

Подготовка к самопрезентации

Самопрезентация - это представление себя и результатов своего труда.

В первую очередь необходимо определиться с целью самопрезентации. Нужно внимательно изучить или представить целевую аудиторию, перед которой придется предстать. Можно спросить: какие у нее ожидания? Что хотят увидеть другие люди?

1. Необходимо тщательно продумать, каким человек сам хочет себя представить другим людям, какие качества в себе хочет подчеркнуть, какое хочет создать впечатление.
2. Далее требуется обдумать, какими средствами можно этого достичь. Ответить себе на вопрос: как другие люди поймут, что вы компетентный/опытный/энергичный/ответственный/... и т. д.
3. Человеку следует изучить собственный имидж. Какое послание в себе он несет как человек, пришедший на собеседование? Можно заранее создать свой лозунг или кредо, это поможет сформировать правильное намерение.
4. Далее нужно продумать, какие визуальные средства (одежда, прическа, макияж) помогут донести до другого человека необходимое послание? Как по голосу, по вашей речи можно будет понять, что вы - тот, кем хотите казаться? Как по вашим жестам, движениям можно это понять? Как по тому, что вы делаете в жизни, можно это понять?
5. Можно попробовать определить, что может вам помогать в самопрезентации, на что можно опираться. Это могут быть сильные стороны, профессиональные знания и умения, черты характера, знание своих прав (например, право не доказывать свое великолепие, право отказываться и право соглашаться, право брать паузу, право не отвечать на какие-то вопросы и т. д.).
6. Особое внимание стоит уделить возможным трудностям. Важно понимать, с чем потенциально можно столкнуться, подготовиться к такому развитию событий и придумать заранее вариант выхода из затруднения.
7. Какие трудности могут ждать делового человека на собеседовании? Например, может попасться критичный или скептический сотрудник кадровой службы, который будет подвергать сомнению опыт и способности кандидата.
8. Важно представить себе эту ситуацию, предположить, какие чувства будет испытывать человек, если его начнут критиковать или сомневаться в его профессионализме. Дать себе испытать их, не оценивая себя.
9. Будет полезно представить возражения, с которыми есть вероятность столкнуться. Выписать их на лист бумаги и придумать к каждому возражению ответ.
10. Все перечисленные выше рекомендации следует учитывать и выполнять непосредственно незадолго до самопрезентации. Необходимо также указать, над какими аспектами своей личности необходимо работать человеку для того, чтобы достичь успехов в деловой самопрезентации не через корректировку своих действий, а через целевой - мотивационный уровень. В данном случае необходимо обратиться к принципам имиджирования.