

# COLLOQUIO DI LAVORO: NIENTE PANICO!

Dopo la stesura di un CV, il colloquio di lavoro è uno degli aspetti, nell'ardua impresa della ricerca di un impiego, che incute maggior timore nei candidati. Il colloquio di selezione non si propone solo di accertare che un determinato candidato abbia delle competenze specifiche e requisiti del profilo ricercato, ma vuole verificare anche la possibilità che tra un candidato ed un'azienda si possa instaurare un rapporto duraturo.

Qual è il modo migliore per affrontarlo? Quali le cose da fare e non fare? Sono solo alcune delle domande che affollano la nostra mente.

È importante, prima di presentarsi al colloquio dedicare del tempo a questi aspetti:

- documentarsi sull'azienda visitando il sito web ed informarsi sulla loro "mission";
- rileggere l'annuncio per cui si è candidati;
- rileggere il proprio CV per verificare che non vi siano errori;
- concentrarsi su i propri punti di forza e debolezza (per rispondere a delle domande ipotetiche).

Il giorno del colloquio si possono generare in noi sentimenti di agitazione, di ansia e di "non essere in grado di..., di non essere all'altezza". Ma come possiamo fronteggiarli?

Qui di seguito vi riporteremo dei consigli utili:

- arrivare in orario, ma non troppo in anticipo. Si prediligono i 10-15 minuti;
- stringere la mano, sorridere e guardare negli occhi il selezionatore;

- sedersi in posizione leggermente asimmetrica e presentarsi con un abbigliamento adeguato;
- arrivare preparati al colloquio;
- esporre in maniera chiara quale contributo si può dare all'azienda (preparare una presentazione su se stessi del tutto personale, cercando di inserire non solo le esperienze lavorative pregresse, i vari percorsi formativi, ma anche le skills personali);
- dimostrare rispetto, calma, professionalità e sicurezza. Fare una riflessione sulle proprie aree di miglioramento;
- farsi spiegare gli aspetti poco chiari e domandare su eventuali dubbi che si hanno. È importante discutere in merito alla posizione lavorativa o sull'azienda in generale mostrando così interesse a riguardo.

Un altro elemento fondamentale per un colloquio riguarda la comunicazione verbale e non verbale (meta-comunicazione), ossia il linguaggio del corpo. I selezionatori attraverso la comunicazione verbale presteranno attenzione allo stile di comunicazione, al tono della voce, all'uso delle pause, all'influenza dialettale e all'appropriatezza dei contenuti del discorso. Daranno tuttavia importanza anche alla gestualità, alla postura ed al contatto visivo (comunicazione non verbale).

I colloqui fisici (in presenza), soprattutto in questo periodo così delicato, sono stati sostituiti da quelli online che si svolgono su varie piattaforme dedite alla messaggistica e alle videoconferenze come Skype, Whatsapp e Zoom. È importante non sottovalutarli, ma considerarli come dei veri e propri colloqui professionali.

Qui di seguito vi riporteremo dei suggerimenti utili:

- trovare un luogo tranquillo, che non abbia distrazioni;
- parlare in modo lento e chiaro;
- vestirsi in maniera professionale come se doveste presentarvi di persona.

Queste sono solo delle piccole indicazioni su come affrontare un colloquio sia in presenza che online, con la speranza che vi saranno d'aiuto per il colloquio successivo che vi troverete a sostenere.

Non dimenticate di avere sempre fiducia in voi stessi!