# 

# Проходим собеседование: ТОП-32 совета как получить приглашение на должность

Вы откликнулись на вакансию, и работодатель пригласил на интервью ― прекрасно! Возможно, у вас начнется новый этап в жизни, и нужно постараться не упустить удачу, ведь результаты встречи во многом зависят от вас. Как себя вести, что надеть и какие вопросы задавать, чтобы успешно пройти собеседование, расскажем в статье.

## Виды собеседования в 2022

Если раньше собеседованием назывался простой разговор начальника с потенциальным сотрудником, то сейчас HR-специалисты придумывают новые, нестандартные подходы к отбору кандидатов на должность. Интервью может проходить в разных форматах.

### Личная встреча



Это традиционный вариант. Разговор тет-а-тет, как правило, проходит в кабинете руководителя. Иногда на нем присутствует сотрудник по подбору персонала. Индивидуальное интервью преследует несколько целей:

* подтвердить информацию, изложенную в резюме;
* определить компетенции потенциального работника;
* узнать, каков он в общении.

На личной встрече могут попросить выполнить небольшое задание или пройти тестирование. У рекрутера появляется возможность оценить личностные качества человека: он наблюдает, как пришедший реагирует на некоторые высказывания, владеет ли специализированной терминологией.

Формат личного собеседования имеет несколько разновидностей.

1. **Структурированное**. В этом случае наниматель действует по стандартной схеме: задает ряд вопросов, которые касаются образования, предыдущего опыта, ожиданий и профессиональных планов. Задача ― составить первое впечатление о кандидате на должность.
2. **Ситуационное.** Второе название ― кейс-интервью. Соискателю предлагают смоделировать какую-либо ситуацию и рассказать, что он будет делать. Например, начальник может спросить, как будет вести себя будущий менеджер, если ему удастся заключить контракт на очень крупную сумму, а нужного товара на складе не окажется. В ходе ситуационного собеседования можно понять, как мыслит человек, чтобы соотнести его предложения с принятыми на фирме способами решения сложных задач.



1. **Проективное**. Чтобы оценить кандидата, рекрутер просит проанализировать поступки и действия какого-то «персонажа». В основе этой методики лежит предположение, что человек объясняет поведение других людей, основываясь на личном жизненном опыте. HR-специалист или руководитель фирмы могут спросить: «Зачем человек лжет?». На основе ответа соискателя делается вывод о честности его самого.
2. **Поведенческое**. На этом собеседовании предлагают рассказать о реальных ситуациях, которые запомнились на прошлой работе. Например, какие качества и личностные черты, указанные в резюме, помогли найти выход из сложных обстоятельств и завершить проект.
3. **Стрессовое**. Особенность этого интервью ― в сознательном погружении кандидата в напряженную обстановку. Работодатель, выступая в роли провокатора, задает много вопросов и делает это так, чтобы кандидат нервничал. Например, руководитель может заставить ждать собеседования час, два и даже больше или заявить, что не ждал соискателя. Он может кричать, ругаться матом, закидывать ноги на стол, разговаривать по телефону ― словом, делать все, чтобы проверить, как кандидат будет вести себя в нестандартных ситуациях. Работодатель может ввести в стрессовую ситуацию не только неудобными и некорректными вопросами. Известны случаи подпиливания ножки стула, на котором будет сидеть пришедший человек.

Многие HR-специалисты не приветствуют подобный формат проведения переговоров. Некоторые утверждают, что такие фирмы не заслуживают внимания. Выбранный способ отбора сотрудников негативно сказывается на бренде и позиционировании компании: соискатели обязательно поделятся впечатлениями со знакомыми, а сила сарафанного радио известна всем. Вряд ли хорошие специалисты, находящиеся в поисках новой должности, захотят иметь дело с «неадекватными» людьми, унижающими и оскорбляющими незнакомого человека.



*Главная задача личного собеседования ― познакомиться с кандидатом, определить уровень его профессиональных компетенций и манеру общения. Интервью включает один или 2-3 этапа. Во втором случае кандидат сперва встречается с HR-менеджером, а потом ― с непосредственным потенциальным руководителем. Компания сама устанавливает, сколько будет встреч и формат их проведения.*

### Групповое интервью

Это второй вид собеседований, куда приглашают сразу несколько кандидатов на должность. Как правило, оно проходит в формате разговора или непродолжительной бизнес-игры.

Групповую встречу назначают, если на место в фирме претендуют много желающих, а работодателю необходимо как можно быстрее закрыть вакансию. Обычно такой формат выбирают, если надо найти администратора, курьера, продавца, промоутера.

Задача интервью ― отсеять неподходящих кандидатов и сфокусировать внимание на тех, кто проявил себя (был активным, общительным, инициативным, дружелюбным). Если собеседование проходит в виде игры, руководители выделяют тех, кто заявляет о себе как о лидере команды и берет на себя ответственность при решении какой-либо задачи. Того, кто прошел первый этап, приглашают на индивидуальную беседу.

### Комиссия

На встречу с потенциальным сотрудником приходят несколько представителей фирмы. Каждый из членов такой комиссии задает вопросы и ставит оценки в специальных бланках. Как правило, должность получает тот, кто набрал больше других баллов. Подобные интервью чаще всего проводятся при поступлении на государственную службу.

