



شمشیر به تنهایی نمیتواند یک جنگجو پرورش دهد.

مطالبی که در وبسایت و صفحه ی اینستاگرام انجمن هوانوردی پارس در اختیار شما دانشجوی گرامی قرار میگیرد، در واقع نقش یک ابزار را دارد. اما نحوه ی استفاده از این ابزار مهمتر از خود ابزار است. پس نیاز است که روشی نیز برای استفاده ی درست تر و عمیق تر از این مطالب خدمت شما ارائه شود. همه ی گفته های ما حاصل تجربه است. همان تجاربی که شما هم تجربه کرده اید. تجربه ی تحصیل در مدارس و دانشگاه، تجربه ی کارمندی، تجربه ی پیشرفت، تجربه ی تغییر..



اولین و مهم ترین اقدام برای کسی که قصد دارد در راه تغییر و پرورش خویش در یک زمینه ی خاص قدم بگذارد، تهیه ی یک دفترچه ی یادداشت است. تهیه ی یک دفترچه برای شروع. برای یادداشت برداری از هر نکته ای که به نظرش ارزشمند میآید و احساس میکند بعد از شنیدن یا خواندن آن نکته، چیزی به دانشش اضافه شده است. اما اهمیت نکته برداری کجاست؟ ذهن انسان کاملا فراموش کار است و تمایل بسیار بسیار بالایی دارد که مانند گذشته عمل کند. یعنی امکان دارد شما 20 صفحه کتاب بخوانید، یک برنامه ی تلویزیونی نگاه کنید و یا کسی با شما 1 ساعت مشاوره کند. بعد از هر کدام از این اتفاقات، شاید دیدگاه شما نسبت به برخی مسائل تغییر کند. شاید شما احساس کنید که دچار تغییر بزرگی شده اید (که قطعاً اینطور است). شاید بعد از خواندن یک کتاب انگیزشی، برخیزید و برنامه ریزی هایی برای آینده انجام دهید. شاید بعد از خواندن یک جمله ی انگیزشی حال شما خوب شود و سرشار از انگیزه شوید. اما باید بدانید که ذهن شما مقطعی عمل کرده و در فردای امروز، دیگر این احساس را نخواهید داشت و به زودی آن موضوع یا موضوعات فراموش شده و شما انسان قبلی میشوید. این موضوع دارای اهمیتی ویژه است و کاوش بیشتر در این مورد، نیاز به پژوهش در حوزه ی نوروساینس و درک پیچیدگی های مغز است. تا همین که بدانیم : آنچه الان فهمیده ایم و یا آنچه در حال حاضر ما را تحت تاثیر قرار داده، ممکن است به زودی فراموشمان شود، کافیت. کافیت برای اینکه متوجه باشیم که چرا به یک دفترچه ی یادداشت برای یک موضوع خاص نیاز داریم. این دفترچه به شما این امکان را میدهد که پس از مدتی مشخص، در رابطه با یک موضوع خاص، یک مرجع داشته باشید. دفترچه یادداشت شما به زودی تبدیل به یک کتابچه میشود و میتوانید هر روز مطالب را مرور و تمرین کنید و آنها را به ضمیر ناخودآگاهتان وارد کنید. و



فقط به این وسیله است که می‌توانید پس از مدتی در استفاده از ابزار مورد نظر ماهر شوید.

