

就職氷河期世代のための 就活キャリアアップ講座

就職氷河期世代のわたしたちが就活の際にぜひ知っておきたい内容を、『就活トレーニングブック』から抜粋してお届けします。『就活トレーニングブック』は、ハローワーク大阪東の「35歳からのキャリアアップコーナー」で無料で提供しています。

Lesson.5 あなたの価値が否定されたものではありません!! 【面接対策② 圧迫面接】

ステップ1 自己理解 → ステップ2 仕事理解 → ステップ3 条件整理 → ステップ4 求人選定 → **ステップ5 応募準備** → ステップ6 職場定着

「圧迫面接」という言葉を聞いたことがある方は多いと思います。応募者に、必要以上のプレッシャーやストレスをかけて、本音やストレスへの耐性を見極めようとする面接担当者のテクニックです。発言内容や経験・能力をすべて否定する、威圧・高圧的な態度、無視、執拗な追求など、さまざまなタイプがあります。このような面接を受けたとき、応募者はとても傷つくことがあります。これからの就職活動が怖くなってしまふことさえあります。

圧迫面接に対抗するための方法もいろいろ考えられていますが、わたしたちがまず知っておきたいのは、圧迫面接はひとつの面接テクニックにすぎないということです。しかも、わざわざその会社を選んで面接に来てくれた相手を傷つけてしまう可能性がある、好ましくないテクニックとも言えます。もし面接が上手くいかなかったとしても、それは絶対にあなたの価値が否定されたわけでは
ありません。

「派遣やバイトしか経験がないことを指摘されたらどうしよう」「空白が長いことをどうやって説明しよう」など、面接で聞かれたら困るなあということ
は誰にでもあるもの。ハローワークの「35歳からのキャリアアップコーナー」
では、あなたの面接時の「どうしよう」をスタッフといっしょに考えることができ
ます。ぜひ、お気軽にご相談ください。