

## Подготовка к стресс собеседованию

Мы всегда стремимся показать себя с наилучшей стороны, особенно при приеме на работу. Поэтому хитрые кадровики изобрели метод шокового собеседования, или стрессового интервью, по-другому.

Главный принцип – провокация кандидата на должность. В ход идет все – шокирующие и неуместные вопросы, грубое поведение рекрутера и т.д.

Задача – увидеть, как поведет себя человек в той или иной ситуации.

### **Цель и задачи теста**

Стресс-тест помогает составить о человеке более полное и объективное мнение. Никто откровенно не расскажет по собственной воле о своих недостатках. Стресс-тест помогает составить о человеке более полное и объективное мнение. К тому же, как утверждают некоторые рекрутеры, этот метод помогает узнать больше о биографии.

Стрессовое собеседование иногда ставит своей целью поймать человека на лжи. Многие менеджеры по персоналу считают, что такой метод позволяет сократить затраты времени, так как создает объективную картину, позволяет увидеть естественные реакции, и то, насколько сильно человек поддается психологическому давлению.

Как пройти и провести стресс собеседование В различных источниках приводятся списки должностей, кандидаты на которые могут подвергнуться такой процедуре отбора. Прежде всего, это руководящие должности. Ни для кого не секрет, что руководителям приходится принимать ответственные решения, иногда в условиях дефицита времени. Это большой стресс, и от умения человека собраться и действовать правильно зачастую зависит очень многое.

Другая категория работников, для которых могут применить стрессовое интервью – все те, кто общается с людьми по долгу службы. Эта работа относится к разряду «эмоционально выматывающих». Задача рекрутера – проверить стрессоустойчивость претендента. К таким должностям можно отнести менеджеров по продажам, секретарей, диспетчеров, кассиров, кадровиков, журналистов, администраторов, тех, кто работает с претензиями и т.п. Все эти сотрудники общаются со множеством людей, из которых очень малая часть настроена доброжелательно. И здесь важно умение «разрулить» ситуацию.

Не рекомендуется использовать стресс-собеседование для должностей, на которых главные качества – методичность, скрупулезность, точность. Это может оттолкнуть претендента. К таким сотрудникам относятся экономисты, бухгалтеры.

### **Принципы проведения стресс собеседования**

Работодатель будет различными способами пытаться манипулировать поведением кандидата. Условно способы вывести человека из себя можно подразделить на несколько групп:

## 1. Некорректные или оскорбительные вопросы

Вас могут спросить о личной жизни, например, имеете ли вы внебрачную связь. Сюда же можно отнести неоднозначные вопросы.

К примеру, вы приходите на собеседование. Вам задают вопрос: хотели бы вы занять место своего начальника? Понятно, что сразу не среагируешь адекватно. Как может действовать соискатель, то есть вы? Растерянно замолчать? Это не очень хорошо, поскольку может заставить задуматься о вашей неспособности быстро принять решение. Ответить «Да, конечно»? С одной стороны, это покажет вашу высокую мотивацию к работе и достижениям, что плюс, а с другой – высокое честолюбие, что не слишком хорошо. Самый оптимальный вариант ответа, намекающий на то, что вы будете работать так хорошо, чтобы при повышении шефа в должности, это сыграло ему на руку. Подчеркните, что не хотите занимать чье-либо место, а желаете работать с тем руководителем, с которым можно было бы развиваться профессионально.

Или вот другой вопрос, который могут задать на стресс-собеседовании: «Почему вы долго работали на старом месте без карьерного роста?». Сложно ответить на него однозначно верно. Как бы вы ни ответили, это может прямо или косвенно указать на ваши недостатки. Скажете «не очень-то хотелось» – у вас либо маленькие амбиции, либо наоборот, завышенная самооценка и неадекватное восприятие окружающих. Рассказать о том, что же помешало на самом деле, тоже не каждый сможет правильно. О своих недостатках распространяться не хочется, рассказ о злых коллегах, которые вас подсиживали, также совсем не к месту. На подобные вопросы советуем отвечать, что компания ваша хороша, да только в вашей сфере продвижения там случаются крайне редко, и что вы чувствуете в себе силы взять на себя более ответственную работу, именно поэтому и ищете новое место службы. Естественно, так следует говорить, если вы действительно уверены в своих возможностях, ваш уровень будет так или иначе проверен.

Вопросы о личной жизни, детях, ориентации порой граничат с хамством. Как повести себя? Кто-то пустится в подробный рассказ о своей жизни. Это не совсем верно. Помните, на любой вопрос можно ответить вежливо и в пределах тех границ, которые установите вы сами. Вы имеете полное право отказаться отвечать на такие вопросы, как «почему вы не можете выйти замуж», «у вас проблемы с мужчинами», «сколько вы выпиваете за ужином». Что, кстати, позволит нанимателю сделать вывод, что давлению вы не поддаетесь.

## 2. Некорректное поведение на собеседовании

На вас могут накричать, вам могут наругать. Пригласивший вас на собеседование на 14:00 сотрудник придет только в три часа, а потом, во время беседы, будет постоянно разговаривать по телефону (читать бумаги, демонстрировать откровенную скуку). Когда вы начнете рассказывать о себе, вас будут одергивать фразой «говорите короче» либо все время перебивать. Бывает и так, что работодатель все время молчит и никак не реагирует на высказывания.

