



Προετοιμασία για τη ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΕΠΙΛΟΓΗΣ

Τι κάνω πριν, στη διάρκεια και μετά τη συνέντευξη



Τι είναι η Συνέντευξη Επιλογής



- Μία συζήτηση (δομημένη ή «χαλαρή») μεταξύ ενός δυνητικού εργοδότη και ενός υποψηφίου όπου:
 - ο συνεντευκτής θα προσπαθήσει να εκτιμήσει τα προσόντα και την παρουσία του υποψηφίου, αναφορικά με τη θέση/εταιρίακαι παράλληλα
 - ο υποψήφιος θα αναζητήσει περισσότερες πληροφορίες για τη θέση ώστε να εκτιμήσει κατά πόσο ανταποκρίνεται αυτός στις προδιαγραφές, ως η «καταλληλότερη» επιλογή

Είδη Συνέντευξης

Στη συνέντευξη διερευνώνται και αξιολογούνται, πέρα από τις γνώσεις, τις εμπειρίες και τις δεξιότητές σου, η γενικότερη συμπεριφορά σου, η ικανότητα έκφρασης και τεκμηρίωσης, η ωριμότητά σου, οι επαγγελματικοί σου στόχοι, το ενδιαφέρον σου κ.α. **πάντα σε σχέση με τη συγκεκριμένη θέση/εταιρία.**

Η Συνέντευξη μπορεί να γίνει:

- Τηλεφωνικά
- Διαδικτυακά
- **Αυτοπροσώπως**
 - Με έναν εκπρόσωπο της εταιρίας
 - Με δύο ή περισσότερους εκπροσώπους της εταιρίας (πάνελ)



Με εναλλαγή επικοινωνιακών εργαλείων και τεχνικών (γλώσσα, ύφος, προσέγγιση)

Προετοιμασία για τη Συνέντευξη (στάδιο 1^ο)

<https://dasta.uom.gr/Career/Articles/5535.html>



Πληροφορίες που έχεις:

- ✓ Τόπος, ημέρα, ώρα, διάρκεια
- ✓ Είδος συνέντευξης
- ✓ Σκοπός συνέντευξης
- ✓ Χωροταξία συνεντεύξεων

Τι πρέπει να κάνεις:

- ✓ Αναζήτησε πληροφορίες για την εταιρία (εκπρόσωπο) και τη θέση
- ✓ Μάθε για τον Κλάδο: τάσεις, προοπτικές, επιχειρηματικές δράσεις
- ✓ Δες προσεκτικά το βιογραφικό σου και σημείωσε τι θέλεις να προβάλεις
- ✓ Κάνε εξάσκηση (καθρέφτης, βίντεο, φίλος)



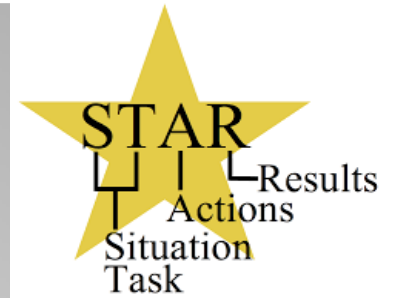
Practice your answers and know them well for job interviews.

Προετοιμασία για τη Συνέντευξη (στάδιο 2^ο)



- **Ψυχολογική προετοιμασία:**
 - το προηγούμενο βράδυ κοιμήσου καλά
 - βρες από το προηγούμενο βράδυ τι θα βάλεις
 - φάε ένα καλό-ελαφρύ πρωινό και προετοιμάσου με την ησυχία σου
 - μην υπερβάλεις με τους καφέδες και λοιπά «τοξικά» τρόφιμα
 - διαχειρίσου το άγχος σου, κάνε ευχάριστες σκέψεις
 - ΑΝΕΠΝΕΕ
- **Τι πρέπει να έχεις μαζί σου:**
 - εκτύπωση του Βιογραφικού σου (και επιπλέον αντίγραφα)
 - σημειώσεις και ερωτήσεις που θέλεις να κάνεις
 - στοιχεία επικοινωνίας με τον εκπρόσωπο και τους διοργανωτές
 - 1 μπουκαλάκι νερό
- **Πρακτικά θέματα:**
 - Φρόντισε για έγκαιρη προσέλευση και εξασφάλιση χρόνου εξοικείωσης
 - Μην έρχεσαι στις συνεντεύξεις με συγγενείς και φίλους
 - Μην επηρεάζεσαι από σχόλια και συζητήσεις συνυποψήφιων

STAR Interview Technique



PREPARE

Listen carefully to the question and think of an event. Take a few seconds to ensure you have the best example you can. Don't rush it.



SITUATION

Describe a specific event or a situation that you were in. The who, what, where, when etc.



TASK

Explain the task you had to complete, highlighting any specific challenges or constraints e.g. deadlines, issues or costs.



ACTION

Describe the specific actions that you took to complete the task. These should highlight desirable traits the interviewer is looking for.

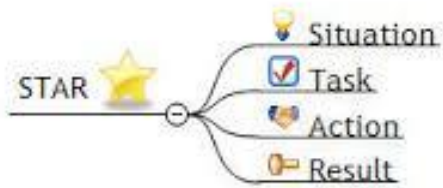


RESULT

Close with the result of your efforts. Include figures to quantify the result if possible.

And remember, do not think of new details as you answer. Say what you had planned for and end.

(Present-Past-Future formula)



STAR προετοιμασία

- Σκεφτείτε 6-8 παραδείγματα όπου δείξατε συμπεριφορές και δεξιότητες που γενικά ζητούν οι εργοδότες.
- Τα μισά από τα παραπάνω παραδείγματα θα πρέπει να είναι απολύτως θετικά (επιτυχίες και επίτευξη στόχων)
- Τα άλλα μισά θα πρέπει να αφορούν καταστάσεις που ξεκίνησαν αρνητικά και είτε κατέληξαν με επιτυχία είτε εσείς επιδείξατε άριστη επίδοση/απόδοση ή μάθατε κάτι σημαντικό για την μετέπειτα πορεία σας
- Χρησιμοποιείτε σχετικά πρόσφατα παραδείγματα (αν μπορείτε ενός χρόνου)

STAR απαντήσεις

Competence:	Ability to innovate
S Situation	I was part of the Customer Service team. We experienced poor customer satisfaction and several customer complaints due to the inconsistency of the level of service.
T Task	Being one of the most senior team members, I was asked to propose ideas on how to improve the situation.
A Action	First I reviewed the results of the customer surveys and collected data about what the dissatisfaction was about. Then I called a meeting with my peers and I asked their input through a brainstorming exercise. Finally I came up with a list of five ideas to implement changes supporting service improvement and a plan to measure future performance of our Customer Service department.
R Result	The number of complaints decreased by 20% in the month following the implementation and by 50% 3 months later.

Ακούστε προσεκτικά την κάθε ερώτηση και αν χρειαστεί ζητήστε διευκρινήσεις.

Απαντήστε επιλέγοντας το κατάλληλο παράδειγμα / ιστορία

Δώστε παραδείγματα από:

- εργασιακές εμπειρίες π.χ. διαχείριση χρόνου, καινοτόμα προσέγγιση
- πανεπιστημιακές εργασίες και projects π.χ. αναζήτηση βιβλιογραφίας
- εθελοντικές δραστηριότητες π.χ. ενημέρωση, συντονισμός μελών
- ομαδικές συμμετοχές π.χ. προβλήματα συνεργασίας

Χρησιμοποιείτε ποσοτικά στοιχεία όποτε είναι δυνατό.

Την ώρα της Συνέντευξης



- μην μακρηγορείτε, επαναλαμβάνετε, φλυαρείτε,
- λιτός, σαφής, σωστός συντακτικά λόγος,
- αποφύγετε αρνητικές εκφράσεις, σχόλια, εκτιμήσεις
- προσοχή στη γλώσσα σώματος (όλων),
- παραδείγματα, διευκρινήσεις (η προστιθέμενη αξία σας)
- σύνοψη, ανακεφαλαίωση
- **μην αναφέρεστε πρώτος σε μισθολογικά θέματα**

Προετοιμασία:

Γενικές ερωτήσεις



- Πες μου για σένα (*Present-Past-Future formula*)
- Γιατί θέλεις τη δουλειά
- Τι γνωρίζεις για την εταιρία
- Τι ενδιαφέρον βρίσκεις σε αυτού του είδους τις θέσεις
- Πως διαχειρίζεσαι στρεσογόνες καταστάσεις και πως εργάζεσαι κάτω από πίεση
- Πως αισθάνεσαι όταν συμμετέχεις σε ομάδες
- Ποιο θεωρείς το πιο δυνατό/αδύνατο σημείο σου
- Πες μου πιο θεωρείς το πιο μεγάλο επίτευγμά σου ή την μεγαλύτερη αποτυχία σου, έως σήμερα
- Έχεις «υπερβεί» όρια/κανόνες για να επιτύχεις έναν στόχο
- Γιατί να σε προσλάβω
- Ποια είναι η αμοιβή που θα ήθελες
- **Έχεις να μου κάνεις κάποιες ερωτήσεις**

'Όσα δεν λέμε αλλά αξιολογούνται... Γλώσσα Σώματος

Body Language during an interview 101

Maintain good eye contact.
Don't wander

Don't cross your arms.
It comes off as defensive or uninterested

Practice your handshake,
arrange your belongings properly

Avoid trying to cross your legs, this can cause distraction when switching legs



Keep an interested expression and don't forget to smile

Remember good posture and sit up straight

Don't overuse hand gestures, you don't want to distract from what you're saying

Remain calm, Don't let nerves make your feet do a tap dance



Μην μόνο απαντάτε, ΡΩΤΑΤΕ!

Κάντε τουλάχιστον 2 ερωτήσεις (προετοιμάστε 4)

Ενδεικτικές ερωτήσεις:

- Σε ποιον/ποια άτομα θα πρέπει να απευθύνομαι. Υπάρχει κάποια σειρά αναφοράς;
- Μπορείτε να μου δώσετε ένα παράδειγμα για το πώς θα συνεργάζομαι με τον προϊστάμενό μου;
- Πώς θα περιγράφατε την κουλτούρα της εταιρίας;
- Ποιές μεταβιβάσιμες δεξιότητες χρειάζονται για την καλύτερη ενσωμάτωση στην εταιρία;
- Ποιές είναι οι προκλήσεις της θέσης εργασίας;
- Αν προσληφθώ στην εταιρία, πως θα είναι μία τυπική ημέρα εργασίας;
- Ποιά είναι τα επόμενα βήματα στη διαδικασία επιλογής;

Μετά τη Συνέντευξη

- ✓ ολοκλήρωσε τη συνέντευξη με **χαμόγελο** και μία σταθερή **χειραψία**,
- ✓ **ζήτησε το e-mail** (κάρτα) του συνεντευκτή,
- ✓ **στείλε ευχαριστήριο μήνυμα (μέσα σε 24 ώρες, 2-3 ώρες μετά τη συνέντευξη)**: να μην είναι γενικό, πες κάτι συγκεκριμένο από τη συνέντευξη για να δείξεις το ενδιαφέρον σου για τη θέση και επιδίωξε ανατροφοδότηση/συνέχεια της διαδικασίας
- ✓ **κρατήστε σημειώσεις**: δείτε τι πήγε καλά και τι «δεν δούλεψε»
- ✓ **επικοινωνήστε με τις «συστάσεις»** σας και συζητήστε για τη θέση μαζί τους ή προωθείστε τους το βιογραφικό σας, ώστε να προετοιμαστούν σε περίπτωση επικοινωνίας από τον υπεύθυνο προσλήψεων

Feedback-Reflection

- Ερευνήστε τον **ανταγωνισμό**
 - της εταιρίας
 - των συνυποψηφίων
- Μην σταματάτε την **αναζήτηση**
 - Αξιοποιήστε πλήρως το δίκτυο που αναπτύξατε από τη συμμετοχή σας στις Ημέρες Καριέρας





The secret of acing a job interview is to
stop believing in
LUCK
and start believing in
YOURSELF.

ΚΑΛΗ
ΕΠΙΤΥΧΙΑ