

Самопрезентация требует определенной подготовки, которая нужна для того, чтобы ваши способности, знания, навыки, опыт, личные качества и даже внешность преподнести в лучшем виде, раскрыть все выше перечисленное в выгодном свете. Подготовка нужна всесторонняя, то есть как с внешней, так и с внутренней стороны. Подготавливаем себя с внешней стороны. Под внешней стороной будем подразумевать ваш внешний вид, то, как вы выглядите. Как вы себя чувствуете, когда вы хорошо одеты? Ответить на этот вопрос не сложно – комфортно; хочется выпрямить спину, пройтись неторопливой, твердой походкой. При этом чувство уверенности в себе вырастает. А уверенность в себе – это как раз то качество, которое работодатель очень ценит.

Несколько рекомендаций:

1. Заранее собери все документы, которые могут тебе понадобиться. Запись с письменными рекомендациями, телефонами. Не забудь также свой диплом, свидетельство об окончании курсов (если таковое имеется), паспорт, трудовую книжку и резюме, желательно в двух экземплярах. Аккуратно рассортируй все бумаги по файлам, это будет красноречивым свидетельством твоей старательности и бережливости.

2. Напиши на листке свою презентационную речь и прорепетируй ее перед зеркалом. Продумай заранее, что и как ты скажешь.

3. Не пытайся произвести благоприятное впечатление одним своим внешним видом. Будьте естественны, строгий деловой вид наиболее приемлем. Помните, первое впечатление очень важно.

4. Расслабься. Нервозность сразу заметна, но мало того, она внушает работодателю неприятную мысль: «Почему этот человек так волнуется? Он хочет что-то скрыть? Или он не уверен в своих силах?». Хорошо основательно выспаться, настроиться на успех. Лучше не пить никаких лекарств, если не хочешь иметь сонного и заторможенного вида.

5. Не бойся отказа. Приготовься морально к любому исходу собеседования.

6. Веди себя естественно и доброжелательно, не зажимайся. Не стоит надевать маску, придуманную вами для данного случая. Самое главное – это неизменная вежливость. Старайся слушать больше, чем рассказывать, излишняя словоохотливость только навредит.

7. Не пытайся показать свое превосходство. Конечно, нужно проявить свою компетентность, но не более того.

8. Избегай заискивания и лести – это сразу становится заметным и мало кому нравится. Держись в меру свободно и независимо (но не перестарайся!), не суетись и не робей. Тогда работодатель отнесется с таким же уважением, как и ты относишься к себе.

9. Ни о ком не говори плохо и не пытайся очернить бывшее руководство, коллег по работе ,конкурентов. Это не прибавит тебе блеска. Даже свои слабые стороны можно использовать во благо (Например: медлительность, позволяет не пропускать деталей и тщательно выполнять работу).

10. Не соглашайся на предложенные условия сразу же. Лучше сказать: «Я подумаю над этим». Готовый на все незнакомец больше смахивает на недоучку или авантюриста.