

## 面接試験を受けるその前に

## 第一印象を良くするには

面接での第一印象は「合否」が決まるほど重要だと言われています。なぜここまで第一印象が重要なのか、その理由は、第一印象や見た目で仕事の影響を判断しているからです。仕事をする上でお客様や社内に与える雰囲気や売上げや成績などが変わってくるため、第一印象や見た目を重視する企業はとても多いです。面接試験での第一印象を良くするためのポイントを見ていきます。

## 01.身だしなみ

「清潔感」がキーワードです。制服に汚れやしわがないかチェックし、アイロンをかけておきましょう。ネクタイやリボンは曲がっていませんか？靴は磨き、椅子に座った時に意外と目につく靴下も綺麗なものを履いていきましょう。髪は洗髪し整えておきましょう。目にかかる長さの前髪はNGです。



## 02.表情・姿勢

身だしなみを完璧にしても、暗い表情だったり姿勢が悪かったりしたら、良い印象は与えられません。笑顔を作るのが苦手な人は、口角を上げるだけでもOK！意識的に口角を上げるだけで、明るい表情に見えます。猫背も暗く見えがちです。胸を張るように立つだけで、姿勢は良くなります。意識するだけで、印象が大きく変わります。



## 03.視線

緊張のあまり目が泳いでしまい、うつむき加減になったりすると、面接官にいい印象は与えられません。しっかり面接官の目を見ましょう。笑顔で目が合うと「感じがいい人だ！」と思うものです。目を見て話すと、「気持ちを伝えたい」という思いが伝わってきます。あなたの言葉がより面接官に届きやすくなります。



はい!!

## 04.相槌は「はい」

面接官の話を聞くときは、きちんと相槌をうちながら聞きましょう。相槌をうつときは必ず「はい」です。「ええ」「うん」はNGです。また、早口にならないように落ち着いて話すことも、大切です。面接官に熱意をしっかりと伝えられるよう、明るいトーンでハキハキと話すように意識しましょう。



自己を過大評価した瞬間から思考の硬直が始まる。

—— 野村 克也 (元プロ野球選手・元監督〈ヤクルト・阪神・楽天〉) ——