

## Spis treści

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Wstęp.....                                                             | 5  |
| 1. Rozmowa kwalifikacyjna .....                                        | 7  |
| 2. Odpowiednie przygotowanie się do rozmowy kwalifikacyjnej .....      | 13 |
| 2.1. Kandydat – osoba poszukująca pracy .....                          | 14 |
| 2.2. Potrzebne dokumenty .....                                         | 15 |
| 2.3. Zebranie informacji o firmie.....                                 | 16 |
| 2.4. Dojazd na spotkanie .....                                         | 17 |
| 3. Autoprezentacja – jak zaprezentować się w czasie rozmowy .....      | 21 |
| 3.1. Czynniki decydujące o ocenie.....                                 | 21 |
| 3.2. Ubiór.....                                                        | 22 |
| 3.3. Rekwizyty kompetencji .....                                       | 25 |
| 3.4. Świadomość własnych praw i możliwości.....                        | 26 |
| 3.5. Powoływanie się na znajomości .....                               | 26 |
| 3.6. Wyrażanie sympatii .....                                          | 27 |
| 3.7. Zachowania niewerbalne.....                                       | 28 |
| 4. Ogólne zasady autoprezentacji .....                                 | 31 |
| 4.1. Zasady autoprezentacji .....                                      | 32 |
| 4.2. Taktyki prezentacji.....                                          | 34 |
| 5. Rozmowa kwalifikacyjna.....                                         | 41 |
| 5.1. Pytania, które możesz usłyszeć .....                              | 41 |
| 5.2. Gafa na rozmowie czyli czego unikać? .....                        | 48 |
| 6. Po rozmowie kwalifikacyjnej .....                                   | 55 |
| 7. Stres podczas rozmowy kwalifikacyjnej – jak sobie z nim radzić..... | 57 |
| 7.1. W jaki sposób radzić sobie ze stresem? .....                      | 59 |
| Zakończenie .....                                                      | 63 |
| Bibliografia.....                                                      | 65 |
| Spis rysunków, schematów i tabel .....                                 | 67 |