### Онлайн-собеседование



Современные технологии позволяют проводить интервью дистанционно. Этот формат используют, когда на вакансию претендуют много людей или компания набирает «удаленных» сотрудников.

Для связи с соискателями HR использует разные способы:

* мессенджеры WhatsApp, Telegram, Viber, Skype;
* виртуальные платформы Zoom, Microsoft Teams, VideoMost, TrueConf;
* сервисы видеоинтервью VCV, Lime-prime или Skillaz. Их особенность в том, что общение не проходит в режиме реального времени. Работодатель заранее готовит список вопросов, а кандидат может ответить на них в любое удобное время, записав сообщение на видеокамеру и отправив в компанию.

## Этапы собеседования и методы отбора кандидатов

Как именно будет проходить встреча, зависит от ее формата. Индивидуальное интервью обычно проводится по следующей схеме.

1. Соискатель заполняет небольшой опросник.
2. Работодатель (HR или руководитель) выделяет основные моменты по вакансии и фирме.
3. Претендент на должность выясняет важные для себя вопросы.
4. При необходимости ему предлагают выполнить задание или пройти тест.
5. В конце встречи определяется срок рассмотрения кандидатуры и обратной связи.

Работодатель может менять этапы местами, например, выдать ТЗ еще до встречи или вовсе опустить этот момент. Однако этот способ отбора используют довольно часто. Его предлагают людям творческих профессий, у которых должны быть определенные навыки. Тестовое задание получают дизайнеры, копирайтеры, программисты, корректоры. Если соискатель успешно проходит этот этап, ему назначают встречу с руководством, зовут на стажировку или сразу оформляют в штат.



*Человек может проходить несколько собеседований: чем крупнее фирма, тем тщательнее она подходит к набору персонала.*

Групповая встреча включает несколько этапов.

1. Заполнение анкеты.
2. Представление компании.
3. Бизнес-игра.
4. Вопросы.
5. Прощальная часть.
6. Обратная связь.

Обычно соискатель узнает о том, принят он на работу или нет, на следующий день после встречи. Иногда на принятие решения уходит несколько дней.

Для отбора кандидатов используют разные методики. Самые распространенные мы собрали в таблице.

| **Название** | **Особенность** |
| --- | --- |
| Анкетирование | Соискателям предлагают в письменной форме рассказать о себе и своих профессиональных навыках. |
| Беседа | Ее проводит HR-специалист или руководитель (отдела, подразделения, фирмы). Беседа позволяет оценить, соответствует ли кандидат требованиям, и насколько он заинтересован в конкретной должности. |
| Собеседование с психологом | Оно проводится в формате стандартной беседы или тестирования. Специалист оценивает личностные особенности претендента, его невербальное поведение, стрессоустойчивость. Он может предложить выполнить тест на IQ, психотип, коммуникативность. |
| Тестирование | Проводится, когда необходимо узнать уровень компетенций и способность кандидата справиться с должностными обязанностями. |
| Проверка на полиграфе | Это законный способ, который используется для отбора персонала, и бояться его не нужно. Проверка на детекторе говорит о том, что работодатель максимально заинтересован в человеке и лишний раз хочет убедиться в его честности и искренности. |

## Подготовка к собеседованию: пошаговый план



Отбор начинается со знакомства менеджера по персоналу с резюме кандидатов. Есть несколько рекомендаций по его составлению:

* резюме должно быть кратким. Не надо присылать потенциальному начальнику «простыню» ― только четкие факты об образовании, профессиональном опыте, умениях и навыках;
* в тексте не должно быть орфографических и пунктуационных ошибок. Резюме ― визитная карточка соискателя, его лицо, которое не должно быть запачкано;
* название резюме ― это имя+фамилия. И никак иначе. У рекрутера нет времени, чтобы переименовывать присланный документ;
* вставлять фотографию вовсе не обязательно.

После того как вы отправили резюме, ждите звонка. Некоторые приглашают на собеседование на завтра, другие компании не спешат и могут позвать на встречу через неделю.

Представим, что заветный день настал, и вас ждут на интервью. Что нужно сделать?

1. Позвонить, если у вас возникли новые вопросы к потенциальному работодателю. Не лишним будет уточнить, предусмотрен ли в фирме офисный стиль в одежде и как лучше доехать до здания, если оно расположено в малознакомом районе.
2. Собрать информацию о компании из доступных источников. Изучите корпоративный ресурс, блог директора, социальные сети организации и убедитесь, что ее деятельность вам близка, интересна и отвечает имеющимся навыкам. Не пропускайте разделы с ценностями и миссией (если таковые есть на веб-ресурсе). Отыщите отзывы сотрудников, которые когда-то трудились в этой организации. Моменты, вызывающие сомнения и смущения, стоит выписать, чтобы обсудить с работодателем.
3. Подумать, что и как вы будете рассказывать об основных моментах своей профессиональной деятельности. Вас обязательно спросят о прошлом опыте, например, о трудностях, с которыми вы сталкивались. Чтобы не «плавать» и не уходить от ответа, у вас в запасе должны быть описания пары-тройки реальных рабочих ситуаций.
4. Продумать образ. В организации может быть введен дресс-код, и ваши кроссовки и худи станут неуместными. Зайдите на сайт фирмы, поищите фотографии из офиса. Если их нет, придерживайтесь правила: ваши одежда и обувь должны быть, в первую очередь, сдержанными (не слишком яркими, вульгарными и вызывающими), а во вторую ― удобными.



