

## ЧТО МЕШАЕТ И ПОМОГАЕТ НАЙТИ РАБОТУ?

<b>Качества, которые помогают найти работу</b>	<b>Качества и причины, которые мешают поиску работы</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ высокая профессиональная квалификация</li><li>✓ аккуратность и</li><li>✓ пунктуальность в работе</li><li>✓ хорошее состояние здоровья</li><li>✓ находчивость</li><li>✓ высокий уровень контактности</li><li>✓ дружелюбие</li><li>✓ готовность помочь</li><li>✓ терпеливость</li><li>✓ упорство в достижении цели</li><li>✓ вежливость, деликатность</li><li>✓ уравновешенность</li><li>✓ преданность</li><li>✓ честолюбие</li><li>✓ опрятность и чистоплотность</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ низкая квалификация</li><li>➤ отсутствие интереса к предлагаемой работе</li><li>➤ заинтересованность только высоким заработке</li><li>➤ плохие деловые качества</li><li>➤ самомнение – я все знаю</li><li>➤ недостаток учтивости</li><li>➤ нерешительность</li><li>➤ плохое чувство юмора</li><li>➤ циничность</li><li>➤ низкий моральный уровень</li><li>➤ сильные предрассудки</li><li>➤ узкий круг интересов</li><li>➤ неряшливость</li></ul>

## **21 психологический трюк, который поможет пройти собеседование.**

Работодатели тоже люди и подвержены психологическому влиянию. Манипулировать людьми мы вас учить не будем, а вот про безобидные психологические трюки, основанные на научных исследованиях, расскажем.

### **1. Правильно выбирайте время для собеседования**

Лучшее время для собеседования — это время, удобное рекрутеру. Конечно, вы не обязаны переворачивать свое расписание с ног на голову, но все же постарайтесь не сильно менять предложенное время и идти на уступки.

Если же работодатель предлагает самостоятельно выбрать час для собеседования, поступите хитро и подумайте, какое время будет комфортно. **Исследования Glassdoor** утверждают, что лучше не назначать встречи в самом начале или конце рабочего дня и на послеобеденное время. Также старайтесь смещать собеседования с пятницы, понедельника, пред- и пост праздничных дней. Во все эти дни мысли работодателя, скорее всего, будут сконцентрированы не на вас.

### **2. Узнайте других кандидатов на должность**

Исследования показывают, что интервьюеры оценивают кандидатов не только по их собственным характеристикам, но и в сравнении с уже опрошенными кандидатами.

Исследователи из университета Пенсильвании и Гарварда выяснили, что соискателей, опрошенных в конце дня после ряда сильных кандидатов, недооценили. С другой стороны, после беседы со слабыми кандидатами рекрутеры переоценивали последующих соискателей. Неясно, является ли это бессознательным явлением или интервьюеры специально оценивают последних кандидатов выше или ниже их реального уровня. Одна из возможных причин — нежелание, чтобы руководители подумали, что работодатель дает всем кандидатам похожую оценку.

Чаще всего, мы не знаем, кто еще пробуетесь на должность, но если вдруг вам удалось познакомиться с другими кандидатами или случайно узнать о них, попробуйте использовать это в свою пользу. Объективно оцените — сильнее или слабее вас этот человек и, исходя из этого, пропустите его вперед или отзовитесь пройти первым на интервью.

### **3. Оденьтесь в синий**

Опрос, проведенный CareerBuilder среди работодателей, показал, что цвет одежды влияет на впечатление о человеке. 23% интервьюеров рекомендуют использовать синий цвет в гардеробе, потому что это цвет командных игроков. 15% считают, что черный цвет характеризует лидеров. Худший цвет для одежды на собеседование — оранжевые оттенки, по мнению 25% .

Что, по мнению работодателей, говорят о кандидатах другие цвета:

Серый — развитое логическое мышление;

Белый — организованность;

Коричневый — надежность;

Красный — энергичность, сила.

Можно надеть все цвета сразу, чтобы работодатель увидел, что перед ним — организованный и надежный лидер с прекрасными аналитическими способностями, который любит работать в команде.

