



# جزوه آمادگی برای مصاحبه روانشناسی و روانشناختی استخدام

گرد آوری و تدوین توسط : گروه کارشناسی سایت ایران استخدام



## مقدمه

با توجه به اهمیت جذب نیروهای شایسته از نظر توانایی های تخصصی و روانشناختی در دستگاه ها و سازمان های دولتی، مصاحبه مطابق با دستورالعمل اجرایی از کاربران پذیرفته شده در مرحله آزمون کتبی انجام می پذیرد.

بر همین اساس گروه کارشناسی ایران استخدام در جهت حمایت از کاربران گرامی خود و با هدف کسب آمادگی هرچه بیشتر جهت حضور در جلسه مصاحبه تخصصی (روانشناسی - روانشناختی) اقدام به تهیه و انتشار فایل جامع جزوه آمادگی در مصاحبه تخصصی و روانشناسی به صورت "کاملاً رایگان" نموده است.



زمانی که داطلبین مرحله آزمون کتبی را با موفقیت به اتمام رساندند، تاریخی برای بررسی مدارک از سوی سازمان مشخص خواهد شد، پس از صحت سنجی مدارک ارائه شده و انجام معاینات پزشکی اولیه جهت حضور در جلسه مصاحبه تخصصی روانشناسی و سپس مصاحبه عقیدتی و گزینش از پذیرفته شدگان دعوت به عمل می آید.

• مصاحبه های استخدامی به دو مرحله تقسیم میشود:

- ۱- مصاحبه تخصصی مرتبط با رشته و شغل مورد پذیرش - مصاحبه روانشناسی
- ۲- مصاحبه عقیدتی و گزینش (جهت سفارش کتاب جامع مصاحبه عقیدتی و گزینش اینجا کلیک نمایید)

گروه کارشناسان ایران استخدام در این مبحث به بررسی مرحله اول "مصاحبه تخصصی - روانشناسی" میپردازد.

مطالب این جزوه در ۳ فصل مهم طبقه بندی شده است:

- فصل اول: تحلیل اهمیت مصاحبه روانشناسی و روانشناختی و مباحث کلیدی مطرح در جلسه مصاحبه
- فصل دوم: آمادگی ورود به جلسه مصاحبه تخصصی (روانشناسی/روانشناختی)
- فصل سوم: سوالات و تجربیات کاربران ایران استخدام از جلسه مصاحبه تخصصی - روانشناسی



## فصل اول

### تحلیل اهمیت مصاحبه روانشناسی و روانشناختی و مباحث کلیدی مطرح در جلسه مصاحبه

بخش روانشناسی یا روانشناختی یکی از مهمترین مراحل مصاحبه تخصصی می باشد و تاثیر مهمی در سنجش توانایی افراد جهت تصدی مشاغل دارد، لذا لازم است که فرد با اعتماد به نفس و داشتن اطلاعات کافی از این مباحث در جلسه مصاحبه حاضر شود. در ادامه به توضیح و تشریح مسائل روانشناختی می پردازیم:

#### ابعاد و جنبه های روانشناختی

جهت درک بهتر مسأله روانشناختی و روانشناسی نخست بهتر هست که به مسائل و موضوعات پایه ای که در علم روانشناسی مورد بحث قرار می گیرد پرداخته شود تا ضمن آشنایی اولیه با اصول حاکم در این حوزه از اطلاعات اولیه مورد نیاز هم برخوردار شویم:

مهمترین موضوعات کلیدی در بحث روانشناسی و روانشناختی در ۵ حوزه زیر مطرح می شود:

۱. هوش اجتماعی
۲. اعتماد به خود
۳. سلامت و نیروی جسمی و روانی
۴. نگرش نسبت به دیگران
۵. نگرش نسبت به شغل
۶. طرز رفتار
۷. طرز بیان و تن صدا

#### ۱) هوش اجتماعی

روانشناسان معتقدند انسان نه یک نوع هوش بلکه انواع مختلف هوش دارد. هوش عاطفی، هوش ارتباطی، هوش اجتماعی و هوش ریاضی .

هوش اجتماعی به طور مکرر در مهد کودک ها، زمین بازی، سربازخانه ها، کارخانجات و سالن های حراج بروز می کند، اما در شرایط رسمی و استاندارد آزمایشگاهی نمی توان آن را یافت.

محتوای هوش اجتماعی، در دو مقوله گسترده سازمان می یابد:

- ۱) آگاهی اجتماعی: یعنی آنچه درباره دیگران حس می کنیم
- ۲) مهارت اجتماعی: عملی که براساس این آگاهی انجام می دهیم.

آگاهی اجتماعی:

آگاهی اجتماعی طیف گسترده ای است از اولین احساس ما در باره حالت درونی طرف مقابل، و درک احساسات و افکار او در موقعیت های پیچیده اجتماعی است. این گستره شامل موارد زیر است.

۱- همدلی اولیه :

احساس کردن چیزی به همراه دیگران، احساس کردن علائم عاطفی غیر کلامی.



۲- هماهنگ سازی:

گوش کردن با پذیرش کامل، هماهنگی با فرد مقابل. هماهنگی به معنای توجهی است که از همدلی لحظه ای فراتر می رود و به حضوری کامل و با ثبات تبدیل می شود که رابطه صمیمانه را ممکن می سازد.

۳- درک همدلانه:

درک کردن افکار، احساسات و مقاصد دیگر، برخی معتقدند ، درک همدلانه ، مهارتی بنیادی در هوش اجتماعی است. درک همدلانه براساس همدلی اولیه شکل می گیرد، اما درک واضحی از احساسات و افکار دیگری را نیز به این همدلی احساسی می افزاید.

۴- شناخت اجتماعی:

آگاهی درباره طرز کار جامعه، چهارمین جنبه از آگاهی روابط بین فردی، دستیابی به این دانش است که دنیای اجتماعی عملاً چگونه کار می کند . کسانی که در این حیطه ماهر هستند ، می دانند در بیشتر موقعیت های اجتماعی چه رفتاری از آنان انتظار می رود.

مهارت های اجتماعی شامل موارد زیر می باشد:

۱- هماهنگی و انطباق :

رفتارهای متقابل مناسب و روان در سطح غیر کلامی، سازگاری و انطباق، موجب از بین رفتن اصطکاک در برخوردهای بین فردی می گردد. این ویژگی که پایه و اساس مهارت های اجتماعی را تشکیل می دهد، سنگ بنای سایر جنبه ها نیز می باشد. ناتوانی در هماهنگی و انطباق، توانایی اجتماعی فرد را تضعیف می کند و موجب کمرنگ شتن تعاملات اجتماعی او می شود.

۲- ابراز وجود:

معرفی خود به نحو مؤثر، جذبه یکی از جنبه های ابراز وجود است. جذبه یک سخنران قوی و معلم یا رهبر بزرگ در این است که می تواند هر احساسی را که خود می خواهد در درون ما پدید بیاورد. هنگامی که شخصیتی پرابهت، جمع کثیری از مردم را مجذوب خود می سازد، ما شاهد چنین سرایت عاطفی شدن با افکار و احساسات خود ترغیب می کنند. قابلیت «خودداری» از بروز عواطف و مهار آن، گاهی به عنوان کلید موفقیت در ابراز وجود محسوب می شود.

۳- اثر گذاری:

شکل دهی به نتیجه تبادل های اجتماعی موفق ترین افراد در ارتباطات اجتماعی کسانی هستند که قادرند با استفاده از قابلیت اثر گذاری خود و با خویشتن داری و مهارت هر گفت و گویی را به نتیجه سازنده بدل کنند. دیگران را به تبعیت از خود دنبال کنند.

۴- ابراز توجه و رسیدگی :

اهمیت دادن به احتیاجات سایرین و عمل کردن بر طبق این احتیاجات. در هوش اجتماعی تنها همدلی و دلسوزی کافی نیست بلکه توجه و رسیدگی و حمایت از دیگران شرط کافی آن می باشد.

## ۲) اعتماد به نفس

اعتماد به نفس یکی از اولین لازمه های موفقیت است، افراد موفق اغلب اعتماد به نفس بالایی دارند. افراد با اعتماد به نفس بالا به راحتی به بیان خواسته های خود می پردازند و در کارهای خود و روابط خود موفق تر هستند. اغلب افراد برای رسیدن به موقعیت دلخواه خود و موفقیت فقط به کمی اعتماد به نفس نیاز دارند. اعتماد به نفس یعنی توانایی ذهنی و مهارت در انجام کاری.



برای افزایش اعتماد به نفس در هر زمینه‌ای باید دو مورد را به شدت تقویت کنید: یکی تصویر ذهنی خود نسبت به زمینه‌ای که می‌خواهید در آن به افزایش اعتماد به نفس خود بپردازید و دیگری در زمینه‌ی تقویت مهارت‌ها است.