1. Находясь у дверей, еще раз набрать номер, чтобы уточнить, в какой кабинет идти и кого спрашивать. Если вас встретили и повели в зал переговоров, заведите легкую беседу, например, о погоде. Это поможет немного расслабиться и снять напряжение.

На собеседовании вы также можете задавать вопросы потенциальному начальнику или представителю HR-службы ― заготовьте список, чтобы уточнить моменты по обязанностям, графику, заработной плате, отпуску. И не забудьте взять с собой копию резюме, ручку и блокнот!

## Какие вопросы могут задать + ответы на них

Многие работодатели не отличаются оригинальностью и порой задают одни и те же вопросы. К интервью стоит подготовиться заранее. Полезно даже отрепетировать вслух, как вы будете отвечать, чтобы показать себя с лучшей стороны.

**«Почему вы покинули предыдущее место работы?»**

Об этом спрашивают на 99,9% собеседованиях. Причин может быть много, и у каждого соискателя она своя. Кто-то достиг определенного потолка в заработной плате. Кто-то переехал в другой район, так что добираться до офиса стало неудобно. Третьих не устраивает система поощрений, четвертых сократили или уволили.



Какая бы ни была причина, всегда следует сказать правду. Если вы добились успеха, но продолжали топтаться на месте, не поднимаясь по карьерной лестнице, так и говорите, но при этом не забывайте подкрепить фактами свои слова ― в чем именно выражаются ваши достижения. Следует добавить (если это на самом деле так), что перед уходом вы обсудили с руководством перспективы, но не пришли к общему решению, которое устроило бы обе стороны.

Если вас не устраивала заработная плата, говорите об этом прямо. При этом приготовьтесь, что вас спросят, почему начальник не повысил ее и вообще за что он должен был сделать надбавку. Если причина в увольнении или сокращении, тоже не скрывайте этот факт. Объясните, почему так произошло, особенно если она не касается ваших профессиональных компетенций.

**«Почему вы хотите стать членом именно нашей компании?»**

Вы легко ответите на этот вопрос (и прежде всего, самому себе), если тщательно изучите предложения других работодателей и сравните их с тем, которое сделали в данной компании. Подумайте, чем она отличается? Что именно вас заинтересовало в вакансии ― перспективы, корпоративная политика, местонахождение офиса, заработная плата? Если вам что-то известно о деятельности фирмы, обязательно упомяните об этом на собеседовании, к примеру, вам понравилось, что организация участвует в благотворительных проектах города или помогает детскому дому.

Нестандартные ответы, которые впечатлят потенциального руководителя:

* я давно пользуюсь вашими услугами / покупаю товары вашего бренда. Они мне нравятся, потому что....;
* я подписан на ваш паблик в социальной сети и мне нравится, что вы делаете. Я думаю, что мы мыслим в одном направлении;
* я хочу развиваться в сфере ... (направление деятельности компании) и достичь в ней больших успехов. Уверена, что в вашей команде у меня это получится.

**«Кем вы себя видите через 5 лет после вступления в должность?»**

****

С помощью этого вопроса рекрутер старается понять, соответствуют ли планы развития фирмы с планами кандидата. Смогут ли стороны добиться их реализации и как быстро это может произойти.

В каждой организации есть свой «маршрут специалиста». Например, ассистент, спустя определенный срок, может стать младшим сотрудником, потом старшим, далее ― руководителем проекта, в конце ― начальником отдела. На собеседовании важно выяснить, действительно ли существует такое «движение» или вам придется сидеть на одном месте. Карьерного развития может и вовсе не быть ― людям с амбициями приходится либо переходить в другой отдел, либо увольняться.

Постарайтесь выяснить численность и структуру компании. Если информации нет в открытых источников, имеет смысл прямо спросить об этом представителя фирмы.

**«Почему мы должны взять в штат именно вас?»**

Одна вакансия ― это, как правило, не один кандидат, и вы должны выделиться на общем фоне. Работодатель желает слышать, чем вы отличаетесь от других претендентов. Расскажите о своих преимуществах ― какие профессиональные навыки у вас есть.

**«Сколько времени вы ищете работу?»**

Задача вопроса ― понять, почему вы не можете устроиться в какую-либо компанию и как вы к этому относитесь. Говорите честно: проходили курсы повышения квалификации, форс-мажорные семейные обстоятельства и т. д. Любая причина ― нормальная.

**«Сколько вы хотите получать?»**

****

Это довольно щекотливая тема: не хочется завышать ожидания и в то же время называть небольшую цифру. Еще до собеседования проведите анализ рынка вакансий и узнайте средний размер заработной платы специалиста вашего уровня. Посчитайте, сколько вам необходимо на обязательные платежи (аренду жилья, коммунальные услуги, продукты, проезд и т. д.), добавьте сумму, которую ходите откладывать на «черный день» и прибавьте еще 10%, которые могли бы потратить на развлечения и другие приятные покупки. Куда лучше не договориться с потенциальным руководством, чем поступить на должность, которая не устраивает вас по зарплате.

