



368600, Республика Дагестан, г. Дербент, ул. Буйнакского 61 «а», тел: 8(87240) 4-72-02, 8(8722) 777-447
E-mail: spo_kbmer@mail.ru www.kbmer.ru

Методические рекомендации

Как подготовиться к самопрезентации на собеседовании?

Самопрезентация на собеседовании — один из важнейших этапов интервью. Она может сыграть решающую роль, поэтому обязательно подготовьте ее заранее!

Самопрезентация на собеседовании: 10 основных правил

1. Наладьте контакт

В начале разговора вы парой предложений настраиваете связь с собеседником. Этот этап переговоров называется *small talk*. Можно использовать следующие варианты: *«У вас очень приятный и просторный офис»* или *«Как легко к вам доехать, очень удобное расположение»*. Словом, все, что впишется в формат встречи и сможет выступить прологом для будущей беседы.

2. Превратите собеседование в диалог

Превратить рассказ о себе в диалог — часть успеха. Во время монолога через 15-20 секунд внимание слушателя начинает рассеиваться. Человек кивает головой и даже заинтересованно смотрит в глаза, но его мысли витают далеко.

3. Начинайте с ключевой информации

Преподнесите ее кратко, но информативно. Покажу на своем примере. *«Добрый день, меня зовут Елена Беликова. Я карьерный консультант и коуч. Работаю в сфере управления персоналом на позиции HR-директора. Поэтому я досконально знаю процесс поиска работы как со*

стороны кандидата, так и со стороны работодателя — от составления резюме и сопроводительного письма, до выбора каналов поиска, собеседования и получения оферта».

4. Учтите потребность работодателя

Спросите себя, какие основные проблемы должен решать специалист на этой позиции, что привнести своим приходом в компанию, а также — в чем проблематика работодателя, в связи с которой, собственно, и открыта вакансия.

Во время самопрезентации старайтесь ненавязчиво вставлять ответы на эти вопросы. Это покажет вашу ценность как специалиста для компании.

5. Проанализируйте свой опыт

Расширьте пункты, которые приближены к вакансии и минимизируйте нецелевую информацию. Вы претендуете на позицию менеджера по продажам, а 15 лет назад подрабатывали официантом? Не стоит вспоминать об этом. Это снижает информативность презентации.

6. Продумайте структуру самопрезентации

Желательно, чтобы самопрезентация на собеседовании была составлена в таком порядке:

- какой профессиональный опыт и важные навыки вы получили;
- что это дало вашей карьере, какие профессиональные достижения сделало возможными;
- в каких направлениях вы повышаете свою экспертизу;
- если вы меняете сферу, то почему и как выбрали именно эту;
- подведите итог с фокусом на будущее — какие профессиональные изменения планируете, исходя из своего опыта и навыков.

Избегайте вырванных из контекста фактов. Каждый последующий тезис должен продолжать и дополнять предыдущий.

7. Включите пункты, которые ответят на частые вопросы работодателя

- «Почему вы решили прийти к нам на собеседование?»
- «Чем заинтересовала позиция и что вы знаете о нашей компании?»
- «Что отличает вас от остальных кандидатов?»
- «Ваши основные навыки и опыт, которые вы можете выделить?»
- «Как вы видите свою работу на данной позиции?»

- «Какие ваши планы по развитию на будущее?»

Говорите максимально открыто, а ответы распределите по тексту самопрезентации.

8. Предоставьте цифры

В них заключается конкретика. Поэтому работодатель очень ценит цифры не только в работе, но и на этапе собеседования. Например, какое количество проектов вы закрыли, на какие показатели в итоге вышли. Можно презентовать это в формате «было — стало». Укажите ваши KPI, где видно положительную динамику. Это ценная информация на интервью.

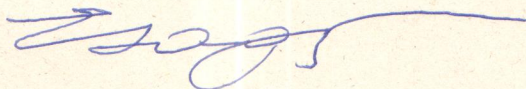
9. Продумайте, как вы будете говорить

Здесь речь идет о невербальном общении. Контролировать его возможно только при подготовленном тексте. Согласитесь, тяжело брать под контроль свои жесты и мимику, когда у вас в голове хаос. Поэтому сперва проработайте четкий план речи, отрепетируйте текст перед зеркалом или вместе со специалистом, а затем приступайте к отработке невербального поведения.

10. Внешний вид — часть самопрезентации

Вы можете подготовить идеальный текст для самопрезентации на собеседовании и отточить идеальные жесты и мимику. Но все это перечеркнет неуместный стиль одежды или неухоженная обувь и неаккуратная прическа. Все должно быть в гармонии и создавать цельную картину.

Зав.практикой



Сагеева И.С