



## CÓMO AFRONTAR UNA ENTREVISTA DE SELECCIÓN

Descubre las claves para enfrentarte a una entrevista de selección. Toma nota de lo que tienes que hacer antes, durante y después de la entrevista.

### Antes de la entrevista

- Infórmate de la empresa que te va a entrevistar: constitución, capital, negocio,...
- Asegúrate del lugar y de la hora de la entrevista
- Sé puntual
- Vestimenta, hay que vestir de forma correcta con una imagen formal, clásica (trajes oscuros)
- Es bueno llevar consigo varias copias del currículum
- Conoce todo lo que puedas de la empresa
- Estudia tus aptitudes, tu experiencia y tu educación
- Lleva el curriculum y conócelo perfectamente, ya que se basarán en él
- Hazte una relación de tus puntos débiles y prepara argumentos para defenderlos
- Si te citan por escrito, lo correcto es que llames para confirmar tu asistencia
- No acudas con gafas oscuras
- Comprueba tu apariencia (evita ropa llamativa; bien vestido/a, limpio/a y afeitado)
- Ve solo/a
- Llega pronto (5 minutos antes)
- Prepara la entrevista, el seleccionador va a hacerlo también

### Cómo arreglarse para la entrevista

- Peínate.
- No llames la atención con demasiados anillos, pulseras,...
- Si utilizas colonia, decántate ese día por una fragancia fresca
- No fumes antes de la entrevista ni durante la misma
- Ten las uñas limpias y bien arregladas
- Es preferible que la mujer lleve bolso, en vez de maletín. Para el hombre aconsejamos llevar una carpeta de documentos.

## Durante la entrevista

Crea una buena impresión. Las primeras impresiones son de gran importancia. Muchos empresarios consideran que tras haber visto entrar por la puerta a un candidato, observar la forma de dar la mano y sentarse, son capaces de decidir sobre su valía.

- Saluda al entrevistador con una fórmula convencional: Buenas tardes Sr. Ruiz
- Siéntate derecho/a, ni al borde de la silla (inseguridad), ni repantingado/a (falta de respeto)
- No seas el/la primero/a en extender la mano
- Saluda con un apretón de manos y sonrío, mirándole a los ojos
- No te sientes hasta que te lo digan
- No tutees si no te lo indican
- Estáte atento/a y simpático/a
- Evita ponerte nervioso/a y los gestos que lo indiquen como morderte las uñas, golpear con el boli en la mesa, agitarte en el asiento...
- No fumes
- No interrumpas
- Mira al entrevistador a los ojos, pero sin intimidar
- Deja que él tome la iniciativa
- No hables demasiado, ni demasiado poco
- Cuida tu lenguaje
- No peques de agresivo/a ni de sensibión/a
- No te aproximes mucho a él
- No pongas los codos encima de la mesa del entrevistador
- No cruces los brazos, puede parecer que estás a la defensiva
- Si te ofrecen una bebida puedes aceptar pero, que no sea alcohólica

### **Piensa antes de contestar**

- Responde clara y brevemente
- Di siempre la verdad
- Si te preguntan sobre ti mismo/a, enfatiza tu formación, experiencia y resultado de tus trabajos
- No uses palabras rebuscadas
- No respondas con evasivas o dudas, ni con monosílabos
- No esperes demasiado tiempo para responder, podría parecer síntoma de distracción
- No utilices expresiones tajantes "siempre, nunca", ni utilices latiguillos "osea", "este", "bueno"...
- Muestra entusiasmo por el trabajo, pero no lo supliques

- No hables mal de las empresas en las que has trabajado
- No te niegues a responder preguntas
- Si te hacen preguntas de tipo cómo: si va de viaje con su novio/a ¿ qué piden una o dos habitaciones?; responde que en tu opinión ese asunto es irrelevante para deducir tu idoneidad para el puesto al que optas. Dilo con seriedad pero no con agresividad. Estas preguntas valoran tu control emocional

#### **Piensa positivamente**

- No pidas el puesto como si fuera una limosna
- No digas que necesitas terriblemente el trabajo
- No critiques a pasados empresarios  
Ejemplo: No digas, "acabo de terminar mis estudios y no tengo experiencia profesional" enfocado de otra manera la respuesta correcta sería "estoy disponible para trabajar y dispuesto/a a poner en práctica todos los conocimientos que he adquirido en mis estudios"