**Нестандартные вопросы**

С недавних пор у рекрутеров появился новый тренд ― загадывать «дурацкие загадки». Мало кто задумывается, зачем это нужно. Однако они помогают выявить некоторые личностные качества и оценить когнитивные способности. Рассмотрим несколько примеров.

| **Вопрос** | **Что оценивают** |
| --- | --- |
| Что можно сделать из спичечного коробка? Придумайте 10 оригинальных ответов. | Воображение, способность к творческому, креативному мышлению. |
| Как бы вы решали проблемы с водой, если б жили на Луне? | Умение устанавливать причинно-следственные связи, логика, способность обнаруживать риски и устранять их. |
| Как можно сломать будильник? | Творческое мышление, упорство. |
| Допустим, есть продукт, который может изменить мир. Как бы вы его рекламировали? | Знание принципов маркетинга. |
| Если бы были конфетой, то какой? | Креативность, умение видеть что-то оригинальное в стандартных вещах и ситуациях. |
| Нужно придумать дизайн телефона для глухих людей. Какой он должен быть? | Умение выходить за рамки. |
| Как бы вы рассказали ребенку, что такое синхрофазотрон? | Умение говорить просто о сложном. |

## Как вести себя на собеседовании



Чтобы произвести хорошее впечатление, примите во внимание следующие рекомендации.

1. Будьте вежливы. Даже настоящие суперпрофи проваливают переговоры, если держатся угрюмо и резко отвечают на вопросы короткими фразами. Приветливая улыбка может обезоружить даже самого строгого и требовательного работодателя ― не игнорируйте этот факт. Внимательно слушайте представителей компании, не перебивайте и тем более не спорьте. Обязательно отключите звук мобильного телефона и обращайтесь к представителю организации на «вы» (или заранее обговорите комфортную для всех форму общения).
2. Не горбитесь и не сутультесь. Прямая осанка ― это не только красиво. Это еще и признак уверенности ([Как стать уверенным в себе и почему это важно для карьеры](https://mamicoach.ru/kak-stat-uverennym-v-sebe/) узнайте из нашей статьи). Когда плечи расправлены, голос звучит громче и тверже, а в легкие попадает больше воздуха. Далее запускается физиологическая цепочка: больше воздуха ― лучше кровообращение ― мозг соображает быстрее.
3. Следите за словами. На собеседовании вам понадобятся навыки красноречия и публичных выступлений. Работодатель не будет слушать человека, который что-то бубнит себе под нос, постоянно использует слова-паразиты и не может сформулировать мысль до конца. Хорошо, если вы порепетируете дома перед зеркалом приветствие и ответы на часто задаваемые вопросы. Постарайтесь не употреблять слова, выражающие неуверенность ― «наверно», «возможно», «скорее всего». Говорите глаголами ― «умею», «могу», «знаю», «сделал». Не перегружайте присутствующих профессиональными понятиями и терминами. Если собеседование проводит HR, вряд ли он знает все тонкости и нюансы вашей специальности.
4. Не нужно пересказывать резюме. Его уже изучили, но бегло. Ваша задача ― заострить внимание на самых важных пунктах и раскрыть их за пару-тройку минут.
5. Приводите примеры. Старайтесь каждое слово подкреплять цифрами, фактами, кейсами. Это касается и личностных качеств, но применимо к трудовой деятельности.
6. Если вы проходите онлайн-собеседование, не стесняйтесь включать камеру. Работодатель непременно захочет увидеть вас и составить первое впечатление. Во время общения также нужно демонстрировать доброжелательный настрой, говорить четко, громко и по делу. Периодически стоит переспрашивать, хорошо ли вас видно и слышно.

Во время беседы не избегайте зрительного контакта, а в конце обязательно уточните, когда ждать решения и когда можно позвонить, если ответ не поступит через указанный период.

Если вы сильно нервничаете перед собеседованием, держите в голове три правила:

* предупредите о своем тревожном состоянии сотрудника компании (волноваться ― это нормально!);
* прокрутите в голове забавную ситуацию или анекдот, чтобы переключиться с навязчивых тревожных мыслей и немного расслабиться;
* помните, что даже если вы не займете вакансию, ничего ужасного не случится. Вы получите полезный опыт в прохождении собеседования и в следующий раз легко справитесь с этим испытанием, но уже в другой компании.

## Что рассказать о себе и что спросить у работодателя



Импровизировать на переговорах о приеме в штат компании сложно, да и ни к чему. Эксперты советуют продумать не только ответы на возможные вопросы со стороны интервьюера, но и то, что вы поведаете о себе. В идеале должен получиться монолог на 2-4 минуты.

Рассказ должен представлять вас как специалиста ― почему вы пришли в профессию, какое имеете образование, где работали, что умеете и чего достигли. Рекрутерам не нравится, когда соискатель начинает акцентировать внимание на вещах, не связанных с трудовой деятельностью: им не важно, что вы любите вышивать крестиком, но зато они с удовольствием послушают, как вы справляетесь с профессиональными обязанностями в режиме многозадачности.

Формально-биографический «абзац» вашего монолога должен быть сокращен, но сводить рассказ к простому перечислению фактов тоже не стоит. Пытайтесь подчеркнуть свою индивидуальность, заинтересованность в должности, мотивацию, а также делайте акцент на навыках и способностях.

