

## INTERVIUL<sup>1</sup>

După ce ați parcurs etapa de preselecție pe baza CV-ului și a Scrisorii de intenție/prezentare, urmează INTERVIUL.

**Structura unui interviu** include:

**1) introducere:** se stabilește contactul vizual cu interviewerul, se exprimă un zâmbet cald, se adoptă o postură adecvată. Se recomandă să vă îmbrăcați curat și cu gust, în mod adecvat situației, să ajungeți cu câteva minute mai devreme, să aduceți copii ale CV-ului, să aveți hârtie de scris, pix;

**2) întrebările preliminare:** de obicei angajatorul începe discuția; chiar este bine să vă pregătiți câteva fraze / formule de început, de genul „Înțeleg că acest post implică ...”;

**3) întrebările centrale:** vizează deprinderile și cunoștințele necesare ocupării postului. În astfel de situații:

- se pot discuta anumite cazuri;
- se prezintă o situație și se cere să analizați posibilele soluții și implicații (de exemplu, „explicați de ce considerați că firma/compania X este mai eficientă în producerea unor servicii ...”);
- Se adresează **întrebări situaționale:** de exemplu „descrie și analizează o situație în care echipa din care ați făcut parte a fost incapabilă să rezolve un conflict. Ce rol ați avut în cadrul echipei ?” (jocuri de rol);
- **întrebări din domeniul de specialitate**, evaluarea cunoștințelor;
- **întrebări legate de firmă** - specificul ei, obiective, strategii;
- **întrebări tip „brainteasers”** – la care răspunsul evident nu e neapărat cel corect;
- **întrebări cu caracter mai general**, de exemplu: „care sunt realizările dvs. pe plan profesional?; care sunt punctele tari/slabe?; cum v-ați descrie prietenii?; de ce ați renunțat la jobul anterior?; care sunt pentru dvs. cele mai importante aspecte ale unui job?; ce ați vrea să se știe despre dvs. și nu este precizat în CV?; de ce credeți că sunteți calificat pentru acest post, etc.?”

Este bine să vă pregătiți câteva întrebări despre organizație/post, dar să le evitați, în primul interviu sau în prima parte a acestuia, pe cele legate de salarizare, avantaje, concedii, prime.

În continuare, sunt prezentate câteva **întrebări tipice utilizate în cadrul unui interviu:**

- De ce doriți să fiți angajat la noi?
- De ce doriți să prestați meseria de ...?
- Ce știți despre meseria de ...?
- Ați mai lucrat într-o meserie ca aceasta sau una înrudită cu ea?
- Cum ați aflat despre intenția noastră de a angaja un om pe postul de ...?
- Știți să faceți lucrul X?
- Ce experiență de muncă aveți în domeniul Y?
- Ce calități personale vă fac să credeți că ați fi potrivit pentru acest loc de muncă?
- Sunteți capabil să lucrați în condiții de stres?
- De ce v-ați părăsit/ați renunțat la ultimul loc de muncă?
- Ce planuri aveți pentru viitor? Sunteți capabil să vă perfecționați continuu în meseria Z?

Cum v-ați gândit să realizați acest lucru?

**4) În încheiere**, aveți șansa să vă exprimați din nou interesele, să subliniați cum capacitățile personale vor servi firmei în atingerea obiectivelor sale.

<sup>1</sup> Universitatea POLITEHNICA București - Centrul de Consilierea și Orientare în Carieră, Consilierea și orientarea în carieră - Ghid pentru studenți și absolvenți, București, 2008

## Sfaturi pentru susținerea unui interviu <sup>2</sup>

### **Prima impresie**

- Despre o persoană pe care o vezi pentru prima oară se formează în 90 de secunde.
- Când intri la un interviu, în 90 de secunde poți spune "bună ziua" și poți să te prezinți. Modul în care utilizezi cele 90 de secunde este esențial.

### **Intrarea în biroul Interviewatorului**

- Intră sigur pe tine, cu capul sus.
- Apropie-te de biroul interviewatorului.
- Așteaptă să fii invitat să iei loc.
- Ultimul lucru pe care trebuie să-1 faci este să te strecuri pe ușă, timid, așteptând să ți se acorde atenție.
- Nu uita, întâlnirea este la fel de importantă pentru el ca și pentru tine.

### **Zâmbești și te prezinți**

- Îți spui prenumele și numele.
- Zâmbește! zâmbetul tău transmite interviewatorului faptul că ești o persoană sociabilă, deschisă, stăpână pe sine și fără nimic de ascuns. Indiferent cât de important este jobul pentru care ai aplicat. zâmbetul îți va fi întotdeauna de folos!