پس یک دفترچه ی زیبا، نه چندان کوچک و نه چندان بزرگ برای خودتان پیدا کنید. شروع به خواندن، درک کردن و نوشتن کنید. مطالبی که تا به اکنون خوانده اید را دوباره بخوانید و یادداشت برداری کنید. مطالبی که در DVD آموزشی برایتان جمع آوری کرده ایم را ببینید و بخوانید و گوش دهید. سپس از هر موضوع یادداشت برداری کنید. به سراغ سوال و جواب های مصاحبه ای بروید، نکته برداری کنید. چند روز این اعمال را انجام دهید و مرتب تمرین کنید و مرور کنید. در این مدت، اگر موضوع یا سوال خاصی توجه شما را به خود جلب میکند، آن را یادداشت کنید. (مثلا مشغول مطالعه هستید و یکدفعه با خود میگویید: (اگر مصاحبه کننده از من پرسید تا حالا به مرگ فکر کردی؟! پاسخ درست چیست). شما در این لحظه دچار خلاقیت شده اید. هیچ اشکالی ندارد که حتی سراغ اینجور سوالها هم بروید. این باعث میشود به خودتان اجازه دهید که پاهایتان را یک قدم فراتر بگذارید و موضوع را از دید مصاحبه کننده ببینید و به دنبال ایجاد یک جواب منطقی و درست گام بردارید. حالا که کار نکته برداری ها و آموزش به اتمام رسید، به سراغ دفترچه ای دیگر بروید. (می‌توانید با استفاده از کامپیوتر خود یک فایل متنی ایجاد کنید). شروع به نوشتن پاسخ هایی شخصی برای هر سوال کنید. مثلا در یک صفحه بنویسید: بزرگترین نقطه ضعف شما چیست؟ حالا با استفاده از چیزهایی که یاد گرفته اید، سعی کنید برای این سوال، جوابی درست تهیه کنید. این جواب باید بر اساس آموخته های شما، شخصیت شما و ماجرای زندگی شما باشد. باید بتوانید برای همه ی گفته هایتان، برای همه ی جواب هایتان، یک مسیر مشخص و منطقی داشته باشید. صحبت های شما باید حول یک مسیر مشخص باشند. حضور فیزیکی شما در مصاحبه ی

شغلی، گفته های شما، وضعیت ظاهری شما، سوابق شما، حرفه‌ایتان، همه و همه باید نهایتاً منجر به ایجاد یک تصویر خاص در ذهن مصاحبه کننده شود. تصویری که از دیدنش لذت ببرد و احساس کند که شما فرد مناسبی هستید. شما باید بتوانید نظر او را جلب کنید.

تصور کنید که مشغول تماشای یک فیلم کوتاه 15 دقیقه ای هستید. این فیلم برای اینکه بتواند نظر شما را جلب کند، باید دارای ویژگی هایی باشد. از تیتراژ اولیه ی فیلم گرفته تا موزیک هایی که در این فیلم استفاده شده است و بازیگران و نحوه ی فیلمبرداری و... دقیقاً نقش شما هم در یک مصاحبه همین است. شما برای مصاحبه کننده باید مثل یک فیلم کوتاه باشید، مثل یک ماجرا، یک کتاب. یک چیزی که از دیدنش به وجد بیاید. دچار احساس خوبی شود. شما باید بتوانید با انرژی که به او صاطع میکنید، موجب این شوید که او تمایل پیدا کند که شما را اتسخدام کند. شما باید یک شخصیت جالب به او ارائه کنید. کلید این ماجرا این است که همه چیز شما مخصوصاً گفته هایتان، دارای هارمونی و هماهنگی باشد. داری تضاد نباشید. حرف های تکراری نزنید. هرچه میگویید متعلق به خودتان باشد. او باید احساس کند که همه ی صحبت های شما از عمق وجودتان بیرون میآید. باید با یک شخصیت حقیقی رو به رو شود. یک شخصیت کاملاً حقیقی که از لحاظ حرفه ای و تخصصی نیز گزینه ی مناسبی برای شرکت محسوب میشود. اما گزینه ی مناسب برای یک شرکت چه کسی است؟ تصور کنید که شما میخواهید یک رستوران افتتاح کنید و نیاز به یک آشپز دارید. آشپز مورد نظر شما علاوه بر اینکه لازم است بر روی مسائل تخصصی شغل خویش تسلط کافی داشته باشد، نیاز است که از لحاظ اخلاقی نیز شما را مطمئن کند. آن آشپز ممکن است مدتی با شما کار کند، و به یک باره دست شما را در پوست گردو بگذارد و بگوید دیگر برای تو کار نمیکنم. و شما فلج میشوید.