*Хороший кандидат всегда найдет, что сказать о себе. Он не будет задавать встречных вопросов, например, «Что именно вы хотите узнать?» ― работодатель уже спросил то, что хотел. Он будет принимать решение не только на основе трудовой биографии, с которой он ознакомился в резюме. В ходе собеседования оцениваются и внешний вид, и речь, и навыки самопрезентации.*

Вы, как претендент на должность, можете также задавать вопросы, уточняя непонятные моменты. Это хорошая практика ― выяснить все, что называется, на берегу. Она поможет избежать недоразумений в будущем.

**Примерные вопросы работодателю**

| **Категория** | **Пример** |
| --- | --- |
| Обязанности | * Чем конкретно я буду заниматься? * Эта вакансия новая или она уже существовала в организации? Если новая, каких результатов вы ждете от сотрудников? Если старая ― почему уволился специалист? * Кто будет руководителем? Сколько человек в отделе? * Предусмотрен ли испытательный период? Сколько он длится? |
| Заработная плата | * Официальная ли зп? По какому графику выплачивается? * Бывали ли задержки выплат и с чем они связаны? * Есть ли штрафы? * Как можно увеличить размер заработной платы? Что для этого надо делать? Какие есть поощрения, премии, бонусы? |
| Профессиональный рост | * Продвигаются ли сотрудники компании по карьерной лестнице? * Что нужно сделать, чтобы получить более высокую должность? * Предусмотрено ли корпоративное обучение? |
| Организационные моменты | * Какой график? * Бывают ли командировки? * Как отпроситься в случае внезапной болезни или семейного форс-мажора? * Оплачивается ли отпуск? * Как долго ждать обратную связь по результатам разговора о приеме в штат? |

## Топ-32 совета, которые помогут получить работу



Собеседование ― это всегда стресс. Как подготовиться к нему и успешно пройти интервью? Ответ ― в наших полезных рекомендациях.

**#1 Вода**

Возьмите с собой на интервью бутылку чистой воды без газа. Как только почувствуете сильную тревогу, медленно сделайте несколько глотков ― напряжение пройдет. Дело в том, что во время питья активность дыхательного центра снижается, и нервная система постепенно приходит в состояние покоя.

**#2 Талисман**

Наверняка у вас есть вещица, которая приносит удачу: красивая брошь, монетка, маленькая статуэтка, мягкая игрушка. Возьмите ее с собой, положив в сумку. Зная, что с вами рядом есть «счастливый предмет», вы будете увереннее и спокойнее.

**#3 Вера в себя**

Если вы еще до интервью будете программировать мозг на неудачу, так и случится. Позитивный настрой, особенно в поиске работы, очень важен. Чтобы обрести его, попробуйте аффирмации, которые помогут переключиться на успех и зарядиться бодростью ([Топ-440 аффирмаций на любой случай, которые изменят вашу жизнь](https://mamicoach.ru/top-440-affirmacij-na-ljuboj-sluchaj-kotorye-izmenjat-vashu-zhizn/), вы найдете в нашей статье).

**#4 Слабые стороны**

Не стесняйтесь говорить о своих недостатках, но если только о них спросит работодатель. Заранее продумайте ответы на каверзные вопросы и не паникуйте, когда их услышите. Просто будущему начальнику хочется узнать, как вы поведете себя в нестандартной ситуации.

**#5 Кофе**

Этот напиток придает силы и бодрость, поэтому не отказывайтесь от него, если секретарь предложит чашечку.



**#6 Успокоительное**

Его рекомендуется принять только в крайнем случае ― если ноги и руки действительно трясутся. При этом доза должна быть минимальной, ведь вы не должны сидеть перед представителями фирмы как сонная муха и еле ворочать языком.

**#7 Подготовка**

Еще до собеседования постарайтесь найти максимум информации о компании. Изучите корпоративный сайт, почитайте отзывы, если есть знакомые, которые там работают, поговорите с ними. Встреча ― это не только оценка вас как специалиста. В ходе интервью вы тоже будете оценивать компанию и решать, соответствует ли она тому, что пишут и говорят.

**#8 Литература**

Если вы давно находитесь в поисках новой должности, не поленитесь ― купите и прочтите современную книгу о последних трендах профессии. Вам нужно освежить знания, чтобы быть в теме разговора.

**#9 Планирование**

Заложите на поход в офис компании пару часов, чтобы никуда не спешить и не поглядывать на часы. Прибудьте примерно за 30 минут до интервью ― лучше немного подождать, чем показать себя непунктуальным человеком.

**#10 Свежее дыхание**

Поверьте рекламе ― оно, если не облегчает понимание, то хотя бы настроит на приятное общение. Пожуйте жвачку с мятным вкусом и не забудьте выбросить ее перед собеседованием.



**#11 Часы**

Наденьте на встречу с работодателем свои лучшие часы ― они поднимают статус. Не бойтесь показать себя, особенно если претендуете на высокую руководящую должность.

**#12 Прием пищи**

Человек так устроен, что не может хорошо думать на голодный желудок, поэтому за пару часов до собеседования подкрепитесь. От сильного напряжения и стресса может разболеться голова, а вам необходимо быть собранным.

**#13 Одежда**

Идите на интервью в том, что нравится, но помните, что на вас не должно быть ничего а-ля «вырви глаз» и вульгарного. Наденьте то, в чем будете чувствовать себя максимально комфортно, уверенно и удобно. Необязательно покупать новую рубашку или платье. Наверняка в гардеробе есть пара-тройка комплектов для офиса. Позаботьтесь о том, чтобы одежда выглядела опрятной и чистой ― никаких пятен и заломанных складок!