در اینجا ۶ روش برای بالا بردن اعتماد به نفس پیشنهاد می‌شود که عبارتند از:

۱. از زبان بدن‌تان به درستی استفاده کنید

زبان بدن هر کس نشان می‌دهد که آن فرد چقدر به خودش اطمینان دارد. از چهره‌ی بعضی آدم‌ها می‌شود فهمید که حتی خودشان هم خودشان را قبول ندارند! طوری خودتان را نشان بدهید که همه بدانند می‌توانید هر موقعیتی را مدیریت کنید و بر اوضاع کاملاً مسلط هستید.

سرتان را بالا بگیرید، صاف بنشینید، به آرامی شانه‌هایتان را عقب ببرید تا در راستای ستون فقرات‌تان قرار بگیرند، شل و ول دست ندهید و وقتی صحبت می‌کنید مستقیماً به فرد مقابل‌تان نگاه کنید.

۲. درست لباس بپوشید

وقتی ظاهر‌تان خوب باشد احساس بهتری نسبت به خودتان خواهید داشت. لباس‌ها و لوازم مناسب انتخاب کنید، زندگی و کارتان را جوری نظم و ترتیب بدهید که در خور شخصیت شما باشد و احساس بهتری نسبت به خودتان پیدا کنید، همه‌ی اینها باعث تقویت اعتماد به نفس شما می‌شود. لباس‌تان باید طوری باشد که موفقیت را نشان بدهد. لوازم شخصی شما نشان‌دهنده‌ی شخصیت‌تان هستند پس در انتخاب‌شان دقت کنید. یک لباس مناسب و زیبا که توجه دیگران را جلب کند، می‌تواند به شروع یک مکالمه کمک کند.

۳. جسورانه و جذاب صحبت کنید

سخنرانان خوب، با اعتماد به نفس، با ثبات و با یک ریتم مناسب صحبت می‌کنند. آنها یاد گرفته‌اند در صحبت کردن تأثیرگذارتر باشند، به جای اینکه حین سخنرانی تیپ بزنند و گیر کنند، شمرده حرف می‌زنند و بین صحبت‌هایشان مکث می‌کنند.

یک لحن جسورانه، جذاب و در عین حال مؤدبانه برای صحبت کردن انتخاب کنید تا اعتماد به نفس‌تان را نمایش بدهید. این طوری عزت نفس‌تان بیشتر می‌شود و به خودتان ایمان می‌آورید. برای اینکه جدی به نظر برسید، خیلی هیجان‌زده و عصبی نباشید و زیادی نخندید. اگر مردم حس رهبری را در شما ببینند به صحبت‌هایتان بیشتر توجه می‌کنند.

۴. مثبت فکر کنید، مثبت عمل کنید

انرژی مثبت باعث نتیجه‌ی مثبت هم می‌شود، پس سعی کنید نیمه‌ی پر لیوان را ببینید و به مسائل منفی فکر نکنید. همیشه لبخند بزنید، بخندید و با آدم‌های مثبت معاشرت کنید تا هم خودتان حس بهتری داشته باشید و هم کسانی که دور و برتان هستند.

یک دفترچه‌ی یادداشت داشته باشید و هدف‌ها و موفقیت‌های روزانه‌تان را در آن بنویسید. شکرگزاری و رضایت بابت هر کار مثبتی که انجام می‌دهید، باعث تقویت اعتماد به نفس و آرامش درونی شما خواهد شد.

۵. عملگرا باشید

تقویت اعتماد به نفس فقط به ظاهر خوب نیست، باید خوب هم عمل کنید. در یک مهمانی یا رویداد اجتماعی، با آدم‌هایی که نمی‌شناسید سر صحبت را باز کنید یا کار یا پروژه‌ای را که در حالت عادی برای‌تان ترسناک است، قبول کنید. اعتماد به نفس داشتن را تمرین کنید و مطمئن باشید که خیلی زود عزت نفس جزئی از وجودتان می‌شود.





۶. آماده حرکت و اقدام مثبت باشید

برنامه‌ریزی جلوی عملکرد ضعیف را می‌گیرد. هر چقدر آماده‌تر باشید، احساس شایستگی و مهارت بیشتری خواهید داشت و اعتماد به نفس‌تان هم بیشتر می‌شود. آمادگی باعث می‌شود که اتفاقاتی بد و ناگهانی زندگی، نتوانند شما را شکست بدهند.

همه چیز را در مورد کار، رشته‌ی تحصیلی، هدف‌ها و خلاصه هر چیزی که مسیر زندگی‌تان را به سمت موفقیت هدایت می‌کند یاد بگیرید. قبل از اینکه یک کار را شروع کنید به انتظارات و هدف‌هایتان در انتهای مسیر فکر کنید، اما خیلی بلندپرواز نباشید. هدف‌ها و کارهای بزرگ را به قسمت‌های کوچک و قابل مدیریت تقسیم کنید.

### ۳. سلامت و نیروی جسمی و روانی

از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی؛ سلامت به معنی خوب بودن حالت فرد از نظر جسمی، روانی و اجتماعی است. به بیان دیگر سلامت به توان جسمی، هیجانی، ذهنی و اجتماعی فرد برای مقابله با محیطی که در آن به سر می‌برد؛ اطلاق می‌گردد. سلامت روانی به عنوان بخش مهمی از مفهوم کلی سلامت؛ استعداد ایجاد روابط موزون با دیگران؛ استعداد شرکت در تغییرات محیط اجتماعی و مادی و استعداد کمک به ایجاد تغییرات به شیوه سازنده است. حد اعلا سلامت روانی را قابلیت تطبیق، مقابله و غلبه بر انواع استرس‌های زندگی روزمره؛ توانایی حرکت در جهت اهداف خود بصورت خلاق، احساس ارزشمندی به عنوان عضوی از جامعه، احساس مسئولیت در قبال دیگران و هر چیز ارزشمند در فرهنگ و اجتماع دانسته میشود.

آنچه که در سلامت روانی بیش از پیش مورد نظر است، احترام به شخصیت و حیثیت انسانی است و تا هنگامی که حیثیت و احترام فرد برقرار نشود، سلامت فکر و تعادل روان و بهبود روابط انسانی معنا و مفهومی نخواهد داشت. سلامت روانی ارتباط نزدیکی با عملکرد و رضایت شغلی دارد. انتخاب افراد واجد سلامت روانی از اهمیت به سزایی در سازمانها برخوردار است و استخدام افراد سال در وهله اول می‌تواند در کسب منابع اقتصادی سازمان هم تاثیر گذار باشد.

این نوع از سلامت فردی در حالتهایی مثل موارد زیر نمود عملی پیدا می‌کند:

- کاهش غیبت عدم حضور نیروی انسانی بر سر کار
- کاهش تعداد افراد که به دلایل بیماری مجبور به کناره‌گیری از شغل خود هستند
- کاهش امار اخراج ناشی از عدم تطابق روحیات روانی فرد با شغل مورد نظر
- افزایش سطح رضایت شغلی نیروی انسانی از انجام امور و کارهای محوله

### ۴. نگرش نسبت به دیگران

یکی از مفاهیمی که در روانشناسی اجتماعی و مدیریت همواره مورد بحث صاحب نظران بوده، مفهوم نگرش است که درک صحیح از آن می‌تواند در زمینه‌های مختلفی، مفید واقع گردد. نگرش در مورد مسائل مختلف در اثر ارتباط فرد با آن مسائل شکل می‌گیرد. بنابراین نگرش فرد نسبت به خود ریشه در ارتباط فرد با خود دارد. آمدن فرد دیگری به محدوده ارتباطی هر انسان، فرایند ارتباطی را پیچیده تر می‌کند. نگرش منفی نسبت به خود و دیگران باعث ایجاد مشکلاتی در سازمان‌های مختلف می‌شود. از سوی دیگر نگرش مثبت نسبت به خود و دیگران می‌تواند به بهبود روابط سازمانی کمک کند.



فرد برای اینکه نگرشی نسبت به خود و یا نسبت به دیگران داشته باشد به ناچار باید به شناخت و جمع‌آوری اطلاعات در این مورد بپردازد. اما اگر شناخت در سطح احساسی-عاطفی قرار گیرد و فرد به معنای واقعی، ساختار شخصیتی و نحوه‌ی رشد و تکامل روحی و روانی خود را درک کند و آثار عمیق و مؤثری در تغییر رفتار بر جای خواهد گذاشت. به طور کلی می‌توان ویژگی‌های کلیدی نگرش منفی را اینگونه بیان کرد:

- نداشتن اعتماد به نفس و عزت نفس پایین داشتن
- احترام نگذاشتن به خویش
- نداشتن احساسات و افکار منفی در مورد خود،
- خود را خوار شمردن
- احساس گناه کردن در مقابل سایرین
- بی‌انگیزه بودن و احساس حقارت کردن هنگام مقایسه‌ی خود با دیگران.
- ویژگی‌های کلیدی نگرش مثبت عبارتند از:
- اعتماد به نفس و عزت نفس بالا داشتن
- احترام گذاشتن به خود و دیگران
- پذیرفتن مسئولیت در قبال رفتار خود
- توجه کردن به احساس و عقاید دیگران
- مسئولیت پذیر بودن در قبال وظیفه
- صادق و صریح بودن و تمایل به بازخورگرفتن از دیگران داشتن

#### ۵. نگرش نسبت به شغل

نگرش درست افراد نسبت به ابعاد اصلی شغل؛ نشان از نگرش مثبت آنها نسبت به این امر دارد و با شدت نیاز به رشد آنها همخوانی دارد. بنابراین اگر متناسب با نگرش و نیاز به رشد سطح افراد؛ فرصت‌های شغلی ایجاد شود سه حالت روانی؛ تجربه با اهمیت بودن کار، تجربه مسوولیت در کار و اطلاع از نتایج فعالیت کاری را تجربه می‌کنند که پیامد؛ انگیزه درونی زیاد، عملکرد کاری با کیفیت بالا، رضایت شغلی زیاد، غیبت و ترک خدمت پایین را به همراه خواهد داشت.

