

A ENTREVISTA DE TRABALLO

1.- QUE É A ENTREVISTA DE TRABALLO?

A entrevista de traballo é o paso máis importante ao que te enfrontarás á hora de atopar traballo.

2.- OBXECTIVO

- Conseguir chegar a unha entrevista persoal.

3.- TIPOS DE ENTREVISTAS

A entrevista de traballo máis habitual adóitase levar a cabo entre o demandante, a persoa que busca emprego, e un representante da empresa que ofrece o emprego, mediante unha sucesión de preguntas e respostas. É o que se coñece como entrevista individual. Non obstante, non é o único tipo que se practica.

Cada vez máis, as empresas apostan por outro tipos de entrevistas que lles axuden a coñecer máis e mellor as capacidades dos aspirantes.

Segundo o número de participantes distinguimos:

Entrevista individual

É a máis habitual de todas. Lévese a cabo entre a persoa que busca o emprego e un representante da empresa que ofrece o posto, normalmente un membro do departamento de recursos humanos. Non existe un patrón nin un modelo a seguir. A orde e os temas que se aborden dependen unicamente da vontade do entrevistador.

Non obstante, o carácter confidencial deste tipo de entrevista permite alcanzar unha profundidade maior nas cuestións.

Entrevista de panel

Este tipo de entrevista de traballo é bastante similar á entrevista individual.

Non obstante, neste caso interveñen varios entrevistadores, en lugar de só un. Normalmente forman parte do departamento de Recursos Humanos da empresa.

Non existe unha orde prestablecida nin unhas temáticas determinadas, estas dependen integramente dos entrevistadores. Pódese alcanzar unha gran profundidade no diálogo, sempre que se supere a máis que probable intimidación inicial que supón enfrontarse a varios entrevistadores á vez.

Entrevista de grupo

A entrevista de grupo é, como o seu propio nome indica, aquela na que participan un grupo de persoas, en lugar dunha soa. É moi similar á entrevista de panel, aínda que neste caso o aspirante é entrevistado sucesivamente por diferentes persoas que pertencen a distintas áreas. Cada entrevistador avaliará o candidato segundo os seus propios criterios e, unha vez concluídas as entrevistas, unificaranse criterios e tomarase unha decisión en común sobre a idoneidade do candidato.

Segundo o [procedemento da entrevista](#) distinguimos:

Entrevista estruturada

A entrevista estruturada ou preparada é a máis estática e ríxida de todas, xa que se basea nunha serie de preguntas predeterminadas e invariables que deben responder todos os aspirantes a un determinado posto. Isto facilita

enormemente a unificación de criterios e a valoración do candidato, pero non permite que o entrevistador afonde nas cuestións máis interesantes. É recomendable para aquelas empresas que necesitan cubrir moitos postos de traballo e non poden investir demasiado tempo no proceso de selección.

A extensión é variable, depende do criterio da empresa. Pode reducirse a unhas meras cuestións básicas (as máis significativas) ou ser bastante extensa, formulando cuestións sobre toda a historia laboral da persoa candidata.

En todo caso, é conveniente facer sempre unha pequena preparación previa sobre os temas que se van formular. En moitos casos, tamén se preparan previamente todas as preguntas detalladas incluídas en cada área. Isto permite ao entrevistador concentrarse soamente na resposta, á vez que axuda a mitigar o nerviosismo do candidato sobre as notas tomadas polo entrevistador, posto que se dá conta de que a natureza formal das preguntas require que a información sexa rexistrada, e permite que o entrevistador, ao facer preguntas persoais, pareza estar a seguir unha norma establecida en lugar de actuar sobre a base da súa propia curiosidade. Non obstante, dependendo do caso, a entrevista estruturada non é recomendable xa que

con este tipo de entrevista, tanto o entrevistador coma o aspirante poden ter a sensación de estar inmersos nun proceso mecánico que en moitos casos é contraproducente.

Entrevista non estruturada

A entrevista non estruturada ou libre é aquela na que se traballa con preguntas abertas, sen unha orde preestablecida, adquirindo características de conversación. Esta técnica consiste en realizar preguntas de acordo ás respostas que vaian xurdindo durante a entrevista. Así, a diferenza da entrevista estruturada, neste tipo de reunión o entrevistador só ten unha idea aproximada do que se vai preguntar e vai improvisando as cuestións dependendo do tipo e as características das respostas. Ademais, a énfase ponse máis na análise das impresións que no dos feitos.