#### **Haz preguntas**

- Sobre las posibilidades de promoción, la empresa o el puesto de trabajo

#### **Expresa tu agradecimiento**

- Si conoces al entrevistador, salúdalo por su nombre, mirándole a los ojos, apretándole la mano de una manera enérgica pero no excesiva. La primera impresión es decisiva
  - Manifiéstate con naturalidad, y adopta una postura relajada, sin tomarte demasiadas confianzas
  - Cuida la comunicación verbal y no verbal
  - No fumes aunque te lo ofrezcan
  - El tiempo de la entrevista es limitado, por lo que deberás aprovecharlo al máximo para intentar convencer al entrevistador de tu valía para el puesto que ofertan
  - Debe mostrarse en todo momento entusiasmado con el puesto y con la empresa
  - No olvides que el entrevistador es quien lleva el mando durante la entrevista. No le interrumpas.



## ¿Estás preparado para la entrevista de trabajo?

Los objetivos de la entrevista son identificar que la empresa cumple tus aspiraciones y convencer al entrevistador de que eres la persona adecuada.

Antes de acudir a la entrevista hay que conocer con profundidad la empresa, la procedencia del entrevistador (si es de recursos humanos o de otro departamento) y el puesto que ofertan (conocimientos que se exigen, experiencia laboral previa...)

### La empresa

La pregunta tipo que utiliza un entrevistador para conocer el grado de interés que usted tiene en la compañía es: ¿Qué sabe acerca de nuestra compañía? El candidato que demuestra tener conocimientos de la empresa suscita un sentimiento de agrado en el entrevistador.

Otra pregunta a la que se debe estar preparado para contestar es: ¿Porqué está interesado en trabajar en esta empresa? Para responderla conviene comparar a la empresa que nos entrevista con otras del sector. Una advertencia: aquí no vale la respuesta genérica del tipo: Me gustaría trabajar en esta empresa por su reputación. Se debe especificar los aspectos concretos que le atraen de esa empresa. En caso contrario, el entrevistador pensará que no se está buscando un empleo concreto, sino un sueldo, y lo más probable es que desestime su candidatura.

Una vez preparadas las respuestas, el siguiente paso es tener en cuenta el vestuario que vas a llevar. Dependiendo de la empresa, la vestimenta puede variar, pero siempre es recomendable optar por ropa clásica.

Dependiendo del tipo de empresa, puede variar la vestimenta. Recomendamos que se opte siempre por una vestimenta clásica: hombre (traje oscuro, camisa blanca o azul y corbata sobria -sin colores llamativos-) y mujer (traje clásico de chaqueta, no mucho maquillaje y tampoco excesivas joyas).



## **El entrevistador**

Durante la entrevista, el entrevistador va a tratar de conocer si el candidato reúne las cualidades que son necesarias para el puesto. Es bueno conocer previamente la procedencia del entrevistador, ya que si pertenece al departamento de recursos humanos, las preguntas se enfocarán más a conocer si tienes las habilidades necesarias para ocupar el puesto. En el caso de que quien te entreviste sea un jefe de otro departamento, las preguntas se enfocarán más a los conocimientos requeridos para el puesto. Para poder contestar a estas preguntas es necesario que conozca los requisitos del puesto (conocimientos y habilidades ).

## **El puesto**

Una vez conocidos los requisitos del puesto, el candidato debe analizar sus fortalezas y debilidades con el objetivo de que conozcarse bien a sí mismos. Durante la entrevista, el candidato debe potenciar los puntos fuertes que se ajustan a los requisitos del puesto e intentar disimular los puntos débiles.

## **Errores que debes evitar en una entrevista de selección**

Mostrar inseguridad o hablar mal de terceras personas puede ser fatal en una entrevista. Evita los errores que te cerrarán las puertas.

Acceder al mundo laboral o cambiar de trabajo es una misión cada vez más compleja para jóvenes que se inician en su carrera y para los profesionales que ven en busca de nuevas oportunidades. Es necesaria una excelente preparación académica y otra serie de conocimientos y habilidades que van a influir en la obtención del trabajo que se desea.

A continuación, analizamos los principales errores que se producen en la entrevista de trabajo.



### **Inseguridad**

Es muy importante mostrarse seguro en las entrevistas de selección: seguro en uno mismo (conocimientos) en sus argumentos y en su forma de pensar. Es esencial para lograr una valoración positiva por parte del entrevistador. No se puede mostrar indecisión en las respuestas.

