

УДК 612.086.2

КАК СДЕЛАТЬ ПЕРВОЕ СОБЕСЕДОВАНИЕ УСПЕШНЫМ

Кабушева Е. С., Кошель А. С.

Учреждение образования «Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»
филиал «Минский радиотехнический колледж»,
г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель Клемято Е.Ф.:– преподаватель высшей категории
дисциплин социально-гуманитарного цикла

Аннотация. Собеседование при приёме на работу – очень важное мероприятие. Чаще всего оно сопровождается нервозностью и неуверенностью. Человек может чувствовать внутренний дискомфорт и неудобство, представляя себя или отвечая на неожиданные вопросы работодателя. Или просто перспектива познакомиться с новыми людьми и произвести на них впечатление может вызвать состояние беспокойства. Тем не менее, умение вести себя в подобной ситуации является навыком, которому человек может научиться. Имея правильные советы для успешного прохождения собеседования, можно стать мастером в умении делиться своей ценностью со всеми потенциальными работодателями, эффективно демонстрировать себя на собеседовании при приеме на работу и получать желаемую работу.

Ключевые слова: стресс, собеседование, успех, переживание, страх, работа.

Введение. Собеседование, без сомнения, стало неотъемлемой частью любого рабочего процесса, оно дает вам шанс проявить себя. В сегодняшнем конкурентном мире никакие дипломы не помогут получить работу, пока вы не пройдете собеседование. То, что вы говорите и делаете, либо переместит вас в следующий раунд рассмотрения при приеме на работу, либо выбьет вас из соперничества. Принимая во внимание важность и необходимость собеседования на современном конкурентном рынке труда, мы решили предложить некоторые из основных аспектов, которые необходимо учитывать перед проведением любого собеседования.

В данное время эта тема стала нам очень близка. Наблюдая за нашими одноклассниками и их переживаниями перед данным мероприятием, мы решили узнать, какой процент учащихся Минского радиотехнического колледжа переживает перед первым собеседованием.

Основная часть. Среди учащихся Минского радиотехнического колледжа был проведен опрос. Первый вопрос был (рисунок 1).

Исходя из результатов представленной выше диаграммы, больше половины учащихся проходили собеседование, поэтому следующий вопрос был актуален (рисунок 2).

Вы проходили собеседование?
31 ответ

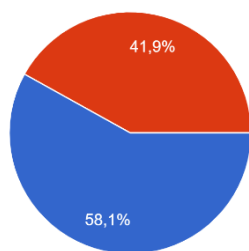
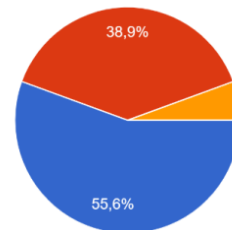


Рисунок 1 – Диаграмма вопроса 1

Волновались ли Вы перед собеседованием?
18 ответов

● Да
● Нет



● Да
● Нет
● Как когда

Рисунок 2 – Диаграмма вопроса 2

Как мы и подозревали, большая часть (55,6 %) испытывала волнение. Чтобы узнать, что именно чувствовали люди, мы предложили уточняющий вопрос (рисунок 3).

Какие чувства Вы испытывали перед собеседованием?

18 ответов

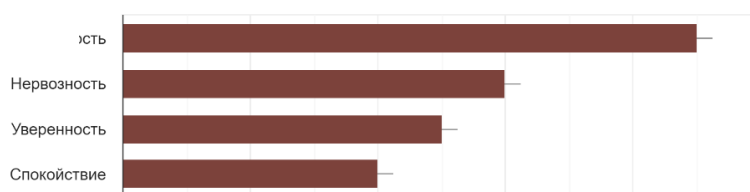


Рисунок 3 – Диаграмма вопроса 3

Наглядно видно, что многие испытывали тревогу и нервозность, немалая часть чувствовала себя уверенно и меньшинство – спокойствие.

Чтобы выявить эффективный способ борьбы с переживаниями, уместным стал вопрос об опыте учащихся в преодолении стрессовой ситуации (рисунок 4).

Как Вы справляетесь со стрессом?

18 ответов

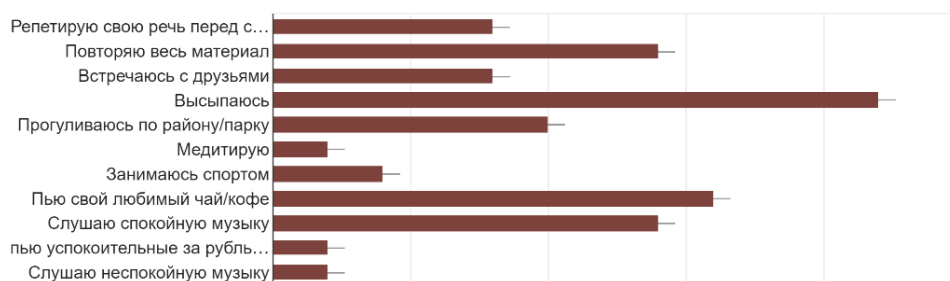


Рисунок 4 – Диаграмма вопроса 4

Самым простым и распространённым способом среди учащихся оказалось – выспаться. Как ни странно, но больше всего голосов собрали ответы, связанные с релаксацией и занятием рутинными делами, чтобы разгрузить свой мозг и подготовиться не только в профессиональном плане, но и в эмоциональном. Таким способом происходит восстановление. Также расслабиться помогает встреча с друзьями или прогулка по парку. Нервничать – это нормально, но все-таки постарайтесь сохранять спокойствие во время собеседования.

Советуем принять во внимание следующие советы, которые помогут вам добиться успеха на собеседовании:

1. Грамотное формулирование своих мыслей является таким же важным фактором для получения работы, как и квалификация, указанная в вашем резюме. Потратьте некоторое время, чтобы убедиться, что ваш набор навыков собеседования так же готов, как и ваше резюме.

2. Интервью могут быть стрессовыми, даже если вы профессионал, побывавший на многих из них. Имейте в виду, что вас могут проверять на стрессоустойчивость специально. Если вы будете справляться с волнением, то работа у вас в кармане.

3. Найдите время для практики. Практика всегда приводит к некоторым улучшениям. Попросите члена семьи или друга взять у вас интервью и получите их отзывы.

4. Оставайтесь профессионалом от начала до конца. Менеджер по найму – не единственный человек, на которого нужно произвести впечатление. Будьте вежливы и уважительны ко всем в здании.

5. Не молчите. Правильно отвечайте на основные вопросы. Лучше попросить минутку подумать над ответом, чем сказать сразу и потом сожалеть об этом.

6. Внешний вид. Продумайте с вечера, как вы будете выглядеть. Никогда не пробуйте новую причёску или новый стиль, а сделайте хорошую стрижку за неделю до собеседования.

7. Ведите себя позитивно. Не жалуйтесь на работу, показывайте оптимизм. Никто не хочет брать на работу неудачников. Любые минусы, которые вы расскажете про работу, будут тесно ассоциированы конкретно с вашей персоной.

Заключение. Таким образом, в процессе опроса были рассмотрены все факторы, которые в той или иной мере могут повлиять на успешность прохождения собеседования и непосредственно на эмоциональное состояние. В данной работе были учтены следующие аспекты: процент переживающих людей, возможные методы адаптации к стрессовой ситуации, которые могут помочь при подготовке к собеседованию, основные рекомендации для достижения успеха на собеседовании, целевая аудитория, а также уже имеющиеся советы со схожим предназначением. На основании этих факторов были приняты соответствующие решения по выбору основных техник, подходов к интервью.

Список литературы

1. *Your Complete Guide to a Successful Job Interview* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.businessnewsdaily.com/9728-interview-guide.html>
2. *Tips for a successful interview presentation for a job* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – <https://vkool.com/tips-for-a-successful-interview/>
3. *Job Interview Tips for Introverts* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – <https://www.thebalancecareers.com/job-interview-tips-for-introverts-2061355>
4. *13 Tips for a Successful Interview* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – <https://www.indeed.com/career-advice>

UDC 612.086.2

HOW TO MAKE THE FIRST INTERVIEW SUCCESSFUL

Kabusheva E. S., Koshel A. S.

*Belarusian State University of Informatics and Radioelectronics
affiliate Minsk Radioengineering College, Minsk, Republic of Belarus*

*E.F. Klemyato – teacher of the highest category
in Social and Humanitarian disciplines*

Abstract. Interviewing for a new job can be nerve-wracking. People may feel unhappy and uncomfortable introducing themselves or answering unexpected questions from an employer. Or just the prospect of meeting and impressing new people can cause them enough anxiety. However, going through job interviews will be a skill that people need to learn. Having the right advice for a successful interview, many people will become masters of sharing their value with all potential employers, effectively demonstrating themselves at a job interview and getting the desired job.

Keywords. stress, interview, success, worry, fear, work.