

6 เคล็ดลับ พกความมั่นใจไปสัมภาษณ์งาน



สมัครไปเป็นสิบ เรียกสัมภาษณ์อยู่ที่เดียว! ทุกคนคงจำไว้เสมอว่าการสัมภาษณ์งานทุกครั้งเป็นโอกาสที่เราต้องทำมันให้เต็มที่ นอกจากคำตอบดี ๆ แล้ว สิ่งสำคัญที่เราควรพกไปด้วยนั่นก็คือ **ความมั่นใจ** นั่นเอง ถ้ามีสองข้อนี้แล้วยังไม่ได้งานก็ให้มันรู้ไป

เทคนิคเพิ่มความมั่นใจในการสัมภาษณ์งาน

เลือกชุดที่มั่นใจ

ในการสัมภาษณ์งานนั้น แนนอนว่าเราควรแต่งกายให้เรียบร้อยเหมาะสมที่สุด แต่ที่สำคัญไม่แพ้กันคือการเลือกชุดที่ใส่แล้วมั่นใจ รู้สึกสบาย ไม่รัดเปรี๊ยะ หรือหลวมโคร่งจนเกินไป ถ้าคุณส่องกระจกก่อนออกจากบ้านแล้วมีความคิดว่า อีป้านี้เป็นใคร ทำไมแต่งตัวแบบนี้? เสื้อตัวนี้กับกระโปรงตัวนี้ มันไม่โอเคเลยอะ เนคไทเส้นนี้มันเข้ากับเสื้อตัวนี้จริง ๆ หรือ? แนนอนว่าถ้าเราแต่งตัวอย่างที่เรามั่นใจเราก็จะไม่ต้องคอยพะวงหน้าพะวงหลัง ส่งผลให้เรามีความมั่นใจ มีบุคลิกภาพที่ดี เคลื่อนไหวร่างกายได้สะดวกนั่นเอง

บุคลิกภาพก็สำคัญ

ทุกคนคงรู้จักดีใช่ไหมว่า การเคลื่อนไหวของร่างกายเราถูกควบคุมโดยสมอง แต่รู้หรือเปล่าว่า เราสามารถใช้ร่างกายของเราเพื่อจะหลอกสมองได้เหมือนกัน อย่างการนั่งอึดๆ หรือการกอดอก เป็นบุคลิกภาพที่ไม่ดีเอาซะเลย เพราะจะแสดงให้เห็นถึงความไม่มั่นใจ ไม่มีพลัง หรือบางทีการนั่งกอดอกยังทำให้ผู้สัมภาษณ์รู้สึกได้ว่าคุณเป็นคนขี้อึด ไม่ชอบมีส่วนร่วม หรือชอบต่อต้านคนอื่น ทั้ง ๆ ที่บางคนอาจจะทำไปเพราะชินหรือเป็นท่าที่สบายแค่นั้น ใครที่ชอบทำพฤติกรรมแบบนี้ก็ต้องฝึกตัวเองกันหน่อยนะ

ฝึกพูดให้ชัดเจน และอย่าลืมที่จะยิ้ม

คนส่วนใหญ่มักจะใช้เวลาหนึ่งชั่วโมงก่อนเข้าห้องสัมภาษณ์ในการเตรียมคำตอบที่จะไปพาดพิงกับผู้สัมภาษณ์ แต่เราลืมนึกไปว่าเรื่องของการพูดการจาก็เป็นสิ่งสำคัญ

ปกติแล้วบางคนอาจจะรู้สึกเขินอายที่จะต้องพูดให้ฉะฉาน เสียงดังชัดเจน แน่แน่นอนว่าสำหรับบางคนก็เป็นเรื่องที่ต้องฝึกกันหน่อย และยิ่งในการสัมภาษณ์งานที่ความตื่นเต้นเป็นเรื่องปกติที่ทุกคนต้องเจอ ก็ยิ่งยากที่จะเราจะพูดได้อย่างชัดเจน ไม่ติดขัด ทางที่ดีก็ลองฝึกพูดตอบคำถามให้เสียงดังฟังชัด และเมื่อเราได้ยินเสียงตัวเองเราก็จะรู้มีตรงไหนที่ยังต้องเพิ่ม ตรงไหนต้องลด โทนเสียงแบบนี้โอเคแล้วหรือยัง วิธีนี้จะทำให้คุณยิ่งดูโปรในการสัมภาษณ์ขึ้นอีกหลายเท่าเลยละ แล้วอย่าลืมว่ารอยยิ้มก็เป็นเรื่องที่สำคัญเช่นกัน ยิ่งคนที่เขินอายยิ่งอยากคุณจะไปทำหน้าที่ หรือยิ้มเจื่อน ยิ้มแห้งใส่คนสัมภาษณ์มันก็ไม่ดีเท่าไรหรอก จริงมั๊ย? งั้นก็ลองฝึกยิ้มให้เป็นธรรมชาติดูสิ กินเรียบแน่นอน

