

Nie daj się zjeść

Rozmowa z

ANNA URBAŃSKA

psychologiem i socjoterapeutą

- Szukamy pracy i pracodawca poprosił nas na rozmowę. Cieszymy się, że przebrnęliśmy już jakieś sito, ale boimy się, jak sobie poradzimy?

- W komunikowaniu się tak naprawdę najważniejsze nie jest to, co mówimy. Rozmowa to mniej niż połowa procesu porozumiewania się. Reszta to nasz wygląd, zachowanie, gestykulacja, wyraz twarzy, nasza postawa, czy się uśmiechniemy.

Najczęściej, wchodząc na rozmowę, w ogóle nie zdajemy sobie sprawy, że nie musimy słowa powiedzieć, a zwykle pracodawca już wie, czy będzie z nami rozmawiał, czy nie. To te pierwsze 30 sekund, o których mówiliśmy w poprzedniej rozmowie. Sekundy, które dużo o nas mówią.

- Wchodzimy i wskazują nam głęboki fotel, w którym można usiąść albo na brzeżku, albo nieładnie rozpartym. Czy tak, czy tak trudno skupić się na rozmowie.

- Zanim usiądziemy w fotelu, wchodzimy do pokoju. Trzeba się przedstawić: Dzień dobry, nazywam się... Jestem umówiona na godzinę... z... . A często jest tak, że ktoś wchodzi i mówi: Dzień dobry, to ja! Mieliśmy się spotkać! Jaki „ja”? Klient? Kontrahent? Woźny?

Nie wspominam już o tym, że na rozmowę o pracę nie wolno się spóźnić pod żadnym pozorem. To jest niedopuszczalne! Bądźmy za to przygotowani, że nasz rozmówca może się specjalnie spóźnić. Wchodzimy do Iksińskiego, przedstawiamy się, a sekretarka na to, że Iksiński jeszcze nie przyjechał. Gdy mnie takie coś spotyka, mówię wtedy grzecznie: Rozumiem, że się



Anna Urbańska, psycholog biznesu i socjoterapeuta, prowadzi m.in. szkolenia dla bezrobotnych, uczestniczy w rekrutacji pracowników dla firm. Czytelnikom „Gazety Pomorskiej” szukającym pracy radzi, jak się zachować, by nie przekreślić swoich szans.

chwilę spóźni, by byliśmy umówieni na godzinę... Po kwadransie bezskutecznego czekania możemy zaniepokoić się, czy coś się stało? Upewnić się, czy spotkanie jest aktualne, bo – tak się złożyło – jesteśmy umówieni także w innych firmach.

- Udało nam się szczęśliwie to przebrnąć i szef prosi, byśmy usiedli. Wskazuje ów niewygodny fotel, albo sadza w przeciagu pod słońce.

- Trzeba zdawać sobie sprawę, że pracodawcy często manipulują nami i specjalnie tak sadzają. Chcą sprawdzić, jak sobie radzimy w niedogodnych sytuacjach. Trzeba wówczas grzecznie spytać: Przepraszam, mogę przesunąć krzesło, bo strasznie tu wieje. I zrobić to, przesiąść się, nie czekając na zgodę. Ja tak robię i jakoś nikt do tej pory nie zaprotestował.

Ważne, jak sadza nas pracodawca. On za biurkiem, a my z

drugiej strony? Jak petenci? Czy siadamy razem przy stoliku? To pokazuje, jakie stosunki panują w firmie, co nas ewentualnie czeka.

- Szukający pracy często jest zdenerwowany. Zależy mu, żeby pracę dostać i boi się okazać, że coś mu się nie podoba.

- Trzeba umieć zapytać. I porzucić myśl o tym, jak bardzo chcemy tu pracować. Raczej zastanowić się nad tym, jaki będzie efekt rozmowy, bo akurat mamy wpływ na to, jak wypadniemy. A jeśli będziemy myśleć tylko o tym, że bardzo chcemy tu pracować, nie będziemy w stanie na niczym się skupić.

- Jak się zachować podczas rozmowy z pracodawcą?

- Rozmowa może przebiegać na dwa sposoby. Jeden na zasadzie: proszę mi powiedzieć coś o sobie. W drugim przypadku pracodawca zadaje konkretne pytania.

Pierwsza sytuacja jest trudniejsza, bo niewiele osób umie mówić o sobie. Wtedy radzę opowiedzieć o swoim c.v., poprzedniej pracy, szkołach, doświadczeniach, umiejętnościach. Jeśli pracodawca powie: Co jeszcze może mi pani o sobie powiedzieć? – należy dopytać. Jakie informacje z mojego życia pana interesują? Co chciałby pan jeszcze wiedzieć? Można się obronić pytaniem i jednocześnie ukierunkować sobie drogę.

Gdy pracodawca zadaje pytania jest łatwiej, bo odpowiadamy w konkretnej sprawie. Ale wtedy mogą pojawić się trudne pytania. Pochopną odpowiedzią możemy sobie sami narobić kłopotu.

Rozmawiała

JOLANTA ZIELAZNA

jolana.zielazna@gazetapomorska.pl

Za tydzień – jakie pytania najczęściej sprawiają kłopot i jak na nie odpowiadać.