

Основные правила успешного собеседования или «Эффективная самопрезентация»

- Как сделать так, чтобы все остальные соискатели по сравнению с вами померкли в глазах работодателя?
- Как хвалить себя, чтобы верили?
- Как рассказывать о конфликтах и неудачах без вранья?
- Как показать свою заинтересованность и не упасть в цене?
- Как сохранить в памяти и не забыть в самый ответственный момент подготовленную самопрезентацию?

Хороший работник и человек, который умеет о себе грамотно рассказать, — две разные вещи. Необходимо развивать в себе навык самопрезентации, постоянно тренироваться.

Один из первых вопросов на собеседовании — «Расскажите о себе». Чтобы удержать внимание собеседника, речь должна уместиться в 5 минут, а самая важная информация — в первую минуту рассказа.

Структура:

1. Какая вакансия + предыстория встречи (нужно помочь собеседнику включиться в ситуацию).
2. Кто вы как работник (характеризуете свое отношение к данной работе).
3. Почему хотите именно эту работу.
4. Почему именно вы идеальный кандидат.
5. Каковы ваши условия (**не финансовые**).

Важно понимать, что вы приходите на собеседование не самоутвердиться, а **договориться** с работодателем о взаимовыгодных условиях. Предмет разговора — **не вы**, а то, как вы будете или не будете выполнять предложенную работу.

Возможные ошибки соискателя:

1. Не иметь своей коммуникативной цели.
2. Ждать, что задача рекрутера (работодателя) — «разглядеть ваш талант».
3. Быть плохо осведомленным об организации, куда вы хотите трудоустроиться.
4. Рассказывать о себе без соотнесения с конкретной вакансией.
5. Говорить общими словами.
6. Стесняться рассказывать о своих качествах и своих целях.
7. Угадывать социально желаемые ответы.

Ваша **коммуникативная цель** (что должно произойти в конце собеседования) будет разной в зависимости от того, кто проводит собеседование. Если ваш собеседник — непосредственный гипотетический руководитель, то целью будет получить предложение о работе с максимально выгодными для себя условиями. Если это посредник (внутренний HR, агентство-посредник и т.д.) — получить наикратчайший доступ к гипотетическому руководителю.

Ваш разговор с рекрутером (работодателем) должен быть построен на той коммуникативной цели, которую вы преследуете. К концу собеседования она должна быть достигнута.

Упражнения по созданию образа себя как работника:

1. Записать свое кредо (ваш девиз, любимая фраза).
2. Найти вашу внутреннюю метафору, как сотрудника (педагога, музыканта): «я, как,...».
3. Примерить спортивные роли: стаер, спринтер, форвард.
4. Выбрать любимую поговорку.

Образ обобщает все качества и делает вас запоминающимся по сравнению с другими кандидатами.

Как хвалить себя, чтобы верили:

1. Выбирать качества, соотносящиеся с работой.
2. Рассказывать истории, факты.
3. Описывать в действиях (глаголах) и в результатах.
4. Избегать социально желаемых ответов и общих фраз.
5. Использовать ключевые слова из описания вакансии и организации, раскрывая, как вы их понимаете.
6. Сохранять верность себе — не выдумывать.
7. **Внимательно слушать собеседника.**

Как рассказывать о неудачах без вранья:

1. Кратко (2-3 слова) назвать факт.
2. Выразить уважение и благодарность другим людям в этой ситуации.
3. Сказать о своих выводах.
4. Рассказать о ситуациях, где ситуация уже не повторилась.

Важно **не** вдаваться в подробности, **не** втягивать собеседника в роль судьи, **не** оправдываться, **не** ругать и порицать других людей.

О чем на собеседовании лучше промолчать

1. Приписывать себе: обязанности, которые вы не выполняли, умения, которыми на самом деле не владеете, места работы, которых не существует, — все это абсолютное табу для человека, настроенного на успешную карьеру

2. Слишком короткий период работы.

Например, короткий период работы, не отраженный в трудовой книжке, — человек ошибся, ему не понравился коллектив или работа показалась неинтересной и он уволился через неделю-две после трудоустройства. Вносить ли подобный короткий период работы? Едва ли. Пишите в резюме только то, что действительно значимо. Но, если этот короткий период работы отражен в вашей трудовой книжке, то вопрос о причинах столь стремительного увольнения непременно возникнет на собеседовании. Обманывать работодателя не следует: честно скажите, что ошиблись, приняли неправильное решение при трудоустройстве, а потом поняли свою ошибку и, не теряя понапрасну времени на неинтересной для вас работе, уволились.

3. Как быть, если причиной увольнения стал серьезный конфликт с руководством или коллегами?

Рассказ о том, как вас третировал начальник и как вы страдали от мелкого вредительства коллег, будет очень серьезным минусом вашей кандидатуры в глазах нового руководства. Такого соискателя вполне могут счесть конфликтным, неконструктивным и не умеющим работать в команде. С другой стороны, явный обман с вашей стороны может раскрыться, если работодатель, решит обратиться за рекомендациями на ваше прежнее место работы. Как же быть? Искать золотую середину. Продумайте ваш ответ так, чтобы он не был обманом, но и не лишил вас возможности трудоустройства. Не критикуйте бывшего шефа за глаза, будьте готовы найти что-то хорошее в полученном с его помощью опыте. «У нас с бывшим руководителем расходились взгляды по некоторым рабочим вопросам»; «Я благодарна команде за то, что она научила меня работать в рамках часто меняющихся условий, но все же моей целью является несколько иная работа», — такие ответы, если они прозвучат искренне, вполне удовлетворят рекрутера.

4. О личном.

Иногда рекрутеры задают вопросы о личной жизни соискателя. Бывает, что они кажутся кандидатам не слишком этичными, — в таком случае вы можете деликатно уйти от ответа. Лгать, конечно, не следует, но и рассказывать по своей инициативе о пережитом вами разводе или о планах через год завести ребенка вас никто не обязывает. В этой ситуации важно облечь свой ответ в дипломатичную форму. Например: «В резюме сказано, что вы разведены. Что стало причиной развода?» — «Не вполне понимаю, какое

это имеет отношение к моей будущей работе, но раз вы спрашиваете, готов ответить. Мы с супругой/гом просто не сошлись характерами».

5. Подработки, неудачи, проблемы...

Не стоит по своей инициативе рассказывать работодателю о подработках, которыми вы занимались, будучи сотрудником предыдущей организации: это заставит его задуматься о том, готовы ли вы отдаваться работе целиком. Промолчать лучше и о том, что у вас когда-то были проблемы с алкоголем, но вы с этим справились, и о прочих личных проблемах, которые давно и успешно решены. И все же грань между ложью и умолчанием очень тонкая. Промолчать о каких-то серьезных обстоятельствах, которые впоследствии могут повлиять на вашу работу (например, о том, что ваш ребенок часто болеет и вам придется время от времени брать больничный), — значит, подвергнуть риску свою репутацию порядочного человека. Иными словами, вам решать, о чем говорить, а о чем молчать на собеседовании.

Как показать заинтересованность и не упасть в цене:

1. О прошлой зарплате: «На последнем/нынешнем месте я зарабатываю N тысяч рублей».
2. О рынке: «Специалисты моего уровня стоят на рынке именно столько».
3. О значимости для организации: «Своей работой я ..., и справедливым будет вознаграждение — ...»

Помимо оклада, можно называть конкретные мотивирующие вас факторы.

Как запомнить домашние заготовки:

1. Записать свое PR-сообщение из 7 слов.
2. Сделать таблицу соответствий фраз из резюме и вакансии.
3. Сделать 5 карточек по частям рассказа со словом-якорем для каждой части.
4. Рассказать свою самопрезентацию десять раз десяти разным людям.
5. Не заучивать текст.