#### ۶. طرز رفتار

هر فردی بسته به محیط اجتماع، خانواده و خودش شخصیت و رفتارهای خاصی را دارد. ما در طول روز با افراد مختلفی برخورد داریم. اینکه بدانیم چگونه باید با آنها صحبت و رفتار کنیم، می‌تواند به ما کمک بسیار زیادی کند. ما همواره با افرادی در زندگی مواجه می‌باشیم که درک کردن و مصاحبت با آنها تا حدودی دشوار است. اینگونه افراد که از دید ما ممکن است غیر عادی به نظر آیند، در همه جا وجود دارند و ما مجبوریم که به نوعی با آنها کنار بیاییم. زمانی که دو نفر برای اولین بار همدیگر را ملاقات می‌کنند، به دنبال نشانه‌هایی برای شناخت شخصیت هم می‌گردند. از حالت دست گرفته تا شیوه جواب دادن به تلفن همراه، همگی راههایی هستند که به کمک آنها می‌توانید شخصیت طرف مقابل را تا حدودی تشخیص دهید.





برخی از رایج ترین رفتارها را که معیاری برای قضاوت در مورد طرز رفتار می توانند باشد عبارتند از:

- حالت دستهای فرد
- وقت شناسی
- طرز نگاه هنگام نوشیدن و خوردن
- جویدن ناخن ها
- دست خط نوشته فرد
- نحوه تماس چشمی
- نحوه وزمان های بررسی کردن گوشی

#### ۷. طرز بیان و تن صدا

اگر ما نتوانیم از صدای خود به خوبی استفاده کنیم و یک نواخت صحبت کنیم، بدون هیچ تردیدی توجه همه مخاطبان را از دست خواهیم داد.

یک ارتباط موفقیت آمیز از سه بخش اساسی تشکیل شده است: کلماتی که استفاده می کنید، تن صدا شما و زبان بدنتان در گفتگو و مکالمه با بقیه. با این تصور که مشتریان یا مخاطبان ما قادر به دیدن ما به صورت فیزیکی نیستند و ما قرار است پشت تلفن و با فن بیانمان آن ها را راضی نگه داریم بعد از کلماتی که انتخاب می کنیم این تن صدا هر کسی است که موفقیت یا عدم موفقیت او را در ارتباط مشخص می نماید.

تاثیر تن صدا در زندگی بسیار مشهود است. مثلا وقتی که با واکنش های منفی و اغلب دور از انتظار دیگران رو به رو می شویم، مثل حالت سکوت بقیه، این به خودی خود می تواند نشانه خوبی برای آگاه شدن گوینده نسبت به تن صدایش باشد. در واقع در چنین مواردی گوینده آگاه خیلی خوب می تواند تاثیر تن صدای خود را روی واکنش مخاطبانش احساس کند...

جهت آمادگی هر چه بیشتر در زمینه سوالات روانشناختی به بخش سوالات روانشناسی در همین فایل مراجعه نمایید.



## فصل دوم

### آمادگی ورود به جلسه مصاحبه تخصصی (روانشناسی/روانشناختی)

#### آمادگی ها و دانستنی های مهم برای جلسه مصاحبه

برای غلبه بر هر عنصر مادی یا غیرمادی باید ابتدا نقاط ضعف آن را خوب بدانید. در غیر این صورت ممکن است رسیدن به هدف، مشکل یا غیرممکن شود. جمله اخیر یک اصل کلی است و مصاحبه نیز از این قاعده مستثنی نیست. پس آشنائی با کاستی‌های مصاحبه و نقاط ضعف پروسه آن، جهت پیروزی و توفیق در آن بسیار ضروری به نظر می‌شود. جهت ملموس‌تر شدن مفاهیم مورد بحث، فرض می‌کنیم شما در موقعیت یک مصاحبه شغلی هستید. مصاحبه‌کنندگان از مصاحبه‌شوندگانی که نظرات مشابهی با آنها دارند ارزیابی بهتری به عمل می‌آورند. یک مصاحبه‌شونده خوب زمانی مسلط به جو گفت‌وگو خواهد شد که مثل یک روان‌شناس، سریع بتواند چند پارامتر از ویژگی‌های شخصی مصاحبه‌گر را حدس بزند. جالب این‌جاست که حتی توصیه می‌شود در نشستن هم وضعیتی مانند مصاحبه‌گر انتخاب کنید. در مصاحبه‌ها جملات با بار منفی بیشتر اهمیت دارند. یعنی ناآگاهانه مصاحبه‌گران به جملاتی که فعل آنها منفی است، بیشتر توجه می‌کنند و روی آنها دقیق می‌شوند. پس در هنگام استفاده از جملات منفی مراقب باشید.

#### اهمیت انتخاب لباس و رنگ مناسب جهت حضور در جلسه مصاحبه

لازم است که داوطلبان برای حضور در جلسه مصاحبه از کت و شلوار و لباس مرتب همراه با کفش‌های واکس‌زده استفاده کنند، موهایشان مرتب باشد و بهتر است به آرایشگاه بروند و موهای خود را مرتب کنند. حتماً عطر بزنید، عطری که باعث سردرد نشود و بوی مطبوعی داشته باشد تا برای شما جذبه بیاورد. خانم‌ها هرگز از لباس‌های پرزرق و برق استفاده نکنند. بهتر است از کت و شلوار زنانه با مقنعه فرم یا مانتو و شلوار و مقنعه یا اگر چادری هستید از پوشش چادر خود استفاده کنید. اگر چادری نیستید با چادر به مصاحبه نروید. سعی کنید همان کسی باشید که هستید. به خاطر داشته باشید هر لباس برای جایی استفاده می‌شود؛ مثلاً لباس عزا، لباس عروسی، لباس پیک‌نیک و لباس محل کار باهم متفاوت هستند. بر اساس روانشناسی رنگ، رنگ آبی می‌تواند به عنوان مطمئن‌ترین رنگ برای لباس در مصاحبه باشد. خاکستری و سفید نشان‌دهنده سیستماتیک و منطقی بودن است. رنگ قرمز باعث احساس قردتمند شدن و رنگ مشکی نشان‌دهنده قدرتمند و مطمئن بودن است. از رنگهای سبز و زرد و صورتی اجتناب کنید مگر اینکه بخواهید تصویر خلاقیت را بسازید.

#### آیا بهتر است قبل از حضور در جلسه مصاحبه صبحانه میل شود؟

قبل از حضور در جلسه حتماً صبحانه صرف کنید و با معده خالی نباشید تا دچار افت فشار نشوید. برای بیان توانایی‌هایتان باید با انرژی و سرحال باشید.



### چه مواردی در ابتدای ورود به جلسه مصاحبه مطرح می‌شود؟

در ابتدای ورود به جلسه مصاحبه معمولاً از شما خواسته می‌شود که خودتان را بصورت کلی معرفی میکنید که این معرفی می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

الف) معرفی بیوگرافی خود:

- سن و وضعیت تاهل و مهل سکونت
- توضیح در مورد رشته تحصیلی داوطلب
- فعالیتهای پژوهشی و دورههای آموزشی

ب) بیوگرافی خانواده:

- معرفی اعضا خانواده و شغل آنها

معمولاً در مرحله مصاحبه استخدام، بعد از بررسی رزومه و مشخصات اولیه برای تصدی شغل مورد نظر و ارائه مختصری از ویژگیهای فردی، تیم مصاحبه گر با توجه به شناخت اولیه که از فرد کارجو کسب می‌نمایند؛ وارد چالش مصاحبه روانشناختی می‌شوند.

