

# الاستعداد للهجرة

## الاستعداد للهجرة الدائمة

كجزء من حصة اللاجئين، تم منحكم وكذلك المشمولين في طلبكم حق الإقامة الدائمة في فنلندا. من المهم أن تناقشوا موضوع هجرتكم الدائمة هذه مع أفراد العائلة فيما بينكم، وأن تتهيؤوا للسفر معاً.

## وثائق السفر

تذكر أن تأخذ كل ما لديك من وثائق للسفر وكل الهويات الشخصية. النسخ الأصلية من تلك الوثائق ستسهل تسجيلك في فنلندا وستسهل كذلك على عملية الحصول على وثائق جديدة.

## الشهادات المدرسية وشهادة العمل

سيتم تنظيم لقاء أولي للمهاجرين يهدف إلى تقييم أوضاعهم الدراسية. في هذا اللقاء سيتم سؤالك عن خلفياتك الدراسية والمهنية وعن أية وثيقة تتعلق بهما. لهذا فمن المهم جداً أن يأخذ المهاجر معه النسخ الأصلية لكل الوثائق والشهادات المتعلقة بالدراسة والعمل إلى فنلندا. تصديق الشهادات في بلد المنشأ تساعدك.

وجود الشهادات والوثائق معكم مهم، لأنها، أي الوثائق أو الشهادات التي حصلت عليها في بلدان غير فنلندا، ستكون بمثابة قاعدة الخطط الدراسية المستقبلية لكم، وإمكانية كونها كذلك قابلة للمعادلة في فنلندا.

## برنامج البحث عن التعليم والعمل

حتى تكون حاضراً للبحث عن تعليم مناسب لك في فنلندا، ابدأ من مكان تواجدك الحالي الخطوة الأولى في التخطيط لتعليمك أو انتسابك لعمل ما: اكتب في مخططك متى، أين، وماذا درست. أكتب كذلك مؤهلاتك المهنية والشخصية وأي عمل يناسب مؤهلاتك. إضافة إلى هذا، سيكون من المفيد جداً أن تقوم بإعداد تاريخ عملك أو ما يسمى بالسيفي.

سيبدأ الأطفال في فنلندا الدراسة فوراً في الصف التحضيري للتعليم الأساسي الخاص بالمهاجرين. من المفيد أن يحضر أولياء الأمور أطفالهم لمدارسهم ويبيتهم الجديدة. مواد التعليم الذاتي هذه تقدم معلومات أولية حول المدرسة والمدارس الفنلندية. يمكنكم الحصول على معلومات إضافية من خلال المواقع الموجودة في قسم الروابط المفيدة على هذا الموقع.

## الأدوية التي يصفها الطبيب

في المقابلة الأولية للمهاجر من قبل الممرضة، نحاول معرفة الأمراض السابقة، الأدوية واللقاحات. لهذا من المهم أن تأخذ معك كل وصفات الأدوية القديمة والتقارير الطبية، وإن أمكن كارت أو دفتر التلقيحات. تلك الأوراق ستسرّع العلاج والتشخيص الطبي في مكان إقامتك الجديد.

## التهيؤ النفسي للهجرة

من المهم جدا أن يتهيأ المهاجر لكل الاحتمالات والصعوبات التي من الممكن أن يواجهها هو وعائلته في موطنهم الجديد.

البدء من جديد في بلد جديد يوفر إمكانية تعلم الجديد، وكذلك النجاح أو الفشل. في البداية سيكون هناك الكثير من المسائل الجديدة التي ينبغي تعلمها وتوضيحها لكل أفراد العائلة. الأطفال سيذهبون إلى المدارس والكبار سيدخلون إلى المدارس التابعة لبرنامج التوطين. الكل سيتعلم اللغة الفنلندية والعائلة ستتعرف على العديد من الأشخاص وعلى موطنها الجديد.

البيئة الجديدة ستؤثر على أفراد العائلة بدرجات مختلفة وستغير من أدوار أفراد العائلة. كل أفراد العائلة، الأطفال والكبار، سيتعلمون لغة جديدة وكذلك تصرفات جديدة. في الغالب يتعلم الأطفال اللغة أسرع من آبائهم. ويمكن أن تكون لبعض للأطفال تعاملات خارج البيت أحسن من آبائهم وهو ما يمكن أن يغير دور الطفل في العائلة.

تعلم النساء طريقة المعاملات وذهابهم إلى العمل ربما يغير من دور العائلة. ويمكن أن يصبح الوضع على صورة لا يستطيع الآباء مساعدة أطفالهم فيها نظرا للصعوبات التي يواجهونها. يمكن التحدث حول وضع العائلة وبصورة خاصة مع موظفة الشؤون الاجتماعية. الاستبيان والتحدث بصراحة حول المشاكل العائلية يمكن أن يساعد العائلة على حل مشاكلهم أو التناقضات الناجمة عن الهجرة.

من المهم أن ندرك بأن التكيف مع الثقافة الجديدة غالبا ما يحتاج إلى استعداد قوي. أحيانا يحس المهاجر بالراحة لأنه يعيش في فنلندا في أمان. وأحيانا يحس بالوحدة وإلى الشوق للوطن نتيجة لغياب الأهل، متطلبات الحياة الجديدة، والاختلاف في القيم والدين. المسائل المزاجية المتعلقة بالتكيف في الموطن الجديد يمكن أن تناقش وبسريرة مع الممرضة أو الطبيب أو موظفة الشؤون الاجتماعية. كذلك يستطيع المهاجرون الآخرون المشاركة في تلك الهموم والأحاسيس. لا يمكن تحاشي الأحاسيس، لكن الانفتاح والصراحة تكونان مساعدتين في هذا.

ما يساعدك على النجاح هو أن تخطط للتعلم والمشاركة في سوق العمل. هذا التخطيط يجب أن يكون واقعا. يمكن طلب المساعدة في التخطيط من موظفة دائرة القوى العاملة وكذلك من موظفة الشؤون الاجتماعية.