

## Что говорить о себе на собеседовании

Информация -Your Mentor - Современный тренинг проект по профессиональному росту ([www.your-mentor.ru](http://www.your-mentor.ru))



Этот, казалось бы, простой вопрос на собеседовании является недооцененным со стороны тех лиц, кто ищет работу. Человек старается подготовиться к разного рода ситуационным вопросам, а вопрос «о себе» оставляет на потом или совсем его не затрагивает. В данной статье мы дадим несколько советов о том, как должен выглядеть идеальный ответ на данный вопрос.

«*Расскажите мне о себе*» – это самый сложный вопрос во время собеседования, как бы неожиданно это для вас ни звучало. Конечно, рассказать о себе – это единственная тема, о которой мы можем уверенно говорить, но, тем не менее коварный характер вопроса заставляет лиц, ищущих работу, задаться вопросом, что именно сказать о себе, и есть ли правильные и неправильные ответы на собеседовании по этой теме.

### Как отвечать на вопрос «*Расскажите о себе*»

Хорошая подготовка к данному вопросу уже является эффективным способом положительного ответа, но вы можете переусердствовать. Ниже вы найдете несколько советов, которые помогут вам легко ответить на данный вопрос.

#### Будьте готовы ответить на вопрос

У вас есть ограниченное время, чтобы ответить на вопрос «*Расскажите мне о себе*», поэтому тратить одну-две минуты на разговор ни о чем – это напрасная трата времени. Это также демонстрирует, что вы нервничаете и тот факт, что вы не подготовились к собеседованию.

Когда вам задают этот вопрос, имейте множество начальных пунктов, чтобы вас не застали врасплох. Например, вы подготовили ответ с момента вашей первой работы, но вам задали вопрос с небольшим уточнением, начать с вашего образования или вашей волонтерской работы в организации защиты животных.

### **Не переусердствуйте с подготовкой**

Данный пункт тесно связан с предыдущим. Почему компании задают вопрос *«Расскажите мне о себе»*? Потому что они хотят знать, кем вы являетесь вне ваших трудовых будней. Они хотят знать, что вы хорошо вписываетесь в их корпоративную культуру. Поэтому мы и советуем иметь в наличии несколько отправных точек вашей истории, чтобы вы могли адаптироваться походу собеседования, а не просто повторять стандартный ответ. Вы также должны быть готовы ответить на встречные вопросы.

### **Не пересказывайте свое резюме**

Скорее всего, все, кто находится с вами за столом, успели просмотреть ваше резюме. В своем ответе на вопрос *«Расскажите мне о себе»* поведайте им что-нибудь о себе, чего вы не включили в свое резюме. Иногда полезно начать с чего-то вроде: *«Как вы видите из моего резюме, моей целью всегда была карьера в области продаж»* или *«Просмотрев мое резюме, вы наверняка задаетесь вопросом, почему я себя считаю подходящим кандидатом на эту должность, если вся моя карьера связана с информационными технологиями? Все дело в том, что ...»*.

Такого вида начало позволяет связать ваши слова с тем, что написано в вашем резюме. В последствии это будет ярким напоминанием о вас, когда отдел кадров будет повторно просматривать CV и определяться с кандидатами на свободную должность.

### **Используйте истории, чтобы показать работодателю, что он получит, наняв вас**

Если есть какое-то конкретное достижение, цель или история, которую ваше резюме не освещает, например, разработка стратегии в социальных сетях, которая удвоила число подписчиков в Twitter вашей последней компании, то теперь это прекрасная возможность объяснить это.

Сосредоточьтесь на том, что рекрутер хочет знать. Как ваша история, какой бы она ни была, может показать работодателю, что вы подходите для их компании? Когда вы отвечаете на вопрос *«Расскажите мне о себе»*, постарайтесь запомниться работникам отдела кадров. Как это сделать вы можете прочитать в статье [«Как успешно пройти собеседование. Мастер-класс»](#).

### **Учитывайте роль и культуру компании**

Зная немного о работе, компании и людях, которые в ней работают, вы можете хорошо подготовиться к тому, что говорить о себе на собеседовании. Социальные сети дают вам шанс ознакомиться с культурой компании и узнать больше о ваших потенциальных будущих коллегах.

Возможно, работник отдела кадров был членом того же общества защиты природы, что и вы, или вы оба проявляете активный интерес к катанию на лыжах. Это помогает людям, опрашивающим вас, осознать, что вы больше, чем просто кандидат на должность, а также говорит о вашей способности быстро вписаться в рабочую культуру.