به عنوان مثال اگر فردی؛ به رشته تحصیلی خود در زمینه اشاره نماید؛ سوالات مصاحبه پیرامون رشته تحصیلی بیان دشه از سوی فرد شکل خواهند گرفت و یا اگر فرد از داتشن سابقه کار و تجربه در سمت هاس ضغلی دیگری صحبت به میان آورد؛ با توجه به این اطلاعات اولیه، سوالات چالشی تخصصی و روانشناختی در مورد حیطة کاری و نحوه تعامل فرد در موقعیت شغلی قبلی مورد سوال قرار خواهد گرفت

لذا هدایت صحیح این روند در مسیر تواناییها و قابلیت هایی که داریم خود یک مهارت مهم می باشد . در مصاحبه‌های استخدامی نحوه بیان و پاسخ دهی به سوالات می‌تواند تداعی کننده احساس شما نسبت به خود و جامعه و نیز داشتن آمادگی برای پذیرش مناصب شغلی باشد. لذا توجه به موارد مهم زیر در این زمینه بسیار کلیدی می باشد.

### حالات رفتاری و روحیات فردی در جلسه مصاحبه

بررسی‌های محققان نشان می‌دهد چند سری سؤال در مصاحبه‌ها همواره وجود دارند. در واقع نکاتی وجود دارند که توسط آنها مصاحبه‌شوندگان به چالش کشیده می‌شوند. دانستن پاسخی مناسب به هر کدام، خالی از لطف نیست.

۱) فرض کنید از شما سؤال می‌شود "بزرگ‌ترین نقطه قوت یا ضعف شما چیست؟" در پاسخ به این سؤال بهترین حالت آن است که چهره موفق از خود ترسیم کنید. به دستاوردهای گذشته خود بیالید و کامیابی‌های گذشته را با افتخار و غرور خاطرنشان کنید. ذکر این نکته لازم هست که از بزرگنمایی بیش از حد توانایی‌های خودتان نیز اجتناب کنید.

سعی کنید نقطه ضعف خود را چیزی بیان کنید که از دید آن سازمان و مصاحبه‌گر نقطه قوت باشد. مثلاً بگوئید "من وسواس دارم که کارهای محوله را به بهترین نحو ممکن انجام دهم و این وسواس گاهی مرا می‌آزارد."



۲) در پاسخ به سوال "خود را در چند جمله توصیف کنید." بهتر است با اعتماد به نفس و شمرده و البته با متانت خلاصه‌ای از مهارت‌های خود را شرح دهید. تاکید می‌شود که تنها مهارت‌های عملی خود را بیان کنید. بحث پیرامون پارامترهای دیگر مثل اصالت، شرافت، روابط اجتماعی، ارتباطات خانوادگی و ... ناکارآمد هستند. هرگز سعی نکنید توسط دیگران خود را قوی جلوه دهید. همواره صفات مثبت خود را ذکر کنید.

۳) اگر پرسیدند "اوقات فراغت خود را چگونه می‌گذرانید؟" طوری پاسخ دهید که حاکی از تنوع در سلیقه شما باشد. نشان دهید که تک‌بعدی نیستید. زیرا مغز انسان‌های تک‌بعدی عموماً متعالی و متکامل نیست. برای مثال رجوع کنید به زندگانی بزرگانی مثل ابوعلی سینا، انیشتین، پروفیسور حسابی، برتراند راسل، استاد علامه جعفری و ... خواهید دید که این افراد در تمامی زمینه‌های علمی، فرهنگی و هنری، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارند.

۴) "چه چیز این شغل را می‌پسندید؟" کاملاً صریح پاسخ دهید که چه جو و محیط کاری باب طبع شماست.

۵) ممکن است سؤال شود "چه توقعاتی از مدیر یا سرپرست خود دارید؟" پاسخ به این سؤال مشخص می‌کند که آیا شما مستقل هستید یا وابسته‌اید. در جاهائی مثل ارتش‌ها، وابستگی مطلق به مافوق در اکثر موارد کمال است و در مشاغلی که تصمیم‌گیری فردی مهم است مثل امور بازاریابی و روابط عمومی، استقلال، یک توانائی خطیر محسوب می‌شود.

۶) اگر مصاحبه‌گر در حین مصاحبت سکوت کرد، شما منتظر بمانید تا او دوباره مسیر پرسش و پاسخ را شروع کند. این عمل وی برای تشخیص این است که آیا شما تحمل ابهام را دارید یا خیر. آیا عجله هستید یا صبور؟

۷) نکته آخر آن که اگر از شما سئوالات خصوصی پرسیدند، در واقع دنباله زمینه اصلی فکر و اندیشه و انگیزه شما هستند. در پاسخ به این سئوالات لازم است به خود مسلط باشید (از کوره در نروید) و برای تسلط بیشتر به روند پاسخگوئی این دسته سئوالات می‌توانید گاه‌گاهی سئوال مصاحبه‌گر را با سئوال پاسخ داده و طفره روید تا زمان داشته باشید و بهترین پاسخ را پیدا کرده و جواب دهید.

اصولاً آن چه در روز مصاحبه اهمیت دارد، حفظ آرامش است. دستپاچگی و بی‌قراری یقیناً نتیجه را خراب می‌کند. اگر نتوانستید پاسخ سئوالی را بدهید و در پاسخ تنها گفتید "نمی‌دانم" سعی کنید خود را نوازید زیرا مصاحبه نسبی است و شرایط برای تمام مصاحبه‌شوندگان یکسان است.

۸) هرگز دروغ نگوئید اما همه‌چیز را هم نگوئید

سعی کنید در طول مصاحبه استخدامی صادق باشید؛ هیچ‌وقت دروغ نگوئید اما بهتر است در پاسخ به سئوالات از یک سیاست پیروی کنید؛ لازم نیست همه‌چیز را به مصاحبه‌گر بگوئید. مثلاً اگر در سرکار قبلی با کارفرما درگیر شده‌اید این برای شما یک امتیاز منفی خواهد داشت. اگر سئوالی در این خصوص نشد نیازی نیست در مورد این موضوع صحبت کنید، اما اگر سوال شد بهتر است با لحن مثبت اما نه دروغ پاسخ این سوال را بدهید.

۹) استفاده شایسته از زبان بدن

در زمان مصاحبه از زبان بدن بهترین استفاده لازم را ببرید. قرار نیست به یک کلاس آموزش زبان بدن بروید، فقط کافی است چند حرکت که با موضوع مورد بحث مرتبط است را یاد بگیرید. به یاد داشته باشید که دانستن روانشناسی کار و استفاده از حرکات درست بدن در کل زندگی بزرگ‌ترین گام در رسیدن شما به موفقیت خواهد بود. بهتر است در هنگام ورود به اتاق مصاحبه فوراً به چشمان مصاحبه‌گر نگاه کنید (به چشمان مصاحبه‌گر براق نشوید). به خاطر داشته باشید همیشه اولین نگاه در چشمان هرکس شما را تا زمان‌های طولانی در حافظه آن شخص باقی خواهد گذاشت. بهتر است در زمانی که مصاحبه‌گر صحبت می‌کند به علامت تایید صحبت‌های او، سر خود را به‌طور نرمال تکان دهید و گاهی اوقات با لبخندی او را همراهی کنید.



صحبت‌های او را قطع نکنید. زمانی که قرار است شما صحبت کنید هرگز از انگشت اشاره خود استفاده نکنید بلکه بهتر است از هر دو دست خود یا با کف دست باز، این کار را انجام دهید، این به شما اعتماد به نفس می‌دهد و نمی‌گذارد مصاحبه‌گر از حرف‌های شما خسته شود. تا پایان مصاحبه پای خود را روی هم نیندازید چون یک بی‌احترامی بزرگ به فرد مقابل خواهد بود بلکه بهتر است به احترام آن شخص و مجموعه و به احترام خودتان پاهایتان را کنار هم قرار دهید. هرگز پاهای خود را تکان ندهید.

### حفظ اعتماد به نفس و دوری از استرس در جلسه مصاحبه

یکی از مواردی که سبب می‌شود فرد در ارائه توانایی‌ها و بیان صحیح مطالب دچار مشکل شود، داشتن استرس و اضطراب و عدم وجود اعتماد به نفس حقیقی هست.

برخی موارد نیاز هست که با روشهایی مثل توکل بر خدا، انجام چند دم و بازدم عمیق، قدم زدن؛ نوشیدن یک لیوان آب و سایر راهکارهای دیگر احساسات اضطرابی رو از خود دور کرده و با آرامش کافی در جلسه مصاحبه حاضر شد. داشتن اعتماد به نفس و حفظ آرامش در جلسه مصاحبه روانشناختی شاید یکی از مهمترین نکاتی هست که باید از طریق تمرین و تکرار و حفظ تمرکز ذهنی به آن دست یافت.

گاهی وقت‌ها وجود اعتماد به نفس کاذب هم مشکل ساز می‌شود. برفرض شما اگر مدرک برنامه نویسی یا مدرک دوره‌های زبان انگلیسی دارید بهتر هست که به مفاهیم آن مسط باشید تا در صورت ارائه مدرک به سوالات مرتبط در آن حوزه هم بتوانید پاسخگو باشید؛ زیرا این انتظار از شما وجود دارد که فردی که این مدرک را گرفته، باید حتماً در این زمینه از دانش تخصصی خوبی برخوردار باشد.