**#14 Душ**

Помимо одежды, чистой должна быть и голова, причем как у женщин, так и у мужчин. Примите душ, чтобы ощущать свежесть и заряд бодрости.

**#15 Имя**

Приложите все усилия, чтобы запомнить имя людей, которых вам представляют. Не стесняйтесь записывать информацию в блокнот. Если вы будете обращаться к человеку по имени, то произведете благоприятное впечатление. Переспрашивание ― признак нервозности.

**#16 Жесты**

Невербальное поведение говорит о многом. По мимике и жестам можно понять состояние человека ― беспокойство, напряженность или, наоборот, расслабленность. Не принимайте закрытую позу: не надо скрещивать руки на груди и класть ногу на ногу. Проследите, чтобы ладонь была сухой и теплой ― рукопожатие должно быть твердым и уверенным.

**#17 Документы**

Не забудьте взять на собеседование распечатанное резюме, диплом об образовании, сертификаты о прохождении курсов, удостоверение о повышении квалификации. В большинстве случаев интервьюер не просит предоставить их, но бывают и исключения. Вы же продемонстрируете свою собранность и подготовку.

**#18 Выигранное время**

Если какой-то вопрос от нанимателя окажется неожиданным или сложным, не бойтесь попросить пару минут на обдумывание. Переспрашивайте, когда непонятно, уточняйте ― за это время в голове сформируется правильный ответ.



**#19 Раскрытые ладони**

Ладошки, направленные вниз, говорят о том, что человек склонен к доминированию ― вам не нужно это демонстрировать перед потенциальным работодателем, даже если все не так. Человек подсознательно считывает язык тела, и если кандидат будет держать руки под столом, то этот жест будет восприниматься как скрытность, неуверенность. Не надо постукивать пальцами по столу или подлокотникам кресла ― признак нетерпения и нервозности.

**#20 Отзеркаливание**

Чтобы расположить собеседника и настроить его на доброжелательную волну, используйте технику «Хамелеон». Выполняется просто ― ведите себя также, как визави, как будто вы танцуете с ним. Если работодатель немного наклонился в кресле, сделайте то же самой, откиньтесь немного на спинку стула. Если он взял ручку, то и вы возьмите свою, как будто приготовившись записывать что-то важное.

**#21 Инициатива**

Стандартное собеседование длится примерно 30 минут. Редко, когда на интервью уходит час или более. Во время беседы вам будут задавать «традиционные» вопросы, но и вы должны брать инициативу в свои руки. Когда наступает момент? Внимательно следите за тем, что говорит руководитель. После фразы «Вроде бы, можно закончить, я все спросил», можно вступать в игру и ненадолго поменяться ролями. Спрашивайте обо всем, что хотите узнать и уточнить: о графике, заработной плате, условиях предоставления отгулов и отпуска, командировках и больничных. Многим начальникам нравится, когда сотрудники стараются выяснить какие-то моменты, поэтому не стесняйтесь. Куда печальнее, если вы ответите, что и вам все ясно и просто уйдете.

****

**#22 Уважение**

На собеседование могут позвать не вас одного ― соискателей может быть несколько. Для экономии времени и первичного отбора HR часто назначает групповую встречу. Вас не должно это пугать. Наоборот, появляется прекрасная возможность выделиться и показать себя во всей красе. При этом не забывайте об уважении к другим кандидатам. Не нужно смотреть на них косо, резко высказываться в адрес других и критиковать за какие-то слова. Обычно на групповом интервью претендентам на должность дается несколько минут для самопрезентации. Регламент устанавливается в начале встречи, постарайтесь его придерживаться.

**#23 Созерцание**

На собеседовании всегда нервно. Можно забыть не только профессиональные термины, но даже свое имя. Чтобы успокоиться, сделайте глубокий вдох и оглядитесь вокруг: рассматривайте сотрудников компании, обстановку в офисе, картины и плакаты, цветы ― все! Детали расскажут о фирме, а созерцание поможет привести нервную систему в норму.

**#24 Тишина**

На время интервью отключите телефон. Интервьюер не должен слышать звонок и сигналы приходящих сообщений. Вы тоже. Предупредите близких, в какие часы вас нельзя беспокоить.

**#25 Туалет**

Банально, но если во время беседы с работодателем приспичит, вы начнете спешить и ошибаться. Заранее позаботьтесь, чтобы не было никаких позывов.

**#26 Контроль**

Специалисты по подбору персонала тоже люди. В потоке выполнения рабочих заданий они могут забыть позвонить соискателю, чтобы рассказать о результатах. Если в обозначенный срок вы не получили ответа, наберите HR в конце дня и узнайте итог. Вы не должны пребывать в неведении, ждать, надеяться и верить.

**#27 Торг**

Самый щекотливый момент на собеседовании ― обсуждение денежного вознаграждения. Если вы уверены в своем опыте, знаниях, умениях и профессиональных навыках, просите больше! Не отказывайтесь от предложения руководителя фирмы, скажите, что оно вам интересно, но вы хотите обсудить премию, компенсацию и другие бонусы. Не соглашайтесь на зарплату, которая ниже ваших ожиданий, только потому что вам нужна работа. Цените себя!