آن آشپز باید از لحاظ بهداشت هم شخصیت قوی باشد. آن آشپز باید شخصیت امینی باشد. باید بتواند در محیط آشپزخانه رابطه‌ی مثبتی با دیگر کارکنان داشته باشد تا از تشنج‌های احتمالی جلوگیری شود. میبینیم که فقط فاکتور تخصص نمیتواند ضامن استخدام شدن باشد. کارفرماها به دنبال ویژگی‌های اخلاقی مناسب جایگاه‌های مختلف شغلی در شرکتشان هستند. یک شرکت به دنبال جذب افرادی است که علاوه بر ویژگی‌های تخصصی و اخلاقی، وفادار نیز باشد. شما باید آن ویژگی‌های اخلاقی که متناسب با شغل مهمانداری و متناسب با ایرلاین مورد نظر است را شناسایی کنید، آنها را با آموزش‌های مصاحبه‌ای تلفیق کنید و روز مصاحبه در لحن، کلام و رفتار خود به نمایش بگذارید. در مورد این ویژگی‌ها در DVD آموزشی مصاحبه در بخش تکنیک‌ها و تاکتیک‌ها صحبت کرده ایم و شما آنها را میشناسید.

شما با نوشتن و دسته‌بندی کردن تمام نکات مهمی که در آموزش‌های مصاحبه‌ای میبینید (از هر منبعی)، و با تولید جواب‌های شخصی‌سازی شده (بر پایه‌ی اصول)، و با تمرین همه‌ی اینها و نهادینه کردن آنها در عمق ضمیر ناخودآگاهتان، میتوانید در روز مصاحبه بر همه‌ی عوامل منفی غلبه کنید. منظور از عوامل منفی چیست؟

عوامل منفی یعنی خودخوری‌ها و گفتگو‌هایی درونی که با خودتان حمل میکنید. مثلاً شما در ذهنتان با خود میگویید: تقریباً همه‌ی افرادی که در محل مصاحبه حضور خواهند داشت، احتمالاً از من بهتر هستند. من تقریباً شانس ندارم. احتمال اینکه من مصاحبه را خراب کنم بالاست. زبان من از همه ضعیف‌تر است. چهره‌ی بقیه از من بهتر است. مصاحبه‌کننده‌ها از



من سوالاتی خواهند پرسید که من قادر به جوابگویی نیستم. هنگام مصاحبه من قطعا هول میشوم. من خراب میکنم. یک کلام، من را قبول نمیکنند!

اینها یکی از عوامل منفی بود که احتمال دارد شما با آن مواجه شوید. عوامل منفی دیگری نیز میتوانند بر شما تاثیر بگذارند. مثل ترس از حضور در جمع و در بین افراد. تصور کنید که روز مصاحبه است، شما از خواب برخوابسته اید و در حال آماده شدن هستید. ذهنیت شما همراه با ترس است. شما در حال آماده شدن هستید، اما ترسیده اید. از چه؟ از همه چیز. اصلا دوست ندارید پایتان را از خانه بیرون بگذارید. دوست دارید فقط بخوابید. دوست دارید این کابوس زودتر تمام شود. در ذهنتان میگویید که من قبول نمیشوم. شما ترسیده اید. حتی از اینکه در محیط لابی (هتل برگزاری آزمون) زمانی که با دیگر داوطلبین که اکثرا هم سن و سال خودتان هستند روبرو شوید، میترسید. میترسید که مثلا بروید و با بقیه صحبت کنید. اعتماد به نفسش را ندارید. با خود میگویید حالا چکار کنم؟ با کی صحبت کنم. به کدام سمت بروم. نا هماهنگی تمام وجودتان را فرا گرفته. نمیدانید چه کنید..

در حالی که شما در روز مصاحبه باید خیال کنید یک بازیگر معروف هستید، همه شما را میشناسند، و در یک جشنواره حضور دارید. قرار است یک روز خیلی عالی را سپری کنید. شما کاندیدا هستید. شما کاندیدای دریافت آن شغل هستید. چرا خود را دست کم میگیرید؟ هنوز متوجه نشده اید که آن شرکت به شما نیاز دارد؟ شما قرار است به صورت مستقیم با مشتری های آن شرکت در ارتباط باشید. شما مهم هستید که به خاطرتان آن همه دم و دستک را کنار هم چیده اند و بساط مصاحبه پهن کرده اند تا شما بیایید و کاندیدا باشید. چرا همه را از خودتان بالاتر مبینید؟ چرا خیال میکنید دنیا



دارد به پایان میرسد؟ همه ی این موضوعات، همه ی این خیال بافی های منفی یک علت دارد: شما اعتماد به نفس ندارید.

