

## 9 טיפים להעברה יעילה של הזמן בהמתנה לראיון עבודה

לאחר שעברתם שדרוג קורות חיים וזומנתם לראיון, הדקות לפני הכניסה לראיון העבודה, בחדר ההמתנה, במסדרון או במכוניתכם החונה (בחוץ יש לקוות), עלולות להיות מורטות עצבים ולשחוק סבלנות וקור רוח של חלק מהאנשים.

ריכזנו עבורכם מספר טיפים ועצות כיצד להעביר זמן זה באופן יעיל ומועיל.

- 1) לכו לשירותים. להתרוקן, להירגע ולוודא שכאשר אתם מחייכים אין איזו חתיכת זעתר שמחייכת יחד אתכם מבין השיניים.
- 2) חיזרו בראש על ההצגה העצמית שהכנתם – זו קרוב לוודאי התשובה הראשונה שתתנו, וברגע שתעברו אותה חלק גדול מהמתח יתפוגג.
- 3) נסו לשחזר את נקודות המפתח ואת עיקרי התשובות שהכנתם לפני הראיון.
- 4) היזכרו בתכונותיכם החיוביות ותנו לעצמכם לשאוב מהן כוח וביטחון.
- 5) חיזרו שוב על קורות חייכם, זיכרו מי אתם, אילו הישגים השגתם ואילו יתרונות אתם מביאים אתכם, אילו תפקידים ביצעתם ואילו טפיחות על השכם מגיעות לכם. כך גם לא תותירו פינות שחורות בזיכרון לגבי שורה מקורות חייכם וגם תוכלו להיטען באנרגיות חיוביות ומחזקות לקראת הראיון.
- 6) שימו לב האם מצויים פרוספקטים, עלונים או כל חומר אחר על החברה בקרבתכם, ייתכן שתוכלו להפיק משם פרט מועיל. גם אם לא, החזות שתיווצר תשקף אתכם כרציניים יותר וכבעלי רצון ללמוד ולהשתלב.
- 7) נסו לספוג את האווירה, התרשמו מאופי ההתנהגות והדיבור של העובדים סביבכם, נסו לזהות נורמות או כל מידע רלוונטי נוסף.
- 8) התמקדו במחשבות חיוביות – כל מה שנוסף בכם תחושה של ביטחון, שלווה ואמונה עצמית.
- 9) והכי חשוב: נישמו עמוק והירגעו (רק לא לדמיין שאתם על חוף נידח כלשהו בתאילנד כי חשוב שתיכנסו בפוקוס לראיון).

לשדרוג קורות חיים, הכנה לראיונות עבודה ומאמרים נוספים בנושא צרו איתנו קשר ב:  
[lihiyot1@gmail.com](mailto:lihiyot1@gmail.com) או בקרו אותנו ב: [www.lihiyot1.co.il](http://www.lihiyot1.co.il)

בהצלחה רבה לכל מחפשי העבודה,

אילאיל פודלישבסקי לביא

להיות1

[www.lihiyot1.co.il](http://www.lihiyot1.co.il)

לא מוכרים רק מוצר, מוכרים תפיסה ושירות