ทำตัวให้เป็นมิตร

ก่อนที่จะขึ้นไปยังห้องสัมภาษณ์ ลองยิ้มให้คนแปลกหน้า พูดคุยกับพนักงานต้อนรับ หรือคนในลิฟท์ด้วยท่าทางที่เป็นมิตรดูสิ เชื่อสิว่าทุกบริษัทต่างก็ต้องการมีบรรยากาศการทำงานที่ดี ถึงคุณจะตอบคำถามได้ดีแค่ไหน แต่ถ้าคุณเข้ากับคนอื่น ๆ ในทีมไม่ได้ บริษัทก็คงไม่อยากได้คุณเท่าไรหรอก จริงมั๊ย?

ควบคุมอารมณ์ให้ดี

เวลาที่ตื่นเต้นคนเรามากจะมีพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างการกัดเล็บ เกาหัว หรืออ่าเท้า ทั้งหมดนั้นเป็นการปลดปล่อยความรู้สึก และจะช่วยคลายความตื่นเต้น ความกังวลนั่นเอง ไม่ได้บอกว่าคุณจะต้องหักดิบเลิกทำพฤติกรรมเหล่านั้น แต่คุณห้ามทำตอนที่อยู่ต่อหน้าคนสัมภาษณ์เด็ดขาด! เพราะมันจะแสดงให้เห็นถึงความไม่มั่นใจอย่างแรง และอาจทำให้คุณพลาดงานดี ๆ ไปเลยก็ได้นะ ทางที่ดีถ้าคุณมีอาการตื่นเต้นมาก ๆ ก็ขอให้ปลดปล่อยออกมาให้หมดตอนอยู่ที่บ้าน หรือบนรถระหว่างทางไปบริษัท แต่พอถึงที่คุณต้องฮึดสู้ทันที! อดทนหน่อยนะ ถึงเราจะตื่นเต้นจนอยากจะกรี๊ดแค่ไหน ก็อย่าแสดงออกมาให้เขารู้เด็ดขาด

เตรียมคำตอบที่ดีที่สุดสำหรับคำถาม “ทำไมถึงอยากทำงานนี้”

คำถามนี้คงเป็นคำถามที่สร้างความลำบากใจให้กับใครหลาย ๆ คนจริงมั๊ยคะ ? จริง ๆ แล้วคำถามนี้ก็เป็นอีกหนึ่งคำถามที่ชี้เป็นชี้ตายได้เลยว่าเราจะได้งาน หรือจะโป๊ะ! เพราะคำถามนี้แสดงให้เห็นถึงอะไรหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นความรู้เกี่ยวกับบริษัทที่คุณมี ความเข้าใจในตำแหน่ง แม้กระทั่งความตั้งใจของคุณว่าคุณอยากได้งานนี้แค่ไหน เพราะฉะนั้นก็ควรจะทำบ้านให้ดี อย่าลืมหาข้อมูลบริษัทไปด้วยละ เพราะถ้าคุณตอบคำถามนี้ได้ดี รับรองว่าเก็บแต้มได้เยอะแน่นอน

สุดท้ายนี้ ขอให้ฝึกไว้เสมอว่าการสัมภาษณ์ไม่ได้แสดงให้เห็นถึงทักษะ และประสบการณ์ที่คุณมีเท่านั้น แต่ยังเป็นโอกาสที่คุณจะได้แสดงตัวตนออกมาให้เขาเห็นว่า คุณเหมาะสมกับทีมของเขาแค่ไหน ไหน อย่าลืมที่จะพูดจาอย่างเป็นมิตร อย่าถามคำถามที่เด็ดขาด และขอให้มั่นใจไว้เสมอว่าคุณเหมาะกับงานนี้เป็นที่สุด เพราะการที่ทางบริษัทเห็น resume และ portfolio ของเราแล้วเรียกเรามาสัมภาษณ์ นั่นก็แสดงว่าเรามีคุณสมบัติ และทักษะที่เหมาะสมกับงานนี้ ที่เหลือก็เป็นเรื่องของทัศนคติที่จะดูได้จากการสัมภาษณ์นั่นเอง

ที่มา : <https://campus.campus-star.com/jobs/67798>