دروغ و عدم صداق یکی از عوامل ایجاد کننده اعتماد به نفس کاذب هست. از گفتن دروغ و بیان غلوآمیز توانایی‌ها و تخصصتان اجتناب کنید. در گفتار و پاسخ‌های خود صداقت داشته باشید و آمادگی به چالش کشیده شدن در مورد مطالبی که بیان می‌کنید را داشته باشید.

### توانایی شخصیتی در انجام کار تیمی

برای سوالاتی از این دست، شما نیاز دارید که توانایی‌هایتان در کار با دیگران و در شرایط چالش‌برانگیز را به خوبی نشان دهد. به تعارض‌های کار تیمی، محدودیت‌های سخت پروژه یا اختلافات شخصیتی فکر کنید.

۱. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که مجبور به همکاری با شخصی شدید که دارای شخصیت کاملاً متفاوتی نسبت به شما بود.  
۲. یکی از تعارض‌هایی را که در کار تیمی شما اتفاق افتاد مثال بزنید. چطور آن را برطرف کردید؟  
۳. درباره‌ی زمانی که برای برقراری ارتباط با یکی از افراد مهم با مشکل روبه‌رو بودید، حرف بزنید. در نهایت چطور توانستید این کار را انجام بدهید.

۴. ما همگی دچار اشتباهاتی می‌شویم که دلمان می‌خواهد زمان را به عقب برگردانیم تا از وقوع آنها جلوگیری کنیم. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که دوست داشتید اختلاف با یکی از همکاران خود را به نحو دیگری حل و فصل می‌کردید.

۵. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که شما باید اطلاعاتی از فردی دریافت می‌کردید که اصلاً پاسخگو نبود. در این شرایط چه کار کردید؟





### میزان سازش پذیری و تعامل در موفقیت های سخت کاری

- سوالات این بخش در حقیقت می خواهند که میزان انطباق شما با موقعیت های کاری و چگونگی مواجه شدن با مواردی که منجر به عدم موفقیت شما شده را مورد بررسی قرار دهد.
۶. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که زیر فشار بسیار زیادی بودید. چه اتفاقی افتاد و چطور از پس آن فشارها برآمدید؟
  ۷. به زمانی فکر کنید که تیم یا شرکت شما در حال اعمال برخی تغییرات بود. این تغییرات چه تأثیری بر شما گذاشت و شما چطور توانستید با آن تغییرات سازگار شوید؟
  ۸. درباره‌ی اولین کارتان صحبت کنید. برای شناخت شرایط و اصول کار خود چه کار کردید؟
  ۹. درباره‌ی زمانی که مجبور شدید برای رهایی از یک شرایط سخت به خودتان متکی شوید، مثال بزنید.
  ۱۰. درباره‌ی زمانی که با شکست مواجه شدید صحبت کنید. چطور با این وضعیت کنار آمدید؟

### مهارت‌های مدیریت زمان در تصدی مسئولیت ها

- به عبارت دیگر، برای صحبت کردن در خصوص زمانی که چندین مسئولیت را برعهده داشتید، باید به خوبی همه‌ی آنها را سازمان‌دهی می‌کردید و همه‌ی کارها را پیش از موعد انجام می‌دادید، کسب آمادگی کنید.
۱۱. درباره زمانی که باید برای برآوردن اولویت‌های مهم خود برنامه‌ی استراتژیکی می‌داشتید صحبت کنید.
  ۱۲. در خصوص یک پروژه‌ی طولانی مدتی که مدیریت آن را بر عهده داشتید توضیح دهید. چطور به همه چیز در زمان مقرر خود رسیدگی کردید؟
  ۱۳. گاهی اوقات انجام همه‌ی کارها امکان‌پذیر نیست. درباره‌ی زمانی که حجم مسئولیت‌های شما به شدت بالا بود صحبت کنید. چطور آنها را مدیریت می‌کردید؟
  ۱۴. درباره زمانی صحبت کنید که برای خودتان هدف تعیین کرده بودید. چطور مطمئن می‌شدید که به اهداف خود خواهید رسید؟
  ۱۵. در خصوص زمانی که باید چندین مسئولیت را مدیریت می‌کردید مثال بزنید. چطور در این وضعیت به امور رسیدگی می‌کردید؟

### مهارت‌های ارتباطی در محیط کار

- ارتباطات نه تنها بخشی از کار بسیاری از مشاغل است، بلکه بخشی از زندگی روزمره را نیز تشکیل می‌دهد. با این حال، چیزی که باید به خاطر داشته باشید این است که درباره‌ی فرایند فکری یا اقدامات مقدماتی خود بیندیشید.
۱۶. درباره‌ی زمانی که توانستید شخصی را با موفقیت متقاعد کنید که از دید شما به امور نگاه کنند، مثال بزنید.
  ۲۲. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که مسئولیت کارشناسی فنی را بر عهده داشتید. برای کسب اطمینان از اینکه همگی حرف شما را متوجه می‌شوند، چکار کردید؟
  ۱۷. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که می‌باید با تکیه بر ارتباطات نوشتاری نظرات خود را به تیم‌تان انتقال می‌دادید.
  ۱۸. در خصوص زمانی که باید چیزی کاملاً پیچیده را به یکی از مشتریان ناامید خود توضیح می‌دادید، مثال بزنید. چطور از پس این وضعیت برآمدید؟
  ۱۹. درباره‌ی یکی از ارائه‌های موفق خود صحبت کنید، دلایل این موفقیت چه بود؟





### ارزش و انگیزه برای انجام کار حیطة تخصصی

بسیاری از سوالات در ظاهر تصادفی در واقع به این دلیل مطرح می‌شوند که شناخت بهتری از چیزهایی که به شما انگیزه می‌دهد حاصل شود. پاسخ شما به طور مشخص این موضوع را مورد توجه قرار خواهد داد حتی اگر سوال صریحا در این خصوص نباشد.

۲۰. در خصوص پرافتخارترین موفقیت حرفه‌ای خود بگویید.

۲۱. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که شاهد مشکلی بودید و به جای آنکه منتظر دیگران باشید خودتان ابتکار عمل را برای اصلاح آن به دست گرفتید؟

۲۲. درباره‌ی زمانی صحبت کنید که تحت نظارت شدید بودید یا هیچ گونه نظارتی بر کار شما نبود. چطور با این وضعیت کنار آمدید؟

۲۳. درباره‌ی زمانی که می‌توانستید در کار خود خلاقیت وارد کنید، مثالی بزنید. این کار چه هیجانانگیزی یا دشواری‌هایی داشت؟

۲۴. در خصوص زمانی که از کار خود ناراضی بودید صحبت کنید. برای بهتر شدن شرایط چه کارهایی می‌توانست صورت بگیرد؟



## فصل سوم

این مبحث حاوی نمونه سوالات مربوط به بخش مصاحبه روانشناسی سازمان ها و ارگانها می باشد.

### سوالات روانشناسی مشترک برای همه سازمانها

- ۱- تصور کنید یک کاغذ A4 دارید، با این کاغذ چه کارهایی میشود انجام داد؟
- ۲- چه نکات مثبت و منفی دارید؟
- ۳- از همسرتان چه انتظاری دارید؟
- ۴- اگر خواستید ازدواج کنید و کسی رو انتخاب کردید خانواده گفت با کس دیگری ازدواج کنید، چه عکس العملی نشان می دهید؟
- ۵- چه کتاب هایی مطالعه میکنید؟
- ۶- آخرین کتابی که خواندید؟ تابستان چند کتاب خواندید؟
- ۷- تا به حال کار گروهی انجام دادید؟
- ۸- کار گروهی علاقه دارید؟ دوست دارید سرگروه باشید؟
- ۹- ویژگی مهم تان را بفرمایید؟
- ۱۰- از ۱ تا ۲۰ چه نمره ای به اعتمادبه نفستون میدید؟
- ۱۱- فرد دارای سلامت روان چه ویژگی هایی دارد؟
- ۱۲- اگه توی جمع انتقاد بشوید چکار میکنید و انتقادش به جا هم نباشه
- ۱۳- هدف شما برای آینده چیست؟
- ۱۴- هر چند روزی روزنامه میاد به خونه شما؟
- ۱۵- مهمترین صفت شخصیتی شما چیست؟
- ۱۶- تعارضاتان رو با همسرت چطور حل میکنید؟
- ۱۷- چند بار در آزمون های استخدامی شرکت کردید؟
- ۱۸- اگر دو تا همسر داشتید و با هم نساختن چه کار میکنید؟
- ۱۹- عزت نفس یعنی چه؟
- ۲۰- اگر قبول نشوید برنامه شما چیست؟ اگر قبول شوید برنامه شما چیست؟
- ۲۱- یک ویژگی بارز اخلاقی خودتان را بگویید؟
- ۲۲- اگر عصبانی شوید چکار می کنید؟
- ۲۳- مقاله، پژوهش یا ترجمه دارید؟
- ۲۴- قبلا کجا برای استخدام رفته اید؟
- ۲۵- چرا ازدواج نکرده اید؟
- ۲۶- نظر شما درباره تنبیه چیست؟
- ۲۷- رتبه کنکور کارشناسی شما چند شد؟ رتبه ارشد چند شد؟
- ۲۸- آخرین بار چه زمانی گریه کردید؟
- ۲۹- انتقاد پذیر هستید؟ آخرین بار چه انتقادی به شما شده است؟
- ۳۰- نقاط ضعف شما چه هست؟
- ۳۱- نقاط قوت شما چه هست؟