**#28 Дегустация**

При возможности еще до собеседования обязательно попробуйте продукты, которые производит компания, или закажите услугу, которую она предоставляет. Если вы твердо намерены остаться в той фирме, изучите ее досконально.

**#29 Искренность**

Не делайте из рекрутеров и руководителей дураков ― не пытайтесь казаться тем, кем вы не являетесь. Специалисты по подбору персонала могут легко раскусить обманщика, ведь они уже видели много разных людей. Не врите и не приукрашивайте собственные достоинства. Рано или поздно обман все равно раскроется. Будет, мягко говоря, очень неловко.

**#30 Восстановление**

Перед важным интервью выспитесь, помедитируйте, сходите на пробежку, вкусно позавтракайте ― сделайте то, что заставит почувствовать себя максимально бодрым и настроиться на позитивный лад.

**#31 Заряд**

Не прячьте свои положительные эмоции ― вы пришли получить новую должность, и перед вами открываются двери в новую жизнь. Эта мысль должна вдохновлять и поднимать настроение. Зарядите своими эмоциями рекрутера! Пусть ему захочется улыбнуться в ответ и пожелать хорошего дня.

**#32 Вторник 10:30**

Не знаем, почему именно, но это время считается лучшим для прохождения собеседования. Работодатель уже успел выпить чашку кофе, планы на неделю расписаны, команда трудится, он еще не устал ― вам, как кандидату, это только на руку. Если специалист по подбору персонала предоставляет право самому выбрать время встречи, предложите 10:30 вторника.

## Типичные ошибки новичков

Поговорим об индивидуальном интервью ― самой распространенной формой проведения собеседования. В этом случае кандидат, как правило, встречается один на один с менеджером по персоналу или потенциальным руководителем. Каких ошибок нужно избегать?

**№1 Незнание компании**

Об этом мы уже говорили, но повторим: вы должны иметь хотя бы минимальное представление о фирме, в которую готовы устроиться. Рекрутер ожидает, что у вас уже есть некоторая информация об организации и вы легко расскажете, почему выбрали именно ее. Если вы говорите, что ничего не слышали о компании, то выражаете безразличие к результатам и показываете себя ленивым человеком, который не захотел тратить время на поиск и изучение сведений о фирме.



**№ 2 Видимая заинтересованность**

Работодатель хочет не просто найти профессионала с определенным набором знаний, умений и навыков, но и человека, который надолго останется в штате. Рекрутер быстро заметит, что вам не особо интересно заниматься тем, что предлагают ― вы вряд ли получите должность.

**№ 3 Опоздание**

Оно будет расценено не только как невежество и безответственность. Опоздав, вы покажете себя человеком, не умеющим планировать собственное время. Заранее планируйте маршрут, учитывая пробки, скорость вызова такси и т. п.

**№4 Слишком ранний приезд**

Другая крайность ― когда вы прибываете в офис за час до начала собеседования или еще раньше. У руководителя или специалиста по подбору персонала может быть насыщенный график. Возможно, он будет проводить интервью с другим кандидатом или заниматься иными делами. Своим присутствием вы вызовете только раздражение, плюс, будете нервничать сами, томясь в ожидании своей очереди.

**№5 Неуместный образ**

Чтобы выделиться, не нужно надевать кричащую, вульгарную одежду и делать яркий макияж. Первое впечатление ― залог вашего будущего. Если вы появитесь на собеседовании в мятой футболке и модных рваных джинсах, то не получите дополнительные баллы.

**№6 Критика предыдущего места работы**

Во время разговора о приеме в штат важно быть искренним настолько, насколько это возможно. Причем речь идет не о личных ситуациях, а о компании, из которой вы ушли. Даже если начальник был деспотом и тираном, не нужно сообщать об этом менеджеру по персоналу и строить из себя жертву, попавшую под его горячую руку. Откуда вы знаете, что специалист не знаком с вашим предыдущим боссом, а у интервьюера может возникнуть впечатление, что это вы не способны выстраивать нормальные рабочие отношения и соблюдать субординацию.



**№7 Много слов**

Собеседование ― это не просто диалог, и ваше молчание не приветствуется. На любой вопрос от кандидата будут ждать четких и развернутых ответов. При этом не нужно слишком сильно углубляться в детали. Получасовой рассказ о том, как хорошо вы учились в институте никому не нужен. Многословность примут за нервозность и неискренность.

**№8 «Меркантильный интерес»**

Бесспорно, тема о заработной плате ― одна из самых главных. Но если вы будете спрашивать исключительно о поощрениях и бонусах, то интервьюер решит, что кроме денег вам больше ничего не интересно.

**№9 Еда и напитки**

Будет некрасиво и невежливо, если вы принесете с собой кофе и бутерброды. Даже обычные яблоко или банан тоже не стоит брать ― ограничьтесь бутылочкой с питьевой водой. Чтобы не проголодаться, перед приходом в офис компании стоит немного подкрепиться.

**№10 Уходить по-английски**

Собеседование ― это стресс ([как снять стресс](https://mamicoach.ru/kak-snjat-stress-20-sposobov-bystrogo-izbavlenija/), мы рассказывали в статье). После интервью у кандидатов наступает облегчение. Кто-то старается побыстрее сбежать из офиса компании, не спросив работодателя о будущих действиях. Прежде чем попрощаться, поинтересуйтесь, когда будут известны итоги и как вы о них узнаете ― позвонит ли HR-менеджер или самому нужно набрать номер.

