

ייצוג וכתובה שיוקית
שדרוך קורות חיים
הכנה לראיונות עבודה
הכנה לאבחונים קבוצתיים



מקבלים זימון לראיון כל יום ראשון אבל עוד אין פיתרון? תופעת המתראיין הסדרתי

תהליך חיפוש עבודה, או כפי שאנו מעדיפים לכנות אותו: 'תהליך מציאת עבודה', עלול להכיל מספר לא מבוטל של מוקשים ושל גורמים לתסכולים, חששות, חרדות, תעוקות ותגובות גופניות שטרם זוהו בספרי הרפואה ושחלקן כולל השפעות בלתי הפיכות על הסביבה ועל המרקם העדין שנקרא שפיות.

אחד מהמוקשים הפוטנציאליים הללו טמון בחוויה עתירת הכיף והסיפוק – ראיון העבודה. במקרים רבים נופלת בחלקם של מועמדים זכות גדולה לחוות ראיון עבודה בתדירות גבוהה אולם לא להצליח בראיון אחר ראיון.

חוויה שכזו, לא רק שיוצרת תסכול בקרב המועמד, אלא אף פוגעת בביטחון העצמי, בהערכה העצמית וברצון וביכולת להמשיך ביעילות את תהליך מציאת העבודה.

במקרה של כישלונות חוזרים בראיונות עבודה ובכדי להפחית את הסיכון בפספוס ראיון נוסף ומשרה נוספת, כדאי לשים לב לנקודות הבאות:

- **שחזור פנימי:** נסו 'להריץ' בדמיונכם את הראיונות האחרונים בהם הייתם. באילו נושאים ושאלות גיליתם חוזקה ויכולת לתת תשובה טובה ומשכנעת? באילו נושאים הרגשתם שאתם צועדים על קרקע לא יציבה והרגשתם שהתשובה שנתתם הייתה בינונית במקרה הטוב? נסו למפות את נקודות התורפה שגיליתם במהלך הראיונות האחרונים. כך, תוכלו להתמודד אתם ביתר יעילות בזמן שנותר עד לראיון הבא.
- **שחזור חיצוני:** במקרים מסוימים ניתן לפנות לארגון בו התראיינתם ולבקש לדעת את הסיבה בגינה הופסק תהליך המיון שלכם. פעמים רבות לא תזכו לתשובה או לתשובה טובה מספיק, אולם לעתים תוכלו לזכות במשוב יקר מפז שיכול להוות את המפתח להצלחה בראיון הבא.
- **הכנה:** אין מה לעשות, ככל שמתכוננים יותר כך משפרים יכולות וסיכויים להצליח במשימה. ההכנה לראיון עבודה אינה צריכה לכלול שינון בעל פה של תשובות שלמות ונאומים חוצבי להבות. מטרתה לגרום לכם להרגיש נוח בהתמודדות עם כל שאלה שתישאלו באמצעות פיתוח 'ארגז כלים' בו תוכלו לעשות שימוש בסיטואציות משתנות בהתאם לשאלות שונות. נסו להיעזר במשפחה, חברים או חיית מחמד מוכשרת במיוחד בכדי לקבל חוות דעת אובייקטיבית על איכות תשובותיכם, שפת גופכם ואופן התמודדותכם.
- **חזרה למקורות:** לפני הראיון הבא שלכם, חזרו וקראו שנית את קורות חייכם. היזכרו בכל התפקידים אותם ביצעתם, ביכולות שלכם, בכישורים שלכם ובהצלחות שלכם. מרכיב משמעותי בהצלחה בראיון עבודה הוא הביטחון העצמי.
- **המלצות:** נסו לפנות לאנשי מפתח נוספים בארגונים בהם עבדתם ואתם הייתם במגע. לפעמים, המלצה אחת יכולה להחזיר לכם את הביטחון ואת תחושת ההישגיות והערך ולסייע לכם להצליח בראיון הבא. מלבד זאת, המלצות נוספות יכולות לתת ערך נוסף ברשימת הממליצים שלכם.
- **קווים מנחים:** כאמור לעיל, במקרה בו זיהיתם מספר נושאים איתם קשה לכם יותר להתמודד במהלך ראיון, כדאי להכין קווים מנחים לתשובה איכותית וממצה. שוב, אין הכוונה להכין פסקאות שלמות מראש ולדקלם אותן במהלך הראיון ללא כל קשר לשאלה, אולם

ייעוץ וכתובה שיוקית
שדרוג קורות חיים
הכנה לראיונות עבודה
הכנה לאבחונים קבוצתיים



בהחלט מומלץ להכין עקרונות לתשובות סביבם תנסחו את התשובה במעמד הראיון. כך תוכלו להפחית לחץ, להתמודד ביתר יעילות עם השאלות הנשאלות במהלך ראיון העבודה ולוודא שלא תפספסו חלקים חשובים בתשובה.

לקבלת חוות דעת מקצועית, כנה וללא עלות על מסמך קורות החיים הקיים ברשותכם שילחו אותו ל: lihiyot1@gmail.com

לייעוץ אישי, שדרוג מקצועי של קורות חיים, כתיבה שיוקית של פרופיל מקצועי ללינקדאין והכנה לראיונות עבודה (כולל הכנה SOS בטלפון) צרו איתנו קשר ב: lihiyot1@gmail.com או בקרו אותנו ב: www.lihiyot1.co.il

השרותים המומלצים שלנו:

לקריאה נוספת:

[כתיבה מקצועית של קורות חיים](#)

[אפקט שיקוף האישיות בכתיבת קורות חיים](#)

[התאמה למשרה ספציפית ולמכרזים](#)

[אני מתפטר! רגע, אולי כדאי בינתיים...](#)

[כתיבת פרופיל מקצועי ללינקדאין](#)

[9 טיפים להעברה יעילה של הזמן בהמתנה לראיון עבודה](#)

[ייעוץ שיווקי וכתובה שיוקית](#)

[הפנייה הטלפונית מהמעסיק היא בעצם חלק מראיון העבודה](#)

[למחירון](#)

בהצלחה רבה לכל מחפשי העבודה,

אילאיל פודלישבסקי לביא

להיות 1

www.lihiyot1.co.il

לא מוכרים רק מוצר, מוכרים תפיסה ושירות