В любом случае не поддавайтесь на провокации и сохраняйте спокойствие. Вы в любой момент можете встать и уйти. Например, вам говорят: «Зачем вы выбрали эту профессию? Мол, это было очень глупо с вашей стороны». Кандидат может начать приводить аргументы в свое оправдание, перечислять достижения. Далее может последовать еще более жесткий вопрос: «Вы что, действительно считаете себя профессионалом? Да ваши знания давно неактуальны» и т.п. Кто-то может растеряться, замолчать. Но это явно не произведет впечатления на проводящего собеседование. Переспросите у рекрутера, какую, по его мнению, профессию вам следовало бы выбрать. Если вас обвиняют в том, что вам нечего сказать, возразите, что пытаетесь только уйти от конфликта, в который вас ввергают.

При случае, когда интервьюер разговаривает по телефону или читает что-нибудь, можно взять паузу, пока на вас не обратят внимание. Если рекрутер молчит, игнорируя вас, играть с ним в молчанку не стоит, сложится мнение, что вам нечего сказать. Продолжайте беседу, старайтесь втянуть его в разговор, задавайте вопросы. Такие тесты часто проводят для кандидатов на должность менеджера по продажам. Для них главное – заинтересовать клиента, который абсолютно не желает тратить свои денежки. Представьте, что перед вами клиент. В любом случае не теряйте выдержки.

Наткнувшись на откровенное хамство и грубость, не всякий сразу сможет достойно на него ответить. Кто-то занервничает, станет грубить в ответ. Такого делать нельзя ни в коем случае, вы проиграете. И на работу не устроитесь, и чувство собственного достоинства уроните. Молчать тоже не стоит, могут подумать, что вы не в силах постоять за себя. Задайте прямой вопрос: «Вы хотите проверить меня на стрессоустойчивость?».

Как вариант проведения стресс-собеседования: интервьюер вещает без умолку, как радио, постоянно кидая вам обвинения в некомпетентности и отсутствии аргументов. Вы, как кандидат, можете пытаться вставить словечко в свое оправдание, но это будет выглядеть, как жалкий лепет. Внимательно выслушайте все до конца, не поддаваясь на манипуляции, а по окончании спича спокойно возразите, убедительно оперируя аргументами.

### 3. Нетипичные задания

Вас могут попросить приготовить кофе, когда вы претендуете на должность начальника отдела. Хорошо подумайте, прежде чем отказываться или вспылить. Некоторые руководители делают это специально, не желая видеть на позициях топ-менеджеров гордецов, не способных ни на что самостоятельно.

Сюда же можно отнести ролевые игры, когда описывается конфликтная ситуация, и рекрутер предлагает кандидату найти выход из нее или просто описать свое поведение. Например, работник кредитного отдела. Что вы будете делать, если заведомо неплатежеспособный клиент предложит вам взятку за помощь в выдаче кредита? Или если клиент нагло начнет требовать скидку на товар (для продажников). Постарайтесь дать максимально адекватный ответ, не теряйтесь ни в коем случае. Пообещаете подумать, а сами тем временем

поставите в известность службу безопасности банка? Откажете клиенту и выставите его за дверь? После того, как вы предоставите свой вариант ответа, рекомендуем поинтересоваться, какой регламент на такие случаи существует в компании. Не стесняйтесь задавать вопросы, уточнять непонятные вещи. Возможно, от вас этого и ждут.

Иногда на стресс-собеседованиях дают задания на сообразительность, например, как можно продать страуса? В таких случаях важен не сам ответ как таковой, а ход мыслей кандидата, это проверка на умение быстро ориентироваться в ситуации. Озвучивайте ход своих мыслей, рассуждайте. Чем больше проявите креативности, тем больше это понравится интервьюеру. Из этой же оперы задания типа «продайте мне ручку». Рекрутер берет обычную пишущую ручку и предлагает вам продать ее. Это задание не только на умение предлагать товар, но и на умение вести беседу. Можно построить разговор примерно так: «Позвольте рассказать вам о достоинствах этой ручки. Она замечательно удобно помещается в руке, красивый цвет пасты, и эти удовольствия всего за 5 рублей». В конце можно спросить: «Так сколько штук вам привезти?».

#### 4. Необычная обстановка.

На интервью вас могут пригласить в ресторан. Получив приглашение, важно знать: вряд ли с вами будут трапезничать. Ничего не заказывайте и не курите за столом. Естественно, алкоголь запрещен. Иначе о вас могут подумать, что вы ненадежны. Или в компании вашей мечты не принято курить. Постарайтесь не испортить о себе впечатление.

Вас могут интервьюировать в коридоре или на улице. Если вас встретили так, постарайтесь вести себя естественно.

#### Соискателям.

Сталкиваясь с такой ситуацией, прежде всего, помните, важно держать себя в руках, независимо от того, провоцируют вас или нет. Если вы уверены в себе, можете немного подыграть собеседнику. Или сказать, что понимаете, что вам устроили стресс-тест. Считается отличной защитой в этой и любой другой ситуации – чувство юмора. Призовите на помощь всю свою выдержку, не бойтесь и не смущайтесь. Помните, ваши умения и знания обязательно будут оценены по достоинству, если не здесь, так в другой компании.

Если вам задают коварные вопросы, помните, что здесь проверяют именно вашу находчивость. Проявите смекалку.

И вообще задумайтесь, если компания так проводит собеседования, то и условия работы будут такими же, потому что при приеме на работу проверяется соответствие кандидата корпоративной культуре. Так ли уж нужна эта должность?..

Соискатели, помните, спокойствие и собранность поможет вам в любом случае!