

Wojciech LANGE

Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej?

Podczas rozmowy kwalifikacyjnej na ludzi działają te same mechanizmy psychologiczne, które rządzą całym naszym życiem. Zarówno na pracodawcę, jak i kandydata wpływają czynniki, warunkujące ich samopoczucie i procesy decyzyjne. Kluczowym kryterium wyboru nowych pracowników są oczywiście ich kompetencje, ale nie zawsze uświadamiamy sobie to, jak ważna jest postawa kandydata podczas rozmowy. Ludzie szukają nowej pracy z różnych powodów - raz jest to chęć rozwoju, awansu zawodowego, innym razem to kwestia walki o byt. Zazwyczaj osoby stawiające się na spotkania rekrutacyjne przeżywają stres związany nie tylko z samym zetknięciem się z rekruterem, ale także z ewentualnym odrzuceniem. Im bardziej kandydatowi zależy na konkretnej pracy, tym większe napięcie wyczuwalne jest podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Psychologowie niejednokrotnie dowiedli, że od poziomu motywacji zależy skuteczność wielu naszych działań. Ani zbyt wysoka motywacja, ani zbyt niska nie przynosi dobrych efektów. Dlatego przed rozmową kwalifikacyjną należy spróbować wyciszyć emocje i nabrać dystansu do swoich starań o pracę. Nie jest to łatwe, ale dobrze jest mieć świadomość tego, że nawet jeśli nie uda się od razu zdobyć wymarzonej pracy, każda rozmowa jest źródłem cennych doświadczeń i może zaowocować w przyszłości.

Osoby dobrze wykształcone, posiadające duże doświadczenie zawodowe mają podczas rozmów kwalifikacyjnych komfort związany ze swoją pozycją na rynku pracy. Znają swoją wartość i mają świadomość tego, że to pracodawcy muszą obecnie zabiegać o wykwalifikowaną kadrę. W dużo gorszej sytuacji znajdują się osoby zabiegające o swoją pierwszą posadę, lub starające się o pracę związaną z awansem zawodowym. Często kandydaci obawiają się, że rekruterzy będą doszukiwać się ich wad, wytykać ich braki. Powoduje to niepotrzebne napięcie i często utrudnia rzeczową rozmowę. Aby uniknąć wpędzania się w kompleksy warto zastanowić się nad swoimi zaletami - cechami charakteru i umiejętnościami, które mogą okazać się przydatne na przyszłym stanowisku pracy. Przecież na spotkanie zostają zaproszone osoby, które przeszły wstępną selekcję - dostrzeżono już w nich jakiś potencjał. Pamiętajmy, że z reguły lubimy tych, którzy lubią samych siebie. Pozytywne nastawienie to połowa sukcesu.

Dobre przygotowanie merytoryczne do rozmowy pozwala zapobiec ewentualnym wpadkom, ale wpływa również na kształtowanie wizerunku kandydata w oczach pracodawcy. Osoba, która zna branżę, wie o czym mówi, używa fachowej terminologii, zyska na pewno uznanie rekrutera. Sam kandydat czuje się w takiej sytuacji pewniej i swobodniej, co zwiększa jego szanse. Dlatego warto przed rozmową poświęcić czas na analizę działalności firmy i weryfikację swojej wiedzy z tego zakresu. Osoba rekrutująca zadaje sobie trud przeczytania wielu aplikacji, aby poznać swoich rozmówców, doceni więc z pewnością, że kandydat zapoznał się z profilem jej firmy. Przygotowanie oprócz kwestii merytorycznych powinno objąć także analizę swoich mocnych i słabych stron, przypomnienie dotychczasowych obowiązków i szczegółów zatrudnienia. Jeżeli na podstawie CV pracodawca może określić pytania dotyczące przerw w pracy, rozwiązywania umów, przedłużania się studiów, warto wcześniej przygotować sobie wypowiedzi na ten temat. W życiu każdego człowieka zdarzają się nieprzewidywalne okoliczności – i często nie mamy

na to wpływu, nie zmienimy tego. Dlatego lepiej ich nie ukrywać. Umiejętność mówienia o sobie i szczerść na pewno zostaną docenione. Kłamstwo ma krótkie nogi - osoby rekrutujące mają swoje sposoby na sprawdzenie tego, czy kandydat mówi prawdę. Ma to szczególne znaczenie w przypadku kompetencji językowych i informatycznych, które łatwo zweryfikować. Nie warto kreować się na kogoś innego, niż jest się w rzeczywistości - lepiej bronić się przy pomocy rozsądnej argumentacji, niż wyjść na osobę niekompetentną i przeceniającą własne możliwości. Dyplomacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej jest jak najbardziej wskazana. Rekruterzy to też ludzie - ani strach przed nimi, ani arogancja nie wychodzą kandydatom na dobre.

Każda rozmowa rekrutacyjna - nawet dla osób obytych z rynkiem pracy - jest sytuacją trudną. Aby zmniejszyć swój stres warto przyrzeć się samemu sobie i spróbować pokonać własne lęki i uprzedzenia, wyjść poza funkcjonujące stereotypy na temat rekrutacji.

Najlepszym i powszechnie przyjętym strojem na rozmowę kwalifikacyjną jest w przypadku panów garnitur, zaś w przypadku pań eleganckie spodnie lub spódnica oraz marynarka. Jeśli chodzi o kolorystykę, szczególnie dobrze prezentują się wszelkie odcienie szarości, brązu czy czerń. Dobrze dobranym strojem można wiele zyskać i dodać sobie pewności siebie. Jeśli chodzi o makijaż, panie zachęcane są do rezygnacji ze zbyt jaskrawych cieni do powiek lub zbyt mocnego koloru pomadki. Nie polecana jest zbyt duża ilość biżuterii czy innych ozdób. Nie warto przesadzać również z ilością perfum - przesada w żadną stronę nie jest wskazana. Aby zapewnić sobie komfort, warto uprzednio zlokalizować miejsce, w którym ma się odbyć rozmowa, aby dobrze oszacować czas potrzebny na dojazd. Każde spóźnienie będzie działać na niekorzyść kandydata, więc lepiej do niego nie dopuścić. Istotnym wydaje się utrzymywanie zwięzłości i precyzji wypowiedzi. Niestety zdarza się, że z emocji i ze zdenerwowania kandydaci gubią wątek wypowiedzi i znacznie odbiegają od tematu. Rozmowa przeciąga się, a kandydat ma coraz mniejsze szanse, aby wymarzoną pracę otrzymać. Mile widziane są za to wszelkie pytania, które wskazują, że kandydat zna firmę pracodawcy i próbuje lepiej się zorientować co do charakteru pracy i lepiej zrozumieć zakres obowiązków. Częścią negocjacji z pracodawcą jest również rozmowa o wynagrodzeniu. Najczęściej pierwsza rozmowa z kandydatem jest przeznaczona na ogólne poznanie się oraz sprawdzenie kwalifikacji. Zdarza się, że dopiero na drugim czy trzecim spotkaniu poruszana jest kwestia finansów. Wiele firm, szczególnie zachodnich, uważa, że podczas pierwszego kontaktu z kandydatem nie wypada mówić o pieniądzu.

Podsumowując powyższe rozważania, chciałbym podkreślić, że omówiłem powyżej tylko pewne aspekty rozmowy kwalifikacyjnej. Każdy inaczej reaguje na stres, więc tylko przez indywidualne podejście do tematu można dojść do najbardziej efektywnego sposobu działania w tego typu sytuacji, gdyż najbardziej pożyteczne w życiu jest własne doświadczenie.