

Jak ubrać się na rozmowę kwalifikacyjną?

Pierwsze wrażenie to kilka sekund, które decydują o tym, jak będzie cię postrzegał twój przyszły pracodawca. Zadbaj, by zapamiętał to, co masz do powiedzenia, a nie głęboki dekollet. Podpowiadamy, jak uniknąć modowych wpadek na rozmowie kwalifikacyjnej.

- Zasada numer jeden to wyglądać czysto i schludnie - mówi Irmina Nowicka, osobista stylistka, która w Gorzowie prowadzi butik z modnymi markami za niewielkie pieniądze. - Zanim pójdziemy na rozmowę kwalifikacyjną warto dowiedzieć się, czy w firmie, w której chcemy pracować, obowiązuje dress code. Klasycznie ubrać się trzeba do pracy w biurze, banku, urzędzie. Na odrobinę fantazji mogą sobie pozwolić kandydaci do pracy np. stylisty, fryzjera.

Jak się ubrać na rozmowę kwalifikacyjną, żeby pozostawić po sobie jak najlepsze wrażenie?

OBOWIĄZKOWE RAJSTOPY

- Gołe nogi to niewybaczalne. Nawet, gdy jest bardzo gorąco, a chcemy założyć spódnicę czy sukienkę, powinniśmy do niej włożyć też rajstopy. Mogą być cieniućkie, cieliste lub dopasowane do stroju - podkreśla pani Irmina. Rajstopy może nie są najwygodniejszym elementem garderoby, ale na rozmowie kwalifikacyjnej są obowiązkowe.

ZAPOMNIJ O MINI

Rozmowa kwalifikacyjna to nie randka, dlatego mini zostaw w szafie. - Jeśli nie jesteśmy pewne, czy mamy odpowiedniej długości spódnicę, zróbmy test. Stańmy prosto, z rękoma wzdłuż ciała. Jeśli spódnica kończy się równo z palcami u rąk, spokojnie możemy w niej iść na spotkanie z przyszłym pracodawcą - radzi stylistka. I dodaje, że legginsy to też nie jest dobry wybór na rozmowę kwalifikacyjną.

SANDAŁY SĄ ZAKAZANE

Tak samo jak baleriny, drewniaki, buty na platformach, czy niebotyczne szpilki. - Buty powinny być schludne, eleganckie, z zakrytymi palcami i piętami. Obcas jak najbardziej, ale nie za wysoki. Pamiętajmy, że nie chodzi nam o to, by eksponować zgrabne nogi, tylko to, co mamy w głowie - przekonuje gorzowianka. Panowie powinni dobrać obuwie do garnituru. Zakazane są sandały, sandały ze skarpetkami, czy białe skarpetki do ciemnych butów. Nie zakładamy też kłapek ani obuwia sportowego.

POSTAW NA MARYNARKĘ

To rada zwłaszcza dla mężczyzn. To nic, że za oknem 30 stopni na plusie. W marynarce będziemy wyglądać elegancko i poważnie. - Pierwsze wrażenie można zrobić tylko raz. Tego nie da się powtórzyć. Jeśli jest bardzo gorąco,

wejdźmy na spotkanie w marynarce. Potem możemy ją zdjąć - mówi pani Irmina. Koszula z krótkim rękawem na rozmowie kwalifikacyjnej jest dopuszczalna. Brak krawatu to też nie zbrodnia. Ale absolutnie nie wolno zakładać do marynarki jeansów. To faux pas.

Panie nie muszą zakładać żakietu. Jeśli decydują się na koszulę czy sukienkę z krótkim rękawem to taką, która nie odkrywa pach.

STONOWANE DODATKI

Dobierając torebkę do stroju, należy zrobić to z wyczuciem. Ma być ona jedynie praktycznym dodatkiem. Torebka powinna być klasyczna, elegancka i niezucająca się w oczy. Raczej kanciasta, nie okrągła. Panowie, nawet najbardziej elegancki strój popsuje... reklamówka z dokumentami, z którą przyjdziecie na rozmowę kwalifikacyjną.

Biżuterię dobierajmy z umiarem. - Skupmy się przede wszystkim na tym, aby jak najlepiej zaprezentować się od strony merytorycznej. Owszem, wygląd też odgrywa ważną rolę, ale nie powinien odwracać uwagi od tego, co mamy do przekazania. Wielbiciele biżuterii, powinni w tej sytuacji ograniczyć się do niezbędnego minimum - radzi gorzowska stylistka.

SPOKOJNE KOLORY

- Powinniśmy unikać galowego stroju, czyli białej koszuli i granatowej spódnicy. Dobierajmy spokojne kolory: beże, brązy, szarości, błękity. Czerwony to raczej nie jest dobry kolor na rozmowę kwalifikacyjną. Jest nacechowany erotycznie - zauważa pani Irmina. I odradza też motywy kwiatowe na ubraniu. Absolutnie zakazane są cekiny, atłasy. Natomiast na stonowane, delikatne kraty, pasy czy geometryczne wzory możemy sobie pozwolić.

CZYSTE PAZNOKCIE

Dłonie są naszą wizytówką. Powinny być zadbane, schludne, z krótko przyciętymi paznokciami. Na rozmowę kwalifikacyjną zrezygnujmy z tipsów i ekstrawaganckich lakierów do paznokci. To samo dotyczy makijażu i fryzury. Makijaż powinien być delikatny i tylko lekko podkreślać naszą urodę. Włosy raczej związane, jeśli rozpuszczone, to gładko zaczesane, bez tapirów. To nie konkurs piękności, tylko spotkanie z przyszłym pracodawcą.

Autor: Tatiana Mikułko

Źródło:

<http://www.regiopraca.pl/portal/twoje-cv/rozmowa-kwalifikacyjna/jak-ubrac-sie-na-rozmowe-kwalifikacyjna>