ادامه سوالات روانشناسی مشترک برای همه سازمانها

- ۳۲- کتاب میخوانید؟ آخرین کتابی که خواندید کدام بود و موضوع آن چه بود؟
- ۳۳- آیا دروغ می‌گید؟ آخرین بار چی بود؟
- ۳۴- آیا عصبانی میشوید؟
- ۳۵- راههای غلبه بر عصبانیت شخص شما چی هست؟
- ۳۶- آیا دچار حالات استرسی میشوید؟ چطور به آن غلبه میکنید؟
- ۳۷- آیا صبح ها سر حال و پر انرژی هستید؟
- ۳۸- شب ها چه زمانی میخوابید؟
- ۳۹- آگه کار شما را خسته کند چیکار میکنید؟
- ۴۰- خودتان را به انگلیسی معرفی کنید.
- ۴۱- اوقات فراقت چیکار میکنید؟ چرا؟
- ۴۲- کجا تونستید خودتان را به دیگران ثابت کنید؟
- ۴۳- سر گرمی های شما در اوقات فراقت چی هستند؟
- ۴۴- اهل جمع های شلوغ هستید؟
- ۴۵- وارد جمع میشوید؛ آیا رشته کلام دست شماست؟
- ۴۶- آیا تا به حال چیزی به شما تحمیل شده است؟ چرا؟ شما در پاسخ چه کار کردید؟
- ۴۷- اگر کسی به شما کاری پیشنهاد کرد که در توانتان نباشد؛ قبول می کنید؟
- ۴۸- کدام کتابهای غیر درسی را مطالعه می کنید؟
- ۴۹- یک خاطره از دوران دبیرستانتان بگید.
- ۵۰- مسیر و هدف در ۱۰ سال آینده چی هست؟
- ۵۱- دیدگاهتان نسبت به جهان اطراف چه هست؟
- ۵۲- آیا انسان برونگرایی هستید یا درونگرا؟
- ۵۳- آگه پیشنهاد رشوه به شما داده شود؛ چیکار میکنید؟
- ۵۴- آگه وقت اذان باشد و ارباب رجوع هم داتشه باشید کدام در اولویت هست و چرا؟
- پاسخ نمونه جهت آشنایی با نحوه جوابدهی:** با وجود اینکه همیشه برا خواندن نماز در اول وقت تاکید شده، اما در برخی موارد هم بنا به شرایط پیش آمده، نخواندن نماز اول وقت دلیل بر بی توجهی به خداوند متعال و یا سبک شمردن نماز نیست ، و خدمت به خلق نیز خود در مصداق خدمت به خداست .من در قبال خدمت به مردم و انجام کارهای آنها دارم حقوق دریافت می کنم و نیاز هست که از این بابت وظایف خود را به درستی انجام دهم.البته این مورد بستگی به نوع کار ارباب رجوع هم داره در مواقعی که چند دقیقه تاخیر در روند کار ارباب رجوه خللی ایجاد نمی کند؛ اول نماز را خوانده و بعد به کار آنها رسیدگی می کنم و اگر کار ایشان خیلی ضروری هست سعی می کنم کار ایشان رو انجام بدهم.
- ۵۵- اخبار را از چه طریقی دنبال میکنید؟
- ۵۶- وظایف ارگانی که در آن پذیرفته شده اید را بفرمایید
- ۵۷- وظایف رئیس ارگانی که در آن پذیرفته شده اید را بفرمایید
- ۵۸- اگر زمانی شغلی بهتر از این شغل به شما پیشنهاد کنند شما چه تصمیمی می گیرید
- ۵۹- اگر پذیرفته شوید وظایف تخصصی شما چیست؟
- ۶۰- چرا نماز میخوانیم؟ چرا نماز را به عربی میخوانیم؟
- ۶۱- شرایط محل زندگی خود را برای ما توضیح دهید؟
- ۶۲- در گروه دوست دارید عضو باشید یا رئیس؟



ادامه سوالات روانشناسی مشترک برای همه سازمانها

- ۶۲- آرزوهای شما در آینده چی هست؟
- ۶۳- برای ترویج انسانیت در جامعه چه کار میکنید؟
- ۶۴- در قفل شده را چه طوری باز میکنید؟
- ۶۵- مهمترین هدفان در زندگی را می شود برایمان بگویید؟
- ۶۶- چه معضالت مهمی در زندگی وجود دارد و چطور با آنها برخورد می کنید؟
- ۶۷- خودتان فکر میکنید چطور شخصیتی دارید؟
- ۶۸- آیا میتوانید به دیگران اعتماد کنید؟
- ۶۹- دچار چه تنگناهایی در زندگی شده اید؟ چه محدودیتهایی وجود داشته است؟ چند تا از آنها را بگویید؟
- ۷۰- برنامه شما برای زندگی بعد رفتن سرکار چی هست؟
- ۷۱- چطور میخواهید تعادل بین زندگی شخصی و زندگی کاری ایجاد کنید؟
- ۷۲- دیشب چیکار کردید و چه ساعتی خوابیدید؟ چه ساعتی بیدار شدید؟
- ۷۳- اگر قرار باشه به میران عزت نفس خود از ۱ تا ۲۰ نمره بدهید، چه نمره ای را برای خود اختصاص می دهید؟
- ۷۴- آیا برای بانوان غرور لازم هست که داشته باشند؟
- ۷۵- نحوه برخورد شما در محیط کار با همکار نامحرم چگونه خواهد بود؟
- ۷۶- اگه پدر شوهر یا مادر شوهرتان عصبانی با شما رفتار کنند چکار میکنید؟
- ۷۷- اگه در محیط کاری بی عدالتی ببینید؛ آیا به کارتون ادامه میدهید یا خیر؟
- ۷۸- در چه نوع فعالیتهای پژوهشی و دورههای آموزشی شرکت کرده اید؟
- ۷۹- اگه چند سال دیگر کار بهتر با درآمد بهتر پیدا کنید؛ چکار می کنید؟
- ۸۰- اگر در محیطی دچار استرس شوید، چطور استرس خود را کنترل می کنید؟



## مصاحبه روانشناسی سوالات تخصصی مربوط به حیطة کاری

### سوالات روانشناسی سازمان ها و ارگان ها (مربوط به حیطة کاری)

- ۱- اگر از شما بخواهند در کلاس اول ابتدایی تدریس کنید، قبول میکنید؟
- ۲- خاطره ای از معلم خوبتان در دوران تحصیل تعریف کنید
- ۳- چطور میتوانید برای دانش آموزانتان ایجاد انگیزه کنید؟
- ۴- کتک زدن باعث پیشرفت دانش آموز میشود؟
- ۵- چرا این شغل و انتخاب کردید و میخوايد معلم بشوید؟
- ۶- چه راهکاری دارید برای دانش آموز که علاوه بر اینکه خود دانش آموز نماز خوان بشود، بتواند خانواده خود را ترغیب به نماز خواندن کند؟
- ۷- نحوه برخوردتان با بچه پیش فعال در کلاس و در طی ۹ ماه به چه صورت است؟
- ۸- نظر شما در مورد تلفیق بچه های استثنائی با بچه های عادی چه هست؟
- ۹- دوگانگی ارزشی چیست؟
- ۱۰- بازار آزاد حقوق اش بیشتر از معلمی هست، با این حال چرا میخواي معلم بشوید؟
- ۱۱- شغل پدرتان چیست؟ شباهت ها و تفاوت های بین شغل پدرت و معلمی را بفرمایید؟
- ۱۲- فرض کنید استخدام شدید و ۱۰ سال بعد هست و زندگیتون و توصیف کنید و اسم بچه هاتان را بگویید؟
- ۱۳- سابقه تدریس دارید؟
- ۱۴- اگر بخوايد دانش آموزانتون و ببرید تفریح چه مکان هایی میرید؟
- ۱۵- بهترین روش تدریس برای دانش آموزان ابتدایی به نظرتون چه روشی هست؟
- ۱۶- اگر یکی از دانش آموزانتون چند جلسه پشت سر هم غیبت کنه چه کار میکنید؟
- ۱۷- اگر متوجه بشید یکی از دانش آموزانتون بخاطر مشکل مالی قصد ادامه تحصیل نداره چه کار میکنید؟
- ۱۸- اگر بچه طلاق در کلاست باشه چه کار میکنید؟
- ۱۹- اگر روز اولی باشی که میری سر کلاس و پس از وارد شدن به کلاس یکی از بچه ها به سمتت آشغال پرت کنه و یکی با گوشی موبایلش بازی کنه و یکی از دانش آموزان منزوی نشسته چه کار میکنید؟
- ۲۰- اگر یک بچه بهتون بگه معلم پارسالو میخوام چکار مکنید؟
- ۲۱- در مورد اختلالات یادگیری چه میدانید؟
- ۲۲- اگر چهارتا بچه دچار adhd (اختلال کم توجهی) در کلاس داشته باشید چه کار میکنید؟
- ۲۳- اگر یک فرد adhd داشته باشید که داروهایش را هم مصرف میکند ولی همچنان در کلاس بی انضباط هست و درسش ضعیف هست چه کاری با او میکنید؟
- ۲۴- ویژگیه مهم معلمی غیز از دانش چیست؟
- ۲۵- اگر معلم نشوید چه کاری و انتخاب میکنید؟
- ۲۶- با بچه ای که دایم سرکلاس بچه ی دیگه را مسخره میکنه چه میکنید؟
- ۲۷- اگر دانش آموزی داشته باشید که فکر میکنه خیلی توانایی داره و سطح کلاسش واسش کمه چکار میکنید؟ این دانش آموز توان مالی برای رفتن به مدارس غیردولتی ندارد.
- ۲۸- اگر والدین دانش آموزی از شما خوشش نیاید چه کار میکنید؟
- ۲۹- اختلاف و دعوای دانش آموز را چطور حل میکنید؟