O principal inconveniente deste tipo de entrevista de traballo é que, ao non ter un listado de temas e cuestións, se pode pasar por alto áreas de aptitude, coñecemento ou experiencia do solicitante, obviando preguntas importantes

do tema a tratar. Cando isto acontece a empresa non resulta beneficiada, porque se perde información que pode ser de interese. Ademais, non hai posibilidade de revisar a exactitude das conclusións do entrevistador.

Con todo, este tipo é, sen dúbida, o que máis gusta aos entrevistadores, a causa da liberdade que lle deixa.

Entrevista mixta

A entrevista mixta ou semiestruturada é aquela na que, como o seu propio nome indica, o entrevistador desprega unha estratexia mixta, alternando preguntas estruturadas e con preguntas espontáneas.

Esta forma é máis completa xa que, mentres que a parte preparada permite comparar entre os diferentes candidatos, a parte libre permite afondar nas características específicas da persoa candidata. Por iso, permite unha maior liberdade e flexibilidade na obtención de información.

4.- CONSELLOS E RECOMENDACIÓNS

ANTES: PREPARANDO A ENTREVISTA

Antes de acudir a unha entrevista de traballo, é moi recomendable que te prepares ben.

Sempre hai que transmitir unha sensación de seguridade e de confianza, e para iso, o mellor é manter a situación baixo control, estando segura do que se fai.

Consellos e recomendacións:

- Infórmache todo o que poidas sobre a empresa antes de acudir á cita.
- Estuda as túas aptitudes, a túa experiencia e a túa educación.
- Descubre cales son os teus puntos fortes e explótaos.
- Leva o currículo e coñéceo perfectamente, xa que se basearán nel para preguntarte.
- Faiche unha relación dos teus puntos débiles e prepara argumentos para defendelos.
- Se te citan por escrito, o correcto é que chames para confirmar a túa asistencia.
- Non acudas con lentes escuros

- Comproba a túa aparencia. É conveniente que evites levar roupa rechamante; sempre é recomendable ir ben vestido, limpo e afeitado.
- Chega pronto, uns cinco minutos antes. A puntualidade é un bo signo.
- Prepara a entrevista, o seleccionador vai facelo tamén.

DURANTE A ENTREVISTA

Chegou o momento. Atópaste ante a persoa ou as persoas das que depende contratarte ou non e xógaste o posible emprego nunha soa entrevista de traballo. Non desaproveites a oportunidade.

Consellos e recomendacións básicas:

A POSTURA E AS FORMAS

As primeiras impresións son de grande importancia, así que, debes dar unha boa imaxe. Moitos empresarios/as consideran que tras ver entrar pola porta a un/a candidato/a, con observar a forma de dar a man e sentarse, son capaces de decidir sobre a súa valía.

- Saúda o entrevistador cunha fórmula convencional.
- Séntate dereito. Sentarse ao bordo da cadeira adoita denotar inseguridade, e facelo recostado, falta de respecto.
- Non sexas o primeiro en estender a man, espera a que tomen a iniciativa eles.
- Saúda cun apertón de mans e sorrí, mirándoo aos ollos.
- Non te sentes ata que cho digan.
- Non atúes se non cho indican.
- Estate atento e simpático.
- Evita poñerte nervioso e, se o fas, evita os xestos que o demostran (morder as uñas, golpear co boli na mesa, axitarse no asento...)
- Non fumes.
- Non interrompas.
- Mira ao entrevistador aos ollos, pero sen intimidar.
- Deixa que el tome a iniciativa.
- Non fales demasiado, nin demasiado pouco. No equilibrio está a virtude.
- Coida a túa linguaxe.
- Non sexas agresivo/a nin de pasivo/a.
- Non te aproximes moito a el.

- Non poñas os cóbados enriba da mesa do entrevistador.
- Non cruces os brazos, pode parecer que estás á defensiva.

A FORMA DE EXPRESARTE

- Pensa antes de contestar.
- Responde clara e brevemente
- Di sempre a verdade
- Se te preguntan sobre ti mesmo, resalta a túa formación, experiencia e resultado dos teus traballos.
- Non uses palabras rebuscadas.
- Non respondas con evasivas ou dúbidas, nin con monosílabos.
- Non esperes demasiado tempo para responder, podería parecer síntoma de distracción.
- Non utilices expresións tallantes "sempre", "nunca", nin utilices termos como: "osexa", "este", "bueno"...
- Mostra entusiasmo polo traballo, pero non o supliques.
- Nunca fales mal das empresas nas que traballaches.
- Non te negues a responder preguntas.

