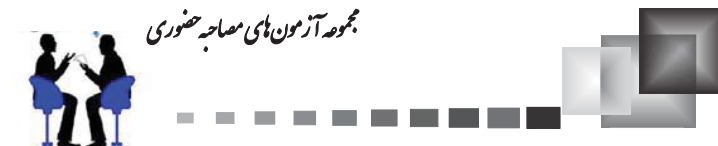


عنوان بخش

مجموعه آزمون های مصاحبه می حضوری





نکات طلایی برای موفقیت در مصاحبه‌های استخدامی

ما در این کتاب با رویکردی جدید در سه بخش مجزا، نکات کلیدی و راهبردی و رموز موفقیت در آزمون مصاحبه حضوری شما داوطلبین گرامی را مطرح می‌نماییم. از آنجا که شرکت در آزمون مصاحبه حضوری علاوه بر داشتن دانستی‌های کافی و اطلاعات شاخص مطرح، توجه به نکات روان‌شناسی نیز حائز اهمیت است در این کتاب در بخشی مجزا به نحوه افزایش اعتماد به نفس و قدرت بیان که لازمه موفقیت در هر نوع آزمون مصاحبه حضوری است می‌پردازیم، باید توجه داشته باشید که شما قبلاً در بخش آزمون عمومی و سوالات تخصصی رشته مورد نظر خود مورد سنجش قرار گرفته‌اید و تا این مرحله شخصی موفق بوده‌اید. از این مرحله به بعد شاید وجود اعتماد به نفس و تقویت قدرت بیان و درک و بررسی شرایط موجود برای شما حائز اهمیت بیشتری باشد. هرچند تسلط بر اطلاعات عمومی می‌تواند وسیله‌ای جهت سنجش حضوری شما قرار بگیرد؛ در نتیجه اشراف شما در بخش اطلاعات عمومی که در بخش مجزایی در این کتاب به‌طور کامل به آن پرداخته‌ایم نیز حائز اهمیت است.

چنانچه تا قبل از این درباره خود این تصور را داشته‌اید که اعتماد به نفس کافی را ندارید یا اینکه در مواقع استرس‌زا قدرت بیان خود را از دست می‌دهید از همین لحظه کاملاً دیدگاه خود را عوض کرده و خود را شخصی موفق با قدرت بیان بالا متصور شوید، هر چند لازم به ذکر است که حقیقتاً چون تا این مرحله پیش آمده‌اید پس لزوماً شخصی توانمند و موفق نیز هستید. باور این موضوع که **شما شخصی توانمند هستید تنها به خود شما بستگی دارد.**

با این جمله از خود شروع کنید به آزمون مصاحبه حضوری دعوت شده‌ام پس از مقدمات و توانمندی‌های لازم تا این مرحله بهره‌مند هستیم؛ هیچ نکته منفی و غیرقابل تصویری وجود ندارد که شما توانمندی‌هایتان را نادیده بگیرید و یا کم ارزش جلوه دهید. به این موضوع بیاندیشید که شما در بین دعوت‌شدگان به مصاحبه حضوری حقیقتاً از صلاحیت کلام، اطلاعات کافی و توانمندی‌های وافر برخوردارید اکنون به جایی رسیده‌اید که می‌خواهید از دانسته‌های آموخته شده خود بهره‌وری عملی نمایید چه بسا شما فردی مدیر و یا کاربری با توانمندی‌های فوق‌العاده هستید.



در این فاصله زمانی که شما به این باور رسیده‌اید که در رشته تخصصی خود که سال‌ها برای به دست آوردن مهارت در آن زحمت کشیده‌اید و مهارت کافی نیز دارید آرامش را در وجود خود احساس کرده و دعوت نمایید این مرحله یعنی وجود ثبات توانمندی‌های شغلی و تحصیلی در ذهنتان و حضور آرامش در وجودتان مقدمه وقوع **اعتماد به نفس** را در خود ایجاد نموده‌اید اکنون باید جهت حفظ آرامش به دست آمده تمام تلاش خود را انجام داده شاید؛ مهم‌ترین راه‌حل آن حفظ تمرکز به همان توانمندی‌های خود می‌باشد. هرگز به دنبال این تصور نباشید که در بیان حصار مصاحبه‌شونده ممکن است کسانی نیز باشند که از شما توانمندتر هستند یا قدرت بیان بالاتری را دارند؛ لزوماً به همین دیدگاه در ذهنتان پافشاری نمایید که **من در این مصاحبه حضوری موفق خواهد بود. همیشه به خاطر داشته باشید شانس همان فرصت‌های خوب کاری و زندگی است و خوش شانس کسی است که این فرصت-ها را دریابد و با تمام توان به سمت دستیابی آن‌ها پیش رود.**