## ادامه سوالات روانشناسی سازمان ها و ارگان ها (مربوط به حیطه کاری)

- ۳۰- در صورتی که وقت اضافه در کلاس داشته باشید چه میکنید؟
- ۳۱- یک تدریس در حد یک دقیقه داشته باشید
- ۳۲- مهمترین ویژگی های یک معلم خوب چیست؟
- ۳۳- حقوق معلمی کم هست، برای چه این شغل و انتخاب کردید؟
- ۳۴- علت ناخن جویدن بچه ها چیست؟
- ۳۵- اگر دانش آموزی سر کلاس بخوابه چه عکس العملی دارید؟
- ۳۶- اگر یکی از همکارانتان وسط کلاس درس و جلوی دانش آموزان به شما توهین کند؛ چیکار میکنید؟
- ۳۷- برخورد با دانش آموزی که در کلاس زیاد از شما و روشتون انتقاد میکنند؟
- ۳۸- نظرتون در مورد مدارس هوشمند چه هست؟
- ۳۹- نظرتون در مورد رسانه ها و فناوری های آموزشی چه هست؟
- ۴۰- نظرتون در مورد ایجاد گروههای تلگرامی معلم با اولیا چه هست؟
- ۴۱- راههای ایجاد خلاقیت در دانش آموزان؟
- ۴۲- برخورد شما با دانش آموزی که روز اول مهر گریه میکند به چه صورت است؟
- ۴۳- در مورد کلاس های چند پایه چه میدانید؟ مزایای کلاس های چند پایه چیست؟
- ۴۴- برخورد شما با کودکان اتیسم به چه صورت است؟
- ۴۵- رفتار شما با بچه ای که پدرش فوت شده است به چه صورت است؟
- ۴۶- چطور برای عضویت در گروه ها در شاگردانت انگیزه ایجاد می کنید؟
- ۴۷- گروه درمانی در کودکان سرطانی چه اثری دارد؟
- ۴۸- اگر مادر بچه ای بیاد پیش شما و به شما بگه چرا به بچه من توجه نمیکنید، چیکار میکنید؟
- ۴۹- اگر در حال تدریس باشید بچه ای داره حرفایی میزنه که راجع به موضوع درس هسا ولی اضافه باشه حرفاش چیکار میکنید؟
- ۵۰- از نظریه های اریکسون - پیاژه - ویگوتسکی، برای کودک از چه نظریه ای استفاده می کنیم؟
- ۵۱- اگر دکترا بخونید و دکتر بشید باز هم می خواهید آموزش ابتدایی بدید؟
- ۵۲- دوست دارید چند سال که گذشت مشاور دبیرستان بشوید یا نه؟
- ۵۳- مهم ترین مشکلی که با آن این روزها در مداس درگیر هستند و راجع به بچه هاست چیست؟
- ۵۴- مشکل شما در ارتباط با بچه ها چیست؟
- ۵۵- بزرگترین چالش دانش آموزان این دوره چیست؟ شما برای حل این چالش چه پیشنهادی دارید؟
- ۵۶- اگر با دانش آموز خیلی رفیق باشید، سو استفاده نمی کند؟
- ۵۷- آیا معلم باید سر کلاس هم آرام باشه؟
- ۵۸- چقدر در رشته تخصصی خودتان به روز هستید؟
- ۵۹- اگر به یک شهر محروم بروید که امکاناتی ندارد بدای تدریس مبحث تاسیسات از چه چیزی کمک می گیرید؟
- ۶۰- تو رشته تان به مباحث درسی ارتباطی نداشته باشد، برای تدریس مباحثی که به رشته تان مربوط نیست چکار می کنید؟
- ۶۱- اگه دانش آموزی بخواهد اختراع کند، چطور او را راهنمایی می کنی؟
- ۶۲- اساتید دوره کارشناسی یا ارشد چه مشکل تدریسی داشته اند؟ چگونه اشتباه آنها را تکرار نمی کنید؟
- ۶۳- اگه دانش آموز سوالی بپرسد که بلد نباشید چکار می کنید؟
- ۶۴- چشمهایتان را بندید و بگویی لباسهایی که تن ما هست چه رنگی هست؟ دیوار چه رنگی هست؟ کف اتاق چه رنگی هست؟ از در که اومدید داخل، تخته کدوم سمت بود؟
- ۶۵- از نظریات روان شناسی تربیتی در چه بخشی می توان استفاده کرد؟





## ادامه سوالات روانشناسی سازمان ها و ارگان ها (مربوط به حیطة کارى)

- ۶۶- مبحث علوم را بیشتر با چه روش مرتبط با رشته خودتان می توانید تدریس کنید؟
- ۶۷- خلاقیت دانش آموزان را چطور میشود گسترش داد؟
- ۶۸- در زمینه آینده شغلی دانش آموزان آنها را چطور راهنمایی می کنید؟
- ۶۹- اگر به شما پیشنهاد هیات علمی داده شود و در آموزش و پرورش هم قبول شوید کدام را انتخاب می کنید؟
- ۷۰- آینده شغلی خود در آموزش و پرورش را چطور تصور می کنید؟
- ۷۱- تا حالا با نوجوانان و جوان برخورد داشتید، چه طوری به آنها ایده میدهید؟
- ۷۲- پنج سال دیگه خودتون را در چه جایگاهی می بینید؟
- ۷۳- آگه مدیر مدرسه خط فکریش با شما یکسان نباشد؛ چیکار میکنید؟
- ۷۴- چندتا دانش آموز شلوغ در کلاس هستند، چطوری به آنها درس میدهید که علاقه مند بشوند و با علاقه به درس گوش دهند؟
- ۷۵- اگر معلمی خیلی زیاد سرکلاس حرف بزنه خوبه یا کم حرف بزند؟
- ۷۶- با دانش آموزی که بقیه دانش آموزان یا معلم را مسخره میکند؛ چطور باید برخورد شود؟
- ۷۸- تصور شما از جایگاهتان در ۲۰ سال آینده چیست؟
- ۷۹- برای اینکه در سازمان به مشکلی برخوردید با دیگران چه طور رفتار می کنید؟
- ۸۰- نقاط ضعف قوه از نظر شما چی هستند؟
- ۸۱- درآمد این سازمان از کجا به دست می آید؟
- ۸۲- بودجه سازمان از کجا تامین می شود؟
- ۸۳- سازمانهای زیر مجموعه چه سازمان هایی هستن؟ (همون سازمان بازرسی کل کشور و دیوان عدالت اداری و...)
- ۸۴- اگر ریاستان از شما برای انجام کار خلاف قانون درخواست کند، پاسخ شما چیست؟
- ۸۵- آگه همکاران کار خلاف قانون کار بکند؛ عکس العمل شما چه خواهد بود؟
- ۸۵- نحوه برخورد شما با ارباب رجوع عصبانی چطور هست؟
- ۸۶- نحوه برخورد با همکار متخلف به چه نحوی می باشد؟
- ۸۷- انگیزه شما برای کار در دادگستری چیست؟
- ۸۸- چشم انداز شغلی خود را در آینده چگونه ارزیابی می کنید؟
- ۸۹- رشته تحصیلی شما چیست؟
- ۹۰- چرا این رشته را برای تحصیل انتخاب کرده اید؟
- ۹۱- چه رنجی از میزان حقوق را برای این شغل انتظار دارید؟
- ۹۲- نحوه تعامل شما با سایر همکارانتان در محیط کار به چه نحوی می باشد؟
- ۹۳- نحوه صحیح تعامل با ارباب رجوع به چه نحوی می باشد؟
- ۹۴- از توانمندیهای شغلی خود در حیطة شغل مورد تصدی چند مورد بیان کنید.
- ۹۵- منافع سازمانی از نظر شما به چه چیزی گفته می شود؟
- ۹۶- کدام رفتار شما در محیط کار نشان از اعتماد به نفس شما دارد؟
- ۹۷- آیا مشکلات کاری خود را بر اساس منطق حل می کنید یا علم؟
- ۹۸- آیا از روحیه خدمت رسانی به ارباب رجوع و همکارانتان بهره مند هستید؟
- ۹۹- آیا رشته تحصیلی خود را با رشته شغلی که برای آن آزمون دادید؛ مرتبط می دانید؟
- ۱۰۰- به نظر شما کدام قسمت از رشته شغلی انتخابی شما با رشته تحصیلیتان ارتباط زیادی دارد؟
- ۱۰۱- در یک جمله رشته تحصیلیتان را برای حاضرین در جلسه مصاحبه معرفی کنید.
- ۱۰۲- آیا طرحهای کاربردی در مورد سازمانتان دارید؟ اگر بله لطفاً توضیح دهید.



