|  |
| --- |
| [**Рекомендации к собеседованию при приеме на работу**](http://www.vashpsixolog.ru/areer-oriented-high-school/76-useful-information-for-students/216-recommendations-for-an-interview-for-employment) |

|  |
| --- |
|  |
| ***Как вы должны выглядеть, идя на собеседование?***   * Учитывая важность первого впечатления, вы должны выглядеть безупречно. * Накануне ложитесь раньше спать, важно предстать перед интервьюером отдохнувшим, здоровым и преуспевающим. * Оденьтесь соответственно общепринятым стандартам той сферы, работу в которой вы планируете получить. Так, например, одежда человека, претендующего на должность менеджера, должна отличаться от одежды претендента на должность ди-джея. * Одежда должна быть опрятной, чистой, хорошо отглаженной. * Исходите из того, что предпочтительно выглядеть современно, но не слишком модно. * Обувь должна сиять чистотой в любую погоду. * Уделите внимание аккуратной прическе и ухоженным рукам. Не направляйтесь па собеседование сразу из парикмахерской, вы будете в мелких волосках, которые могут испачкать ваш костюм. * Женщинам важно не переусердствовать с макияжем - некрикливая элегантность.  Это то, что нужно. Еще один совет женщинам: не акцентируйте свою сексуальную привлекательность, иначе вы предлагаете работодателю, прежде всего, не свой ум и профессиональные качества. * Одеколон или духи нанесите весьма умеренно. * Верхнюю одежду снимите в холле. * Подготовьте чистый блокнот и авторучку.   ***Ваша задача на собеседовании…***   * Быть естественным, приветливым, излучать положительные эмоции. Согласитесь, зажатое, испуганное существо непривлекательно.   ***Войдя в помещение, где проводится собеседование...***   * + Будьте вежливы и доброжелательны со всеми, кого встретите.   + Старайтесь демонстрировать манеры уверенного в себе человека.   + Спину держите прямо, не сутультесь, но и не слишком поднимайте подбородок, улыбайтесь, двигайтесь энергично, помните о приятном выражении лица.   Одним словом, контролируйте свои невербальные сигналы. ***Когда вы можете сесть?*** Когда вам предложат сесть. Если ожидание затягивается, спросите сами: «Где вы разрешите сесть?» ***Располагаясь, примите непринужденную позу, постарайтесь не напрягаться. Для этого...*** Сядьте свободно, не сутультесь, не наклоняйтесь слишком вперед, но и не откидывайтесь. Достаньте блокнот и ручку, чтобы сделать необходимые пометки в ходе беседы. Учтите, что в вашей сумке или портфеле должен быть идеальный порядок. Однако не слишком увлекайтесь записями. Все внимание уделите говорящему. Старайтесь смотреть в глаза интервьюеру, но не переусердствуйте. ***О чем, будет уместно спросить?*** Сколько времени отводится для беседы. Интервьюер оценит ваше уважительное отношение к чужому и своему времени. ***Можно ли на собеседовании курить?*** Нет. Даже не допускайте мысли о том, чтобы спросить о такой возможное!  ***Как поступить, если вам предлагают чай, кофе или другие напитки?*** Не отказывайтесь. Поблагодарите. ***В ходе беседы...***   * Внимательно слушайте, о чем вас спрашивают. Не распыляйте внимание. * Не спешите сразу же отвечать, на ходу подбирая слова. Возможны небольшие паузы для более точного выражения своих мыслей. * Не допускайте излишней жестикуляции. Лучше воспринимается тот, кто контролирует свои жесты, и тот, чьи жесты не противоречат словам. * Стремитесь не принимать закрытые позы. * Никогда не лгите. Все, что вы скажете, достаточно легко проверить. * Наблюдайте за невербальными сигналами интервьюера и в соответствии с ними корректируйте свои высказывания.   ***Готовясь к собеседованию, обязательно...***   * Продумайте, что и как вы расскажете о себе. * Сделайте акцент на последних успехах и достижениях. * Будьте готовы к ответу на вопрос о том, как вы представляете развитие своей карьеры. В настоящее время слово «карьера» теряет негативный оттенок, укрепившийся за ним в советский период. Карьера все менее связывается с такими понятиями, как «карьеризм», «выскочка». В наши дни карьера ассоциируется с успехом, продвижением вперед, профессиональным и должностным ростом.   ***Будьте готовы, к неожиданным вопросам или вопросам, которые на первый взгляд не относятся, к делу...*** Например, вас могут спросить: «Ну что вы делали сегодня?» или: «Чего вы хотите добиться в жизни?» ***Не солидно...*** Намекать, что у вас есть более выгодное предложение относительно работы. Не набивайте себе цену таким образом. ***Стоит, ли показывать рекомендательные письма на собеседовании?*** Только если вас об этом попросят. ***Можно ли задавать вопросы?*** Разумеется, да. Прием на работу - это двусторонний процесс. Непременно выясните все, что вас интересует о вашей будущей работе. Это подчеркнет ваш деловой настрой и многое прояснит, ***Что необходимо взять с собой на собеседование?*** Документы, подтверждающие вашу квалификацию, образование, дополнительные знания, резюме, рекомендательные письма. Хорошо, если вы представите образцы ваших работ - статьи. рисунки, проекты, макеты и т.п. ***Если вам предложат заполнить какие-либо анкеты, то...*** Лучше взять их с собой, заполнить дома в спокойной обстановке и вернуть как можно быстрее. Ваш имидж формируют многие детали, в том числе почерк, помарки, грамотность и др. ***Заканчивая беседу...*** Непременно договоритесь о том, когда и каким образом вы узнаете о результатах. ***Непременно...*** Поблагодарите интервьюера за внимание и время, которое он вам уделил. ***Если результат собеседования отрицательный...***  Не позволяйте себе расстраиваться. Воспринимайте это как приобретенный жизненный опыт. Извлекайте урок и в дальнейшем используйте полученные навыки поведения. Займите наступательную позицию в поиске работы.. Действуйте уверенно. Знайте, что благодаря вашим усилиям наступит день. когда вы получите работу. ***Сколько времени обычно требуется, чтобы, спокойно подготовиться к публичному выступлению?***  7дней до выступления - выбор темы, начало поиска материала. 6 дней до выступления - продолжение сбора материала, составление плана выступления. 5 дней до выступления - работа над текстом. 4 дня до выступления - работа над вступлением и заключением. 3 дня до выступления - при необходимости поиск дополнительного материала, доработка текста. 2 дня до выступления - первая репетиция. 1 день до выступления - вторая репетиция. ***Национальные особенности общения. Обратите внимание на различный смысл жестов в разных культурах.*** Например, в Японии жест приглашения совпадает с русским жестом прощания. Или У-образный знак пальцами в большинстве стран Европы означает «победу», а иногда цифру 2. ***Во* *всех ли странах приличным будет, сидя, закинуть ногу за ногу?*** В Америке это обычный жест, в Японии он будет воспринят как неприличный. ***Прилично ли вытягивать ноги?*** В России этот жест допускается в дружеской обстановке, в Японии он недопустим. ***Каких жестов следует избегать в арабских странах?*** Ступни ног, обращенные в сторону другого, поднятый кверху палец - неприличны. ***Мимика вашего зарубежного партнера по общению может отражать самые разные состояния, например...*** Если немец поднимает брови вверх- то это, скорее всего, говорит о восхищении чьей-то идеей. То же мимическое движение в Англии обычно воспринимается как выражение скептицизма. ***Какие жесты не будут адекватно восприняты арабами?*** Русский жест «прощай» (помахивание рукой) будет воспринят как подзывание. ***Какие жесты могут быть неадекватно восприняты японцами?*** Американский жест «о'кей» воспринимается в Японии как «дай копеечку». Намек на обман будет означать жест, когда человек потирает бровь кончиком среднего пальца. |