- Se che fan preguntas persoais; responde que na túa opinión ese asunto é irrelevante para deducir a túa idoneidade para o posto ao que optas. Dio con seriedade pero non con agresividade. Estas preguntas valoran o teu controlemocional.

A ACTITUDE

- Pensa positivamente.
- Non pidas o posto coma se fose unha esmola.
- Non digas que necesitas terriblemente o traballo.
- Non critiques pasados empresarios

O INTERESE

- Fai preguntas, pero sen parecer prepotente.
- Se tes dúbidas, pregunta sobre as posibilidades de promoción, a empresa ou o posto de traballo.
- Os temas económicos sempre son espiñentos. Pregunta se tes dúbidas, pero que non pareza que é a túa única motivación.
- Expressa sempre o teu agradecemento.

O que NON debes facer nunha entrevista de traballo:

No momento de afrontar unha entrevista de traballo, cada persoa ten os seus trucos, as súas estratexias e os seus métodos para lograr transmitir o mellor de si. En principio, non hai ningún manual que sirva de guía infalible para lograr a entrevista perfecta. Non obstante, si que hai un listado de cousas que debes evitar se non queres botar a perder a túa oportunidade.

Isto é o que nunca debes facer nunha entrevista de traballo:

Chegar tarde. A falta de puntualidade cando nin sequera comezaches a traballar xa dá mala imaxe de tí. Por regra xeral é recomendable chegar uns 5 ou 10 minutos antes da hora á que estás citado, para evitar imprevistos que te fagan chegar tarde. Se non sabes chegar ao sitio, infórmate antes de saír.

Presentarte mal vestido ou sen arranxar. A imaxe di moito de tí, así que cando te presentes nunha entrevista, ten en conta a imaxe da empresa e arránxate conforme a ela. Non é necesario ir sempre de traxe, isto depende de cada empresa, pero si que hai que procurar mostrar unha imaxe profesional.

Ir acompañado. Aparecer na entrevista acompañado de amigos, pais, familiares, dá imaxe de pouca independencia e iniciativa. Evítao.

Provocar interrupcións. Sempre que acudas a unha entrevista de traballo asegúrate de ter apagado o teléfono móbil, xa que podería soar en metade da charla, provocando unha situación incómoda. Mentalízate: nese momento non hai nada máis importante que a entrevista.

Mostrar os nervios, a ansiedade ou o estrés. A linguaxe corporal tamén conta para o entrevistador, así que evita calquera xesto que denote o teu estado de ánimo, especialmente se este é negativo: morder as uñas, revolverse na cadeira, dar golpiños co bolígrafo...

Estar pendente do tempo. Mirar constantemente o reloxo dá imaxe de ansiedade e de que se teñen cousas máis importantes que facer. Reláxate e móstrate confiado.

Mostrar desgana, desprezo ou pesimismo. Non importa que realmente non sexa o que esperabas ou haxa cousas que non esteas de acordo, procura ser positivo e ver o positivo de cada situación. Sorrí e procura crear empatía.

Centrarse no tema económico. A entrevista de traballo non é o momento adecuado para negociar as remuneracións nin os salarios. Centrarse demasiado no aspecto monetario causa unha mala imaxe ante o entrevistador/a e pode ser contraproducente. Se é necesario, pregunta, pero sei discreto, non parezas ansioso.

Ser descortés. Agradece á empresa e ao entrevistador/a a oportunidade que che brindan, resalta os aspectos positivos e esquece os reproches.

PREPARA AS PREGUNTAS DA ENTREVISTA

Non hai dúas entrevistas de traballo iguais. Cada entrevistador ten a súa propia forma de coñecer os/as aspirantes, métodos e estratexias para descubrir a idoneidade de cada un e escoller a mellor persoa para o posto.

Por iso é tan difícil saber en que consistirá a entrevista e como preparala.

Non obstante, hai unha serie de cuestións que se preguntan máis a miúdo e que che pode servir de orientación. Respondelas servirache para coñecerte mellor e enfrontarte á entrevista con maior seguridade.