### **Используйте примеры, которые иллюстрируют ваш стиль работы**

Ответ на вопрос «*Расскажите мне о себе*» также является хорошим способом выявления проблем для обеих сторон. Кандидат, имеющий опыт принятия важных решений и разработки новых идей с командой во время обеденных перерывов, может быть удивлен тем, что в данной компании все употребляют обед за своим рабочим столом.

Это также можно сказать о человеке, который привык уходить домой в 5 часов вечера, а на собеседовании выясняет, что для укрепления командного духа, сотрудники ходят ужинать после работы, обсуждая рабочие процессы и инновации.

### **Подумайте о том, что другие говорят о вас**

Какие отзывы дадут о вас ваши предыдущие начальники, если рекрутер свяжется с ними? Как ваши прежние коллеги или менеджеры ответят на вопрос «*Расскажите мне о [ваше имя]?*». Это отличная отправная точка для вас, если вы не можете придумать что-то о себе, тогда просто подумайте над вопросом, с точки зрения постороннего. Создание дистанции между собой и вашими компетенциями позволяет вам видеть себя таким, какой вы есть на самом деле.

### **Придерживайтесь простого и краткого ответа**

Вам не стоит выделять 10 минут на рассказ о себе. Вместо этого сконцентрируйтесь на самых важных фактах и историях. Даже одной хорошей истории может быть достаточно. Это не лучшее время и место, чтобы рассказывать историю своей жизни.

### **Будьте готовы к ответам на дополнительные вопросы**

Многие рекрутеры задают дополнительные вопросы, чтобы стимулировать дискуссию. Они знают, как копать глубже, чтобы добраться до сути ответа. Будьте

внимательны в своих деталях, сосредоточившись на нескольких ключевых моментах.

### **Попрактикуйтесь с зеркалом или кем-то из близких**

Независимо от того, к каким вопросам собеседования вы готовитесь, практика может помочь вам отточить свой ответ и придать вам больше уверенности. Если вы точно знаете, что вы скажете и как вы это скажете, тогда у вас не будет проблем с ответом на вопрос *«Расскажите мне о себе»*.

Если вы предпочитаете практиковаться с реальным человеком, обратитесь к другу или члену семьи и попросите их организовать вам собеседование. Или вы можете сесть перед зеркалом и попрактиковаться с реакцией на самого себя, учитывая язык тела и зрительный контакт.

### **Чего следует избегать, когда говорите о себе на собеседовании**

Теперь, хотя ваш ответ субъективен и индивидуален для вашей ситуации, вы все равно можете ответить на этот вопрос неудовлетворительно. Ниже мы привели несколько примеров, которые нежелательны в вашем ответе.

#### **Спрашивать: *«Что вы имеете в виду?»***

Никогда не спрашивайте работника отдела кадров, что он имеет в виду. Это показывает, что вы не способны мыслить нестандартно, не понимаете инструкций и не можете продемонстрировать необходимые навыки. Хуже того, он может подумать, что вы пытаетесь что-то скрыть от него. Такой ответ эквивалентен тому, чтобы сказать *«я не знаю»* на экзамене.

#### **Сказать, чего вы хотите от компании**

Что бы вы ни делали, не говорите *«я ищу компанию, которая поможет мне расти»*. Мало того, что такое предложение на самом деле не отвечает на вопрос о себе, так и рекрутеры воспринимают его как стоп-выражение. Для них это означает несколько вещей:

- они могут подумать, что вы нуждаетесь в как можно скором повышении;
- они могут посчитать это признаком того, что вы совершили серьезную ошибку, которая помешала вам достичь более высоких целей на предыдущей работе.

#### **Дать ответ в одном предложении**

Работники отдела кадров любят слушать историю карьеры и приобретение соответствующих навыков. Даже если вы только окончили университет, вы не должны выдавать ответ, как: *«Я только окончил университет и этим все сказано»*. Всегда ищите примеры из вашей жизни, которые покажут ваше соответствие желаемой должности.

### **Заключение**

Когда вы идете на собеседование всегда помните, что отдел кадров рассматривает множество кандидатов на должность. А значит ваша цель – выделиться среди остальных. Вы должны хорошо проработать ваше выступление и подготовить свои ответы. Вопрос «*расскажите о себе*» является очевидным на собеседовании, и вы должны серьезно отнестись к подготовке, чтобы заработать максимальный бал по данному пункту. Желаем вам удачи на следующем собеседовании!