jag har lättare fysiskt arbete

Om jag har omväxlande arbetsställningar

Om jag har omväxlande arbetsuppgifter

Om jag får arbeta i eget tempo

Om jag har ett nära handledarstöd

I samma tempo som kollegorna

0%

10%

20%

30%

40%

50%

60%

70%

80%

90%

100%

10. Övrigt och anteckningar

Underlag för beömning

Service och bemötande

- Har ett välkomnande och ett öppet förhållningssätt till människor
- Har en förmåga att samverka med kunder och kollegor
- Ser möjligheter och utmaningar som de är och inte filtrerande genom förutfattade meningar, antaganden och erfarenheter

Kvalitet

- Arbetar efter arbetsplatsens framtagna rutiner och instruktioner
- Klarar givna volymer och tidsangivelser
- Uppnår den kvalitet som arbetsledningen har påvisat, varken under eller över

Teknisk kompetens

- Teknisk kunskap – förmåga att praktiskt lösa arbetsuppgifter

Redskap och maskiner

- Har kunskap om de vanligast förekommande maskinerna och redskapen, fackuttryck, funktion och användningsområde

Teoretisk kompetens

- Utbildning och teoretisk kunskap – förmåga att använda teoretisk kunskap i arbetet

Ergonomi, friskvård och fysisk arbetsmiljö

- Kan de olika arbetssätten, inställning av redskap, arbetsteknik och lyftteknik
- Ber om hjälp vid tunga och svåra lyft

Arbetsmiljö och yttre miljö

- Har kunskap om skydds- och säkerhetsbestämmelser
- Följer instruktioner för säkerhet och använder skyddsutrustning