### **Strângi mâna interviewatorului**

- Numai dacă acesta inițiază gestul.
- Fii atent la modul în care strângi mâna.
- Zâmbește și păstrează contactul vizual atunci când strângi mâna persoanei din fața ta.
- Zâmbește și afirmă că îți face plăcere să-l cunoști.
- Strânge întreaga palmă a celuilalt și nu-i întinde doar degetele.
- Întinde mâna cu palma dreaptă, pe poziție de egalitate cu persoana din fața ta. Dacă palma este îndreptată în jos (pentru ca mâna ta să rămână deasupra celeilalte), poziția sugerează dominare și forță. În schimb, dacă podul palmei este orientat în sus, înseamnă o atitudine sinceră, deschisă, dar și supunere.
- strângere de mână prea puternică nu reprezintă un atu. Chiar dacă vrei să faci impresie bună și să arăți că ești o persoana încrezătoare, sigură pe tine, nu trebuie să strângi sau să scuturi cu forța mâna care ți se întinde. Durata unei strângeri de mână variază, cel mai adesea în funcție de gradul de intimitate dintre cele două persoane. Nu-ți retrage mâna brusc, ca și când ți-ar fi frică să menții contactul fizic, dar nici nu prelungi strângerea prea mult pentru că gestul poate fi considerat prea intim.
- Nu subestima niciodată puterea acestui gest firesc, intrat în rutina comunicării interumane.
- strângere de mână, caldă și fermă, va "spune" despre tine că ești o persoană sinceră, deschisă, care are încredere în ea.

### **Stai jos**

- Numai la invitația interviewatorului.
- Mulțumește și așează-te.
- Poziția ta pe scaun trebuie să fie relaxată, însă neutră.
- Evită să te lași pe spate, picior peste picior pentru că dai impresia de siguranță, dar și de superioritate.
- Dacă te apleci ușor în față, sugerezi interes față de ceea ce spune interviewatorul însă nu trebuie să exagerezi.

<sup>2</sup> Junior Achievement România, Job Shadow Day - Ghidul profesorului și al consultantului, 2002



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013CNDIPT  
OIPOSDRU

SCLMMCO

Secțiunea de Cercetare  
și Dezvoltare, Management,  
Marketing și Cultură Organizațională

## Începerea discuției

- În timpul discuției, este bine să controlezi semnalele pe care le emite corpul tău (pentru asta însă trebuie să faci multe antrenamente în prealabil).
- Adoptă o poziție relaxată în care te simți confortabil, dar în care arăți serios și profesionist (având spatele drept, capul sus, emani siguranță).
- Nu te lăsa copleșit de emoții, nu te juca tot timpul cu un pix sau o foaie, nu face gesturi nervoase.

## Greșeli la interviu

Iată o listă a celor mai frecvente greșeli pe care le poți face la un interviu

- Ai un aspect neglijent sau neadecvat momentului,
- Întârzii la interviu.
- Ai o atitudine pasivă și indiferentă, lipsită de entuziasm și hotărâre.
- Nu ai încredere în tine.
- Vorbești încet și fără vlagă, prea tare, pe un ton afectat sau ascuțit.
- Nu îți exprimi ideile cu claritate.
- Dai răspunsuri evazive la întrebările interlocutorului.
- Manifesti lipsă de interes față de postul oferit.
- Eviți privirea interlocutorului.
- Ai o mimă mohorâtă, tristă.
- Nu cunoști aproape nimic despre activitatea / profilul firmei respective.
- Deschizi primul discuția despre salariu și alte beneficii.
- Fugi de responsabilități.
- Nu ai stabilite obiective și țeluri clare în carieră.
- Dai dovadă de prejudecăți și gândire limitată.
- Lași impresia că dorești o slujbă pe termen scurt, fără să te implici prea mult.
- Îți vorbești de rău foștii șefi și colegi.
- Exagerezi sau minți.
- Ai o atitudine agresivă, atotștiutoare.
- Te joci nervos cu pixul, șuvițele de păr, ceasul etc.
- La final, nu îți mulțumești interviewerului pentru timpul și atenția acordate.
- Nu arăți interes față de proiectele companiei.

## Ținuta la interviu

- Ținuta cea mai recomandată pentru interviuri este costumul.
- Dacă nu ai un costum întreg, poți combina o jachetă de stofă cu pantaloni sau fustă neagră sau într-o culoare asortată.
- Alege o bluză sau o cămașă în ton, fără materiale / aplicații strălucitoare. Pantofii trebuie să fie bine întreținuți, proaspăt dați cu cremă și lustruiți. Dacă s-au prăfuit pe drum, șterge-i cu un șervețel uscat.
- Ai grijă ca hainele pe care le porți să nu te stânjenească sau să-ți distragă atenția de la interviu.



TRANSEL - Stagii de practică și consiliere pentru o tranziție facilă  
de la școală la viața activă pentru elevii din județul Gorj

Contract nr.: POS DRU/161/2.1/G/141724

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin  
Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013

FONDUL SOCIAL EUROPEAN

Investește în  
**OAMENI**