



سپين غر د لوړو زده کړو مؤسسه (ننگرهار)

محصلانو چارو معاونيت

مشوره ورکونې او کارموندنې آمریت



Career & Counselling Intake Form (شغلي/کاري او رواني مشورې د نوم ليکنې فورم)

نېټه: / /

شخصي معلومات

نوم	پلار نوم	اي ډي نمبر	پوهنځی	اړيکې شمېره	ایمیل ادرس

ناسو د مشوره ورکونې او کارموندنې امریت په اړه له کومې لارې/چا په واسطه خبر شوی؟

مشاور/مرکز مسئول ☐ استاد ☐ ملگري/ټولگيوال ☐ اداري کارمند ☐ فارغ ☐ نورو ☐

لومړنۍ برخه: شغلي، کاري او مسلکي ازموينو اړوند ستونزې:

1) لاندې ذکر شويو مواردو کوومه برخه کې ستونزه/ستونزې لرئ؟ (يو او له يو څخه زيات هم انتخابولی شئ)

☐ دندې موندلو برخه کې ستونزې (خالي بستونو او دنده ايز فرصتونو څخه ناخبرتيا)

☐ CV ليکنه او کاورلېټر ليکلو برخه کې ستونزې

☐ دندې ته انلاين نوم ليکنې برخه کې ستونزې

☐ تخصصي او نورو مسلکي ازموينو ته نوم ليکنې برخه کې ستونزې

تاسې له دې وړاندې د ځان ارزونې (مهارتونو، تجربې، تصميم نيونې،) کومه ارزونه ترسره کړې ده؟ ☐ هو ☐ نه

ايا کمپيوټر او انټرنېټ ته لاس رسې لرئ؟ الف: ☐ هو ☐ نه

دويمه برخه: رواني روغتيا او تحصيلي برخې اړوند ستونزې

لاندې ذکر شويو کوم حالت کې ستونزې لرئ، يا مو ستونزې احساس کړې دي؟ (يو او له يو څخه زيات هم انتخابولی شئ)

☐ زده کړيزې تحصيلي ستونزې (مطالعه کې ستونزې، ازموينې وېره، وخت مديريت)

☐ شخصي اندېښنې (خفگان، اضطراب، ذهني يا رواني فشار، د اړيکو ستونزې، په ځان باور نه درلودل)

آيا کله مو هم رواني روغتيا د ستونزې حل په موخه درمل کارولي دي او که نه؟ (هيله ده لاندې ذکر شوي معلومات ځواب کړئ)

☐ نه ☐ هو د پوهنتون له پيل وړاندې ☐ پوهنتون له پيل وروسته ☐ اوس مهال درمل کاروم

که اوس مهال درمل کاروئ، هيله ده لاندې لېست کې يې نومونه او نور اړونده معلومات ذکر کړئ

درمل نوم	څومره مقدار استفاده کوئ (دوز کچه يې)	د چا لخوا پېشنهاد شوي

آيا تاسې كوم طبي ستونزه/ستونزې (ناروغي) لرئ؟ كه ځواب مو هو وي، مهرباني وكړئ لاندې يې نوم وليكئ، ددې تر څنگه كه مو درملنه كړي وي، څه ډول درملنه ده او مسؤل ډاكټر مو هم ذكر كړئ.

.....

.....

.....

.....

درېيمه برخه: لاندې ذكر شويو كومو برخو كې مشورو او همكاري تر لاسه كېدو ته اړتيا لرئ، مشخص يې كړئ

لاندې ذكر شويو كومو برخو كې غواړئ مشوره تر لاسه كړئ، يا مشوره وركوونې او كارموندنې آمریت لخوا درسره همكاري ترسره شي؟ (يو او

له يو څخه زيات هم انتخابولی شئ)

☐ دنده اييز فرصتونو څخه خبرتيا تر لاسه كول

☐ CV ليكنه او كاورلېټر ليكل

☐ دندې ته انلاين نوم ليكنه

☐ تخصص ته نوم ليكنه

☐ تحصيلي مشوره (مطالعي صحيح تگلارې، ازموينې ستريس كنترول، وخت مديريت او تحصيلي پلان جوړونه)

☐ رواني اختلالاتو (گډوډيو) مخنيوی او كنترول (رواني/ذهني فشار، ډيپريشن "ژور خفگان" او اضطراب)

مهرباني وكړئ هغه وختونه وټاكئ (ټك وكړئ) چې تاسې د مشورې (كونسلينگ) او همكاري تر لاسه كېدو لپاره مراجعه كوي

ورځ					وخت
چهارشنبه	سه شنبه	دوسه شنبه	يكشنبه	شنبه	
					08:00
					09:00
					10:00
					11:00
					02:00