در ادامه راهکارهای افزایش اعتماد به نفس، قدرت بیان و ماهیت مصاحبه حضوری شغلی شرح داده می‌شود

برطبق مصوبه دولت، تمامی سازمان‌های دولتی باید نیروی انسانی مورد نیاز خود را از طریق برگزاری آزمون‌های استخدامی جذب کنند، در آزمون‌های استخدامی اعلام نتایج در مرحله اولیه به صورت چند برابر ظرفیت بوده و داوطلبان برای جذب نهایی در سازمان مربوطه باید مراحل مصاحبه و گزینش را سپری کنند.

در ادامه نکاتی را که برگرفته از تجربیات شرکت کنندگان در مصاحبه‌های استخدامی و عوامل روان‌شناسی موفقیت در مصاحبه می‌باشد را به صورت تیتروار برای شما جمع‌آوری کرده‌ایم، مطالعه این نکات کمک شایانی برای موفقیت شما در مصاحبه‌های استخدامی خواهد کرد.

✓ سعی کنید بیشتر از آینده صحبت کنید.

✓ در صورتی که از شما خواستن تا صحبت‌های پایانی خود را انجام دهید، به هیچ عنوان این بخش را سرسری نگیرید.

✓ در ابتدا برای تغییر زبان بدن باید نسبت به آن هوشیار باشید. به طرز نشستن، ایستادن و چگونگی بکارگیری دست‌ها و پاهایتان و آنچه که در هنگام مصاحبه با فردی انجام می‌دهید دقت داشته باشید.

✓ پاها و دستانتان را به حالت ضربدری قرار ندهید.

- ✓ احتمالاً شنیده‌اید که نباید دست به سینه بایستید چرا که ممکن است از شما ظاهری تدافعی یا محافظه‌کار ارائه دهد. این مسئله در مورد پاهایتان نیز صدق می‌کند پس پاها و دست‌هایتان را ضربدری نگذارید.
- ✓ ارتباط چشمی داشته باشید اما خیره نشوید.
- ✓ در میان افرادی که مخاطب شما هستند با همه آنها ارتباط چشمی داشته باشید تا رابطه بهتری را بوجود آورده و متوجه شوید که آیا آنها به صحبت‌های شما گوش می‌دهند یا نه؟ البته برقرار کردن بیش از حد تماس چشمی ممکن است باعث ناراحتی افراد شود.
- ✓ هنگامی که دیگران مشغول صحبت هستند، سرتان را به نشانه تأیید تکان دهید.
- ✓ هرچند دقیقه یکبار سرتان را به نشانه تأیید حرکت داده تا نشان دهید که به سخنان طرف مقابل گوش می‌دهید. اما مواظب باشید که در انجام آن زیاده روی نکنید.
- ✓ خم نشوید، صاف بنشینید، اما در یک حالت آرام، نه به صورت هیجان زده.
- ✓ کمی به سمت جلو متمایل شوید، البته نه خیلی زیاد.
- ✓ اگر قصد دارید که علاقمندیان را به سخنان طرف مقابل نشان دهید، به طرف او کمی متمایل شوید.
- ✓ در صورتی که می‌خواهید نشان دهید که دارای اعتماد به نفس بوده و آرامش دارید کمی به سمت عقب متمایل شوید.
- ✓ لبخند بزنید.
- ✓ به صورتتان دست نزنید، این حالت ممکن است موجب شود که دستپاچه به نظر برسید و برای مخاطبانان ایجاد حواس پرتی می‌کند.
- ✓ سرتان را بالا نگه دارید.
- ✓ چشمانتان را به زمین ندوزید. این حالت باعث می‌شود که شما نامطمئن یا کمی ناکام جلوه کنید. سر خود را به سمت بالا و صاف قرار داده و چشم‌هایتان را در مقابل افق نگه دارید.
- ✓ حرکاتتان را کمی آرام‌تر کنید.
- ✓ بی‌قراری نکنید.
- ✓ در تمام موقعیت‌ها حرکاتتان را از بی‌نظمی رها کنید. سعی کنید آرام باشید و حرکاتتان را کندتر کرده و بر روی آنها تمرکز کنید.
- ✓ از دستانتان با اطمینان بیشتری استفاده کنید.
- ✓ دستانتان را جهت شرح موضوعی یا بیان اهمیت نکته‌ای که تلاش می‌کنید تا آن را ارائه دهید بکار ببرید.