## ادامه سوالات روانشناسی سازمان ها و ارگان ها (مربوط به حیطة کارى)

- ۱۰۳- نظام ارزشیابی را توضیح دهید
- ۱۰۴- چه طور از علوم تربیتی در اصلاح رفتار بچه ها استفاده میکنید؟
- ۱۰۵- یک قصه باید چه ویژگیهایی باید داشته باشد تا دانش آموزان را جذب کند؟
- ۱۰۶- اگر والدینی وسواس داشته باشند نحوه برخورد شما با آنها چگونه خواهد بود؟
- ۱۰۷- کدام سبک فرزندپروری موجب تشدید بیش فعالی می شود؟
- ۱۰۸- دلیل انتخاب شغل معلمی از سوی شما چیست؟
- ۱۰۹- اگر دانش آموزی چند روز قبل مادرش فوت کرده باشد چکار میکنید؟
- ۱۱۰- اگر والدین دانش آموزی از روش تدریس شما ایراد بگیرند چکار میکنید؟
- ۱۱۱- اگر شاگرد شما بگوید که من رنگ لباس شما را دوست ندارم چه میگویید؟
- ۱۱۲- چه ویژگی دارید که فکر میکنید برای شغل انتخابی شما مناسب هست؟
- ۱۱۳- اگر یک دانش آموز با شما دست به یقه شود؛ چکار میکنید؟
- ۱۱۴- اگر یک دانش آموز تکالیفش رو هیچ وقت انجام ندهد چه کار می کنید؟
- ۱۱۵- آگه بخواهید بچه ها را ببرید اردو چه کارهایی انجام میدهید؟
- ۱۱۶- برای رسیدن به شغل مورد نظرانان بین تعامل و مدیریت و تجربه کدام را انتخاب میکنید؟
- ۱۱۷- برای اینکه در محیط کار با افراد مختلف به مشکل برخورد چکار میکنید؟
- ۱۱۸- کار یک مدیر در گروه چی هست؟ آیا میتونید رئیس گروه باشید؟
- ۱۱۹- آیا رئیس گروه را قوی میکند یا اعضای گروه؟
- ۱۲۰- برنامه ریزی استراتژیک چی هست؟
- ۱۲۱- نظرتان درباره عملکرد سازمانی که در آن پذیرفته شده اید، در چند ماه گذشته چه هست؟
- ۱۲۲- چه سوالی از سازمانی که در آن پذیرفته شده اید، دارید؟
- ۱۲۳- اگر ارباب رجوع سر شما داد بکشد؛ واکنش شما چیست؟
- ۱۲۴- دلیل و انگیزه انتخاب شغل مورد نظر تان را بیان کنید
- ۱۲۵- از رشته شغلی خودتان بگویید؟ چرا این شغل را انتخاب کردید؟
- ۱۲۶- آیا به این شغلت نیاز دارید؟ چه نیازی به این شغل دارید؟
- ۱۲۷- برای موفقیت در شغلتان می‌خواهید چکار کنید؟
- ۱۲۸- یک نامه اداری با هدف درخواست از رئیس در یک موضوع خاص بنویسید
- ۱۲۹- آیا با مواد قانونی مرتبط با شغل خود آثایی دارید
- ۱۳۰- از بخش های مهم قانون مدیریت خدمات کشوری اطلاع دارید؟
- هدف از این سوال:** گاهی سعی بر اعمال فشار روانی از طریق پرسش با شماره مواد قانونی وجود دارد.
- ۱۳۱- انتظار شما از مدیرتان چی هست؟
- ۱۳۲- آگه روی یک پروژه در سازمان خیلی وقت صرف کنید و کارتان در نهایت با کیفیت نباشد و مدیر به شما توجه نکند، واکنشتان چیست؟
- ۱۳۳- اسم مدیریت سازمانی که در آن قصد استخدام دارید را بگویید؟
- ۱۳۴- از وظایف سازمانی که در آن قصد آغاز به کار را دارید؛ چند مورد نام ببرید.
- ۱۳۵- نحوه آشنایی شما با این سازمان یا ارگان چگونه بوده است؟
- ۱۳۶- در مورد شعبه این سازمان در شهر خودتان صحبت کنید. چند شعبه دارد و ادرس آنها را بگویید؟
- هدف از این سوال:** اگر سازمانی که از شما مصاحبه به عمل می‌آورد، دارای شعبات مختلف باشد، این سوال از شما می شود. بنابراین، در
- ۱۳۷- مورد آدرس‌های شعبات سازمان نیز تحقیق کنید تا بتوانید به این دست از سوالات پاسخ دهید.



## ادامه سوالات روانشناسی سازمان ها و ارگان ها (مربوط به حیطة کارى)

- ۱۳۸- میدانید که چند ماه اول اصلاً به شما حقوق داده نمی شود؟ واکنش شما چه هست؟
- ۱۳۹- شما در این شغلی که قبول شدید، می دانید که باید چیکار کنید؟ انتظار دارید در این سمت شغلی چه کارهایی انجام بدهید؟
- هدف از این سوال چیست؟** معمولاً مصاحبه شوندگان، با حفظ کردن آنچه مطالعه نموده اند، به این دست از سؤالات پاسخ خواهند داد؛ اما بهتر است بی هدف به این سؤال پاسخ ندهید. شما میتوانید از قبل با اشخاصی که شغل شما را در سازمان بر عهده دارند، ارتباط برقرار کنید و از آنها بخواهید بطور مختصر در مورد وظایف شغلیشان به شما پاسخ بدهند. وظایف شغلی با آنچه در تئوری خوانده میشود، تفاوت زیادی داشته و مصاحبه کننده بیشتر جذب واقعیات کاری میشود تا مباحث تئوری دیگر.
- ۱۴۰- برای موفقیت در شغلان چه کارهایی می خواهید انجام دهید؟
- هدف از این سوال چیست؟** برای دستیابی به موفقیت شغلی ابتدا بایستی «وضعیت فعلی» را حفظ کرده و بعد به فکر «وضعیت مطلوب» بود. بنابراین، می توانید بگویید که اولین کاری که میکنم خودم را با سازمان و اهدافش هماهنگ میکنم و توی ریل سازمانی قرار میدم.
- ۱۴۱- سازمان ناظر و سازمانهای وابسته این سازمان زیر نظر کدام وزارتخانه قرار دارد؟

## چند مورد شایع روانشناسی

- ۱- سوالاتی که گاهی اصلاً جواب واحد و مشخصی ندارند و هدف دیدن واکنش شما است. مثلاً صبح بیدار شدید برید سر کار و بچه تان شدیداً مریض هست و سر ساعت ۸ هم باید حتماً در دادگاه حضور داشته باشید وگرنه سر فردی بی گناه بر دار خواهد رفت، کسی هم نیست بچه شما را به بیمارستان ببرد چکار میکنید؟!
- ۲- با این بطری آب معدنی چکار میکنید؟ با این دستمال کاغذی میشه چکار کرد؟ با یه تکه آجر چکار میشه کرد؟
- ۳- چیزهایی بگوید که نباید بگوید و رفتاری داشته باشید که نباید!..! اینک روانشناس شما را در حدی جذب کند که بدون رعایت هیچ چهارچوبی هرچه به ذهنتان آمد را بازگو کنید و یک فضای بگو و بخند بیش از حد معقول و غیر طبیعی خودمانی در طی چند دقیقه بین شما و ایشان رخ دهد کار و هنر روانشناس هست! ولی اشتباه شما! نه زیاد خشک باشید و نه زیاد از دایره خارج شوید. خنده معقول در جایی که واقعا نیاز هست کافیهست، به صورت کلی در حد معقول خنده رو بودن هم نکته مثبتی است، ارائه اطلاعات هم به حد مورد سوال شده به نحوی که روانشناس احساس نکند مقابلش گارد گرفته اید کافیهست اما زیاده روی خیر.
- ۴- احساس همدردی روانشناس با شما = مراقب باشید!