

## Рекомендации к собеседованию при приеме на работу

### ***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 на 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 присесть?»

### ***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 возможности!

### ***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», «высочка». 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 уделит.

***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.

***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 вверх 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.