- ✓ به فاصله خیلی نزدیک نایستید.
- ✓ نگرش مثبت داشته باشید.
- ✓ دیدگاهی راحت، باز و مثبت داشته باشید. آنچه شما احساس می‌کنید بر روی زبان بدنتان جاری می‌شود و می‌تواند باعث تفاوت عمده‌ای شود. شما قادر خواهید بود که زبان بدنتان را تغییر دهید اما این نیز همانند تمامی عادت‌های جدید زمان بر است.
- ✓ سعی کنید به‌موقع و سر ساعت برای مصاحبه حاضر شوید و با لباس‌های مرتب و همچنین با متانت رفتار کنید و سعی کنید به در باره همه چیز واقعیت امر را بیان کنید.
- ✓ آرام و بدون نگرانی و اضطراب باشید.
- ✓ در صورتی که از شما خواستن تا در صورتی که سؤالی دارین پیرسین سوالی از حقوق و مزایا و ساعات کاری و یا اینکه آیا من مصاحبه خوبی داشتم و ... نپرسید و سعی کنید مصاحبه را با اشتیاق ادامه دهید.
- ✓ مهم‌ترین بخش مصاحبه همان ده دقیقه اول است، سعی کنید کاملاً ریلیکس و با اعتماد به نفس باشید، سعی نکنید خود را یک شخصیت ماورا نشان دهید، سعی کنید خودتان باشید. در هیچ زمینه‌ای اغراق نکنید.
- ✓ قبل از مصاحبه اطلاعات لازم در مورد شغل، کارفرما و کسانی که گزینش استخدامی را انجام می‌دهند به دست آورید.
- ✓ با مطالعه‌ی نشریات تخصصی در زمینه فعالیت کارفرما، رقبا، مشکلات کارفرما و راه‌حل‌های این مشکلات، اطلاعات جامعی به‌دست آورید.
- ✓ در کمترین زمان ممکن پاسخ دهید و حداکثر زمان را در اختیار مصاحبه‌گر بگذارید تا نیازها را شرح دهد.
- ✓ با سؤالاتی چون " آیا می‌توانید توضیح بیشتری در این مورد بدهید" از نیازهای واقعی مصاحبه‌گر آگاه شوید.
- ✓ برای رفع نیازهای مصاحبه‌گر ابراز علاقه کنید و در صورت امکان راه‌حل‌هایی برای رفع مشکلات بیان کنید.
- ✓ کنترل اعصاب، آراستگی، حفظ ظاهر، پرسش مناسب و اشتیاق در پاسخ‌گویی.
- ✓ سعی بر گذاشتن یک تأثیر اولیه جذاب روی مصاحبه‌گر.
- ✓ مطالعات نشان داده است که متقاضیانی که ارتباط بهتری برقرار می‌کنند، سر خود را بیشتر تکان می‌دهند، لبخند می‌زنند و نیز رفتارهای غیرکلامی مشابه از خود بروز می‌دهند، نمره بالاتری می‌گیرند و این رفتارهای غیرکلامی ۸۰ درصد نمره رتبه‌بندی متقاضی را دربر می‌گیرد.