## Ошибки на онлайн-собеседовании



Классические встречи тет-а-тет постепенно теряют популярность. Удаленная работа выходит в лидеры, и все чаще рекрутеры назначают «встречи в сети». Несмотря на дистанцию, длина которой может достигать нескольких сотен тысяч километров, к онлайн-разговору о приеме в штат тоже надо готовиться.

Если вам предстоит виртуальное интервью, не забудьте:

1. Заранее проверить работоспособность всех устройств: компьютера, телефона, микрофона, камеры. Проблемы со звуком и картинкой будут только отвлекать и нервировать. К тому же это покажет, что вы не подготовились к собеседованию должным образом. Протестируйте технику, зарядите гаджеты, продумайте альтернативные варианты связи, если возникнут непредвиденные неполадки, проверьте интернет-подключение.
2. Научиться пользоваться приложениями для видеоконференций. Заранее уточните у менеджера. через какой сервис будет осуществляться звонок и изучите программу. Дополнительный стресс вам ни к чему, но он обязательно произойдет, если вы будете нервно нажимать на разные кнопки, чтобы установить соединение.
3. Привести себя в порядок. Да, вы будете беседовать в привычных и комфортных условиях, сидя дома на диване или в кресле. Но при этом нельзя остаться в халате. Наденьте ту одежду, в которой бы вы пошли на реальное собеседование. И не забудьте про низ! Возможно всякое ― вас попросят показать диплом, а окажется, что он в шкафу и придется вставать. Собеседнику вовсе не обязательно знать цвет вашего нижнего белья.
4. Исключить посторонние звуки. Попросите домашних посидеть некоторое время в тишине без радио, телевизора, громких разговоров и смеха. Причем, лучше, если они будут находиться в другой комнате.



1. Позаботиться о заднем плане. Самая частая ошибка при прохождении онлайн-беседы о приеме на работу ― не проверять, что находится на заднем плане. Если в резюме написано, что вы обладаете уникальными организаторскими способностями, то что делает куча неглаженного белья и пакет из-под чипсов на фоне?
2. Смотреть на экран. Иногда кандидаты забывают, что находятся перед камерой, но все равно лицом к лицу к рекрутеру. Некоторые часто отводят глаза от монитора, из-за чего рекрутеру может показаться, что соискатель больше заинтересован в том, что происходит вокруг, а не в собеседовании.
3. Проверить часовой пояс. Вы точно не получите должность, если пропустите интервью. Никто не будет за вами бегать, упрашивая еще раз встретиться и поговорить. Неявка на онлайн-беседу из-за того, что человек перепутал время ― одна из распространенных и непростительных ошибок. Внимательно читайте приглашение и проверяйте, какой часовой пояс там указан. Если есть хоть малейшее сомнение, лучше написать или позвонить работодателю, чтобы уточнить время.

## Повторим пройденное

Предлагаем небольшой опрос:

Как вы проходили собеседования?

а) Спокойно: пришел ― поговорили ― ушел.

б) Немного волновался, так как очень хотел занять должность.

в) Сильно нервничал, аж руки потели.

Как правило, у большинства людей интервью с потенциальным работодателем в той или иной степени вызывает стресс. С одной стороны, он помогает мобилизоваться и проявить себя с самой лучшей стороны. С другой, может помешать и зарубить все планы.



Чтобы встреча прошла удачно, к ней нужно готовиться. Вы ничего не забудете, если сверитесь с чек-листом.

1. Уточните время, место и форму собеседования.
2. Соберите информацию о компании и вакансии.
3. Продумайте маршрут от дома до офиса фирмы, а для онлайн-интервью проверьте технику и гаджеты.
4. Определитесь с дресс-кодом и с вечера приготовьте одежду ― чистую и выглаженную.
5. Составьте список вопросов, которые вы хотите уточнить (о заработной плате, графике, отпусках, больничных, должностных обязанностях и т. д.).
6. Возьмите с собой распечатанное резюме, дипломы и сертификаты, не забудьте про ручку и блокнот.
7. На встрече с потенциальным нанимателем будьте вежливым, улыбчивым и общительным. Не избегайте зрительного контакта и поддерживайте его, четко отвечайте на заданные вопросы и не впадайте в монолог.
8. В конце собеседования выразите благодарность за уделенное время и узнайте, когда и как вы получите обратную связь.

Самое главное. Когда вы изучите информацию об организации, спросите себя ― действительно ли вы хотите там работать? Чем вас привлекает вакансия? Чего вы там достигните и сможете ли реализовать свой профессиональный потенциал? Не ориентируйтесь только на зарплату и близость офиса к дому. Если вам будет неинтересно, то через год вы уже будете искать новую работу. Так быть не должно.

Если же вы твердо намерены занять ту или иную должность в конкретной компании ― не отступайте! Соберитесь и проявите себя на встрече с будущим руководителем. Будьте уверены в себе, и тогда все получится.

## Заключение

Вспомните ваше первое и последнее собеседование. Что вы чувствовали и как готовились? Поделитесь опытом в комментариях. Молодым специалистам в поиске будет полезно узнать некоторые секреты успешного прохождения интервью.