اما چرا؟ چه چیز باعث میشود که شما اعتماد به نفس نداشته باشید؟ قطعاً کمبود. شما کمبود احساس میکنید. شما در مبحث زبان انگلیسی کمبود احساس میکنید. در بحث گفتار، کمبود احساس میکنید. شما تمرین نکرده اید. شما بلد نیستید چطور با دیگران سر صحبت را باز کنید. شما از حیکل و قیافه ی خود راضی نیستید. شاید اگر کمی ورزش میکردید حالا اعتماد به نفس بیشتری داشتید. شاید اگر کمی بیشتر زبان خوانده بودید حالا اعتماد به نفس بیشتری داشتید. شاید اگر کمی مصاحبه را تمرین کرده بودید حالا اعتماد به نفس بیشتری داشتید. و شاید اگر از همه لحاظ آماده تر بودید حالا اعتماد به نفس بیشتری داشتید. شما باید خودتان را آماده کنید. آنقدر آماده که وقتی پا به میدان میگذارید، خیال کنید به میهمانی دعوت شده اید.

خوب، فرض میکنیم شما به همه ی مباحث مشرف شده اید. کاملاً فهمیده اید مصاحبه چیست، فضا را میشناسید و در کل مشکلی ندارید. شما از لحاظ تئوری آماده اید. اما اجرا چطور؟

وقتی پا به مصاحبه میگذارید، شما باید مجری خوبی باشید و بتوانید هرآنچه را که فراگرفته اید را پیاده سازی کنید. ممکن است رو به روی سه مصاحبه کننده ی اروپایی بنشینید و حالا باید با آنها صحبت کنید. خوب، تصورش کنید. آیا برایتان ترسناک است؟ در ذهنتان با خود میگویید که آنها الان صدای مرا چطور میشنوند، نظرشان در مورد قیافه ی من چیست، آنها چطور مرا میبینند؟ یکی از راه هایی که شما میتوانید به این موضوع چیره شوید این است که اول به خودتان چیره شوید. برای اینکه در روز مصاحبه از اینکه



رو به روی مصاحبه گران بنشینید نترسید، برای اینکه با خود وارد گفتگوی ذهنی (و در نتیجه در دست رفتن تمرکز و خراب کاری) نشوید، باید با خودتان تمرین کنید. هیچ چیز به اندازه ی تمرین کردن با شخص خودتان نمیتواند این مشکل را حل کند. بهترین راه تمرین، این است که موبایلتان را رو به روی خود قرار دهید (دوربین پشت) و دکمه ی ریکورد را بزنید. به این ترتیب شما احساس میکنید که چشم هایی در حال نظاره ی شما هستند. به دوربین نگاه کنید. تصور کنید که چشم ها مصاحبه گران هستند. رو به روی دوربین صحبت کنید. خیلی واقعی، واقعا تصور کنید که در روز مصاحبه هستید. کاملا تصورش کنید. بارها این کار را انجام بدهید. بارها از اکت های مختلف استفاده کنید. مثلا تمرین کنید که وسط مصاحبه یک موضوع خنده دار پیش میآید و شما باید کمی بخندید. چطور این خنده را انجام میدهید؟ تصور کنید مصاحبه گر یک چیزی میگوید و شما باید بگویید WOW. این کار را چطور انجام میدهید؟ تکان دادن سرتان موقعی که شنونده هستید چطونه خواهد بود؟ تمرینش کنید. و شروع کنید به دیدن فیلم های خودتان. آنقدر این فیلم ها را نگاه کنید، آنقدر به صدایتان گوش دهید تا بالاخره با خودتان و با صدایتان آشتی کنید. شما باید به مرحله ی پذیرش خودتان برسید، سپس دیگران شما را خواهند پذیرفت. بهترین راه برای غلبه بر این مورد از طریق موبایل و ضبط تصویر و نگاه کردن به فیلمهاست. اما شما میتوانید از آینه هم استفاده کنید.

روز مصاحبه صحنه است، و شما باید یک **صحنه گردان** عالی باشید. شما باید یک کاراکتر عالی باشید.

پس، دفترچه ی یادداشت را بردارید و شروع به نوشتن کنید.