PREGUNTAS SOBRE PERSONALIDADE

- Fálame de ti mesmo.
- Cántame unha anécdota da túa vida na que resolveses con éxito unha situación problemática.
- Que gaña a empresa se te contrata a ti en lugar da outro candidato? ¿Qué elemento diferencial achegas?

- Se foses ti o encargado de realizar esta selección e eu fose o/a candidato/a, que cualidades che gustaría que eu reunise?
- Gústache traballar con xente ou prefires traballar só?
- Considérase como un líder ou como un seguidor? Por que?
- Cal foi a decisión máis importante que adoptaches no pasado?
- Defínete a tí mesmo con cinco adxectivos cualificativos. Xustifícaos.
- Que aprendiches dos teus erros?

- Rematas o que empezas?
- Se todos os traballos tivesen a mesma remuneración e a mesma consideración social que é o que realmente che gustaría facer?
- Describe a túa escala de valores
- Como te insertas nun equipo de traballo?

PREGUNTAS SOBRE FORMACIÓN

- Por que estudaches arquitectura, dereito, económicas.....?
- Como decidiches estudar.....? Qué outros estudos atraíanche?
- Quen influíu máis en ti á hora de elixir os teus estudos?
- Que materias che gustaban máis/menos e en cales sacabas mellores/peores notas?
- En que medida as túas cualificacións se deben ao teu esforzo persoal e en que medida á túa intelixencia?
- Que cambios terías introducido no plan de estudos da túa Escola, se tiveses podido?
- Cal foi a experiencia máis gratificante durante a túa vida como estudante?
- Pensas proseguir ou ampliar os teus estudos dalgún xeito?
- Se volveses empezar os teus estudos, que farías de modo diferente?

- Na túa formación complementaria, que seminarios ou cursos de curta duración tes realizado? Qué te motivou a realizalos?
- Tiveches algún posto representativo durante o teu tempo de estudante.

PREGUNTAS SOBRE TRABALLOS ANTERIORES

- Fálame das túas actividades á marxe dos teus estudos.
- Realizaches algún traballo de "estudiante" (clases, traballos de verán, de prácticas...)?
- Que aprendiches durante os teus traballos anteriores? Que funcións desempeñabas? Canto cobrabas?
- Debías supervisar o traballo de alguén?
- Cal dos teus traballos previos che gustou máis/menos? Por que?
- Cal é o teu proxecto ou solución máis creativa?
- Como te levabas cos teus compañeiros, cos teus xefes, cos teus subordinados?
- Cal foi a situación máis desagradable en que te viste? ¿Cómo lle fixeches fronte?
- Describe o mellor xefe que tiveses. E o peor
- Descríbeme un día típico no teu traballo anterior
- Como conseguiches ese traballo, esa práctica...?

PREGUNTAS SOBRE O EMPREGO

- Que sabes acerca da nosa empresa?
- Que atráechete dela?
- Que ambiente de traballo prefires?
- Prefires un traballo previsible ou un traballo cambiante?
- Que relacións pensas debe haber entre un xefe e o seu colaborador inmediato?
- Estarías disposto/á trasladarte a vivir a outra cidade, a outro país, ou a viaxar con frecuencia?
- Tes algunha preferencia xeográfica?
- Cal crees que pode ser para ti a maior dificultade ao pasar da vida de estudante á vida do traballo?
- Cales son os teus puntos fortes e os teus puntos débiles para este posto?
- Onde te ves dentro de cinco, de dez anos?

- Cales son os teus obxectivos a longo prazo? ¿Cómo crees que poderás logralos?

- Como te decataches da existencia deste posto?
- Por que pensas que vas ter éxito neste traballo?
- Con que tipo de xefe che gustaría traballar?
- E con que tipo de xefe cres que acabarías por chocar?
- Estarías disposto/á a realizar un curso de formación a cargo da empresa, antes de ser contratado/a?
- Canto queres gañar agora (e dentro de cinco anos)
- Prefires traballar nunha empresa grande, mediana, pequena, pública, privada...? Por que?
- Gústache a previsibilidade dun traballo cuxa hora de comezo coñeces, así como a hora de finalización, ou prefires un traballo no que hoxe non sabes exactamente o que farás mañá?
- Cando poderías incorporarte ao traballo?
- Que persoas das empresas en que traballaches anteriormente poden darnos referencias de ti?
- Participas noutros procesos de selección?