### **Hablar mal de los demás**

No es aconsejable hablar mal de otros profesionales, jefes, profesores,... Estos comentarios generan en el entrevistador una cierta desconfianza del candidato.

### **Inflexible**

Valoran positivamente la capacidad de las personas para adaptarse a ciertas situaciones y la habilidad para manejar personas con diferentes puntos de vista. En un mercado en permanente cambio, donde la movilidad del personal es constante, esta habilidad es esencial para adaptarse a situaciones nuevas, que en muchos casos pueden resultar incómodas y complejas.

### **Mostrarse arrogante**

Es necesario saber venderse en la entrevista de selección. Para venderse no hay que adoptar una posición arrogante, ni tampoco humilde o acoquejada. Sólo debes dar a conocer tus puntos fuertes, tus cualidades y cómo se adaptan éstas al puesto al que estas aspirando, pero manteniendo siempre tu naturalidad.

### **No preparar la entrevista**

Por muy seguro que se sienta uno es necesario ir preparado a las entrevistas, no se pueden improvisar las respuestas; hay que responder de forma enérgica y con seguridad. Para preparar la entrevista es conveniente conocer muy bien la empresa y el puesto que ofertan. También debes preparar tu currículum y ver que partes de él son las que debes potenciar en la entrevista para optar al puesto.

## **Lo que tus gestos dicen de ti durante la entrevista**

Nuestro cuerpo es un emisor de datos que el entrevistador, como experto de selección de personal, estará encantado de descifrar



El nerviosismo puede jugaros malas pasadas, pero no te preocupes; los expertos de selección están acostumbrados. Los nervios no puntúan, salvo en casos patológicos. Desde el primer momento tienes que buscar una postura en la que te encuentres cómodo y que te permita desentenderte de ese aspecto, centrándote en las preguntas. Siéntate bien derecho, ocupando todo el asiento, no sólo el borde de la silla.

### **Interpretación de gestos**

- Pellizcarse cualquier parte de la cara (cejas, nariz, el borde de una oreja, un labio): inseguridad
- Mirar el reloj: impaciencia
- Jugueteo con un bolígrafo, anillo o cualquier otro elemento: distracción
- Mirar de frente: interés, concentración, confianza en uno mismo
- Postura relajada: nada que ocultar. Comodidad
- Movimiento basculante del cuerpo: tensión, dudas
- Sonrisa amplia y sincera: imagen muy positiva
- Frotarse las manos: impaciencia
- Brazos cruzados: actitud a la defensiva
- Postura "demasiado cómoda": candidato arrogante
- Comerse las uñas -o acercárselas a la boca-: inseguridad
- Bajar la mirada: no creer en lo que se escucha
- Piernas cruzadas con un pie en balanceo: aburrimiento, desidia
- Pies torcidos: punteras juntas, talones separados: nervios, tensión
- Palma de la mano abierta y hacia arriba: sinceridad, buenas intenciones
- Rascarse un ojo, la nariz o un pómulo: dudas

### **Un consejo final**

A veces, en un intento por ocultar nuestro nerviosismo, adoptamos una actitud arrogante frente al entrevistador. Puede que éste sea lo suficientemente hábil como para leer entre líneas, pero también puede que no. Evita confundir a la persona que tienes enfrente adoptando posturas artificiosas.

## POSIBLES PREGUNTAS

### PERSONALIDAD

- \*Háblame de ti mismo
- \*Cuéntame una anécdota de tu vida en la que resolvieras con éxito una situación problemática
- \*¿Qué gana la empresa si te contrata a ti en lugar de a otro candidato?¿Qué elemento diferencial aportas?
- \*Si fueras tú el encargado de realizar esta selección y yo fuera el candidato, ¿qué cualidades te gustaría que yo reuniera?
- \*¿Te gusta trabajar con gente o prefieres trabajar solo?
- \*¿Te consideras como un líder o como un seguidor? ¿Por qué?
- \*¿Cual fue la decisión más importante que adoptaste en el pasado?
- \*Defínete a tí mismo con cinco adjetivos calificativos. Justifícalos.
- \*¿Qué has aprendido de tus errores?
- \*¿Acabas lo que empiezas?
- \*Piensa en.....un profesor, un amigo, tu novio/a. Si yo le preguntara cómo eres tú, ¿qué crees que contestaría?
- \*Si todos los trabajos tuvieran la misma remuneración y la misma consideración social ¿qué es lo que realmente te gustaría hacer?
- \*Describe tu escala de valores
- \*¿Qué personas te sacