



*Lifeworks*

*U ADEEGIDA BULSHADAHEENA IYO DADKA NAAFADA AH  
MAADAAMA AAN NOOL NAHAY OO AAN WADA SHAQEYNO*

Bogga kor Xiriiriyaha Lifeworks Wyatt Kihlstrom ayaa howsha ugu dambeysa ee gaariga ka qabanaya inta uu ku jiro xilligiisa shaqo sida nadiifiyo gaari ee jooga Chuck Spaeth Ford.

2965 LONE OAK DRIVE, SUITE 160, EAGAN, MN 55121  
**LIFEWORCS.ORG | T. 651-365-3773 | F. 651-454-3174**

Qaabab kale oo dokumentigan ah ayaa lagu heli karaa adigoo la xiriiraya: 651-454-2732.

**ADEEGYADA  
SHAQAALEYNTA**

U IFTIIMINNAYA DARIIQA  
SHAQADA SHAQADAAS OO  
NOQONAYSA MIHNOOYIN.

*Lifeworks*



# U IFTIIMINNAYA DARIIQA SHAQADA SHAQADAAS OO NOQONAYSA MIHNOOYIN.

Lifeworks waxaa hagaya aaminaada ah in dadka oo dhan ay shaqayn karaan.

Maalin kasta, waxaan awood siinaa boqolaal dad ah isla sida adiga oo kale marxalad kasta oo socdaalkooda shaqo ah ee qayb kasta ugu jira.

In ka badan 30 sano, Lifeworks waxay dad badan ay ka caawisay iskuxirida dadka iyo meheradaha sidii loo abuuri lahaa shaqaale kala jaad jaad ah, firfircoon, iyo shaqaale loo dhan yahay.



## SAHAMINTA SHAQAALEYNTA

Sahaminta Shaqaaleynta ee Lifeworks waa adeeg dadka naafada ah ka caawiya inay go'aansadaan haddii ay rabaan inay ka dhex shaqeeyaan bulshada oo taas waxay noqon karta tallaabada ugu horreysa ee muhiim u ah dhabbaha lagu helo shaqo ama mihnad.

Sahaminta Shaqada waxay kaa caawin kartaa inaad wax ka barato oo aad ku tijaabayso shaqooyinka kala duwan waxayna kuu soo bandhigaan oo baaraan shaqaalaynta bulshada iyadoo loo marayo hawlo ay ka mid yihiin:

- Manfacyada qorshaynta
- Khudbad soo jeediyayaal mihnad
- Booqashooyinka shaqo
- La talin
- Sahminta jaaliyadda
- Cilmi baaris waxbarasho

## HORUMARINTA SHAQEYNTA

Horumarinta Shaqaaleynta Lifeworks waa adeeg oo dadka naafada ah ka caawisa in ay wanaajiyaan xirfaddaha, ayna u dhisaan kartiyo, oo ayna ka caawiyaan inay bulshada dhexdeeda shaqo ka helaan.

Horumarinta Shaqaaleynta waxay kaa caawini karaan in aad bulshada dhexdeeda aad ka hesho shaqo - bixiya mushahar lagu tartamo - iyadoo loo soo marayo howlo sida:

- Qorida qoraal taariikh waxbarasho iyo shaqo (resume)
- Cilmi baarista suuqa shaqada
- Aqoonsiga mawduucyada shaqooyinka
- Jihaynta jaaliyadda
- Xaadirista meelaha shaqooyinka lagu soo bandhigo
- U diyaargarowga wareysiyada shaqada



## TAAGEERO SHAQAALEYN

Taageerada Shaqaaleynta Lifeworks waxay dadka naafada ah ay ka caawisaa inay sii haystaan shaqooyinkooda oo ayna sii korsadaan mihnooyinkooda.

Ha noqoto in mar dhow shaqada cusub lagaa shaqaalaysiiyay ama jagadaas aad heysay wakhti dheer siday ahaataba Lifeworks way ku caawin kartaa.

Howlaha Taageerada Shaqaaleynta waxaa ka mid ah:

- Abuurista aaladaha aad u baahan tahay ee kordhinnaya in aad noqoto gof madax-banaan
- Kuu fidinnaya tabo aad adigu isku maarayso
- Kaa caawinnaya in aad samaysato taageero iyo xiriir dabiici ah
- Loo shaqeeyayaasha la barayo sidii ay kaalin uga qaadan la'haayeen inay fududeeyaan

“[ISUDUWAHAYAGU] WUXUU  
ANIGU IGU DHIIRRIGELIYAY  
INAAAN HELO SHAQO AAN  
ANIGA DOONAYO, OO AAN  
AHAYN INAAAN KALIYA HELO.”

- Denise McCafferty, hore shaqo  
raadiye ka noqday  
Lifeworks Taageero Shaqaaleyn