#### **4. Определите возраст работодателя**

В книге «Crazy Good Interviewing» авторы рассматривают интересную теорию, согласно которой мы должны вести себя на интервью по-разному, в зависимости от возраста собеседника. Какие хитрости советуют применить авторы, чтобы понравиться работодателю:

20-30 лет (мужчина): приведите конкретные результаты вашей работы и акцентируйте внимание на способности работать в многозадачном режиме;

30-50 лет (женщина): подчеркните креативность;

50-70 лет: покажите, как много работаете и продемонстрируйте уважение к их достижениям;

70-90 лет: подчеркните вашу лояльность и верность предыдущим работам. Это нужно, чтобы показать, как вы относитесь к работе — не как к череде сменяющихся компаний, а с уважением и реальным интересом.

#### **5. Держите ладони открытыми**

Если вы положили руки на стол ладонями вниз, то демонстрируете доминирование над другим человеком.

Прятать руки под столом тоже не лучший вариант — создается впечатление, что вы что-то скрываете.

#### **6. Найдите что-то общее с интервьюером**

Поищите профиль работодателя в социальных сетях и постарайтесь узнать о его интересах или хобби. Собирать досье и всю подноготную не нужно — просто найдите пару тем для разговора, которые заинтересуют собеседника.

#### **7. Копируйте жесты**

Об этом психологическом приеме знают многие, мы просто напомним — «отзеркаливание» поз и жестикующий собеседника подсознательно располагает его к вам. Эксперт по языку тела Патти Вуд говорит, что копирование жестов человека

должно выглядеть как танец с ним. Помните о здравом смысле и не копируйте движения уж слишком явно.

## **8. Делайте комплименты**

Ученые из университета Флориды и Вашингтона проводили исследование влияния различных тактик во время собеседования на впечатления рекрутера. Один из результатов показал, что работодатели высоко оценивают кандидатов, которые делают акцент не на самопиаре, а на достижениях компании. Докажите, что хотите работать именно здесь и почему; выскажите пару приятных слов о компании и работодателе за его работу.

## **9. Покажите уверенность и уважение**

Авторы книги «Friend and Foe» утверждают, что успех в бизнесе зависит от конкуренции и сотрудничества. На собеседовании вы можете применить эту теорию и продемонстрировать одновременно уважение к компании и собственную компетентность. Например, «Мне нравится ваша [деятельность/проект] в [N-области]. У меня есть успешный опыт работы над такой же задачей».

Так вы показываете интерес к компании, осведомленность об их проектах и что вы тоже не промах.

## **10. Не врите о недостатках**

Фразы в стиле «Я перфекционист» или «Я слишком много работаю» не очень внушают доверие у руководителя и больше похожи на попытки сделать из себя «идеального кандидата». Рекрутеры прекрасно понимают, что у каждого есть слабости, поэтому лучше быть честным.

Признайтесь, например, что вам непросто организовать себя по утрам, но вы составляете ежедневные планы и поэтому продуктивность не страдает. Или вы не любите общаться по телефону, но всегда готовы решать вопросы в переписке и отвечаете на письма в течение 5 минут. Заметили хитрость? В каждом примере мы добавили информацию о том, как вы боретесь со слабостями и почему они не мешают работе. Обязательно поступайте также, если работодатель попросит рассказать о ваших слабых сторонах.

## **11. Вспомните о лидерском опыте**

На связи наука: оказывается, даже небольшой опыт руководства людьми сильно способствует нашей уверенности в себе, а что еще более удивительно — воспоминания об этом опыте действуют также. Об этом в своем исследовании говорят профессора из Колумбийского и Нью-Йоркского университетов.

Чтобы повысить уверенность в себе перед предстоящим интервью, вспомните весь лидерский опыт и запишите на листке: были капитаном школьного математического кружка, организовали субботник, руководили проектной группой

— все подходит для вдохновения. Кстати, не забудьте этот лидерский опыт добавить и в резюме.

## **12. Говорите выразительно**

Оказывается, если вы хотите казаться умнее, нужно разговаривать энергично и выразительно. В книге «*Subliminal: How Your Unconscious Mind Rules Your Behavior*» приводится пример: если два человека произносят один и тот же текст, но один из них говорит немного быстрее, громче и с меньшим количеством пауз, то он кажется умнее собеседника. Так что избавляемся от «эээ..», «нуу..» и прочих мычащих звуков.

Еще один трюк — меняйте темп речи в зависимости от важности информации. Замедляйтесь на ключевых моментах в рассказе и ускоряйтесь на несущественных вещах.

## **13. Смотрите в глаза**

Боритесь со стеснительностью и смотрите в глаза собеседнику, особенно при первой встрече. Исследователи из Северо-Восточного университета провели эксперимент: участников попросили посмотреть видеозаписи разговора двух людей и попросили оценить, кто из собеседников умнее. Результаты показали, что люди выше оценили человека, который чаще смотрел в глаза собеседнику и не терял зрительный контакт.

## **14. Не бойтесь**

Исследование в университете Гельфа установило, что сильное волнение существенно снижает шанс быть выбранным рекрутером. Беспокойство может показаться следствием неуверенности в собственных силах, поэтому поработайте над собой и ищите подходящие методики борьбы со страхом и волнением.

## **15. Акцентируйте внимание на потенциале**

На собеседовании сосредоточьтесь не на рассказе о ваших прошлых достижениях, а на навыках, которые принесут будущему работодателю результат — покажите, чем будете полезны компании.

Стэнфордский университет совместно с Гарвардской бизнес-школой провели исследование социальной оценки человека. Участники получили информацию о гипотетическом кандидате на работу: половине людей сказали, что у соискателя есть двухлетний опыт работы и высокий балл на экзамене по лидерству; остальных убедили, что кандидат не имеет опыта, но получил высокий балл по проверке лидерского потенциала. Результаты показали, что участники посчитали более подходящим на должность человека с большим потенциалом, а не опытом. Так что, опыт все не решает!

## **16. Подготовьтесь к неудобным вопросам**

Возможно, работодатель не спросит вас о причинах длительного перерыва в работе или уходе с прошлого места, но лучше быть готовым к худшему и заранее подготовить ответы на неприятные вопросы.

Хитрый совет от HR эксперта Джона Лиса: отвечая на вопрос, например, об увольнении, не задерживайтесь на причинах, а переходите к обсуждению положительных моментов, которые вы вынесли из ситуации. Например, по-новому взглянули на свой карьерный план, проработали ошибки, решили научиться новым навыкам. Старайтесь на собеседовании (и в жизни) все негативные ситуации превращать в ваши достоинства и точки роста.

## **17. Не улыбайтесь слишком много**

Оказывается, на некоторых собеседованиях голливудская улыбка может помешать получить работу. В одном из исследований поведения описывался эксперимент на студентах колледжа: участникам предложили провести собеседование. В итоге, «кандидаты» на должность газетного репортера, менеджера и ассистента понижали свои шансы на найм, если улыбались во время интервью. Студентам, играющим роль торговых представителей или продавцов, улыбка наоборот помогла получить гипотетическую работу.

## **18. Будьте воодушевлены**

Психологи Джонатан Голдинг и Энн Липерт утверждают, что кандидаты, активно демонстрирующие энтузиазм, вероятнее получают оффер, чем менее эмоциональные соискатели.

Жгучее желание работать видно не только в «горящих глазах», но и в голосе: энергичная речь, понижение и повышение тона — показатели волнения в хорошем смысле слова и того, что человеку не терпится приступить к работе. Холодное спокойствие и размеренный темп речи не означают, что кандидат не хочет работать в компании, но лучше проявить перед работодателем здоровую долю энтузиазма.

## **19. Поговорите о погоде**

Речь идет о небольшом светском разговоре перед началом собеседования: о погоде, офисе компании или на другую уместную тему. Как показывает практика, легкая беседа может оказать большое влияние на впечатление интервьюера о вас.

Исследования на эту тему провели в университетах штатов Техас и Джорджия. Выяснилось, что кандидатов, с которыми рекрутер мило пообщался перед собеседованием, в дальнейшем он оценивал выше, чем менее общительных кандидатов.

## **20. Импровизируйте**

В большинстве случаев собеседования проходят по схожему сценарию: работодатель задает вопросы на основе резюме, кандидат отвечает. Чтобы запомниться интервьюеру, необходимо как-то разнообразить беседу, в рамках разумного.

Например, один кандидат в самом начале собеседования, сказал: «Позвольте мне рассказать несколько интересных вещей, которых нет в моем резюме». Это заинтересовало интервьюера и переключило его внимание с резюме на самого кандидата. Подумайте над такими фишками.

## **21. Спросите, почему вас пригласили**

Вопрос «Почему вы пригласили меня сегодня на собеседование?» точно запомнится рекрутеру и выделит вас среди других кандидатов. По словам психолога Роберта Сиальдини, такой вопрос положительно влияет на дальнейшее решение насчет вашей кандидатуры. Вы заставляете работодателя говорить о ваших достоинствах, хвалить вас, а еще показываете, что вы не из робкого десятка.

Задавать вопросы — хороший ход: узнаете больше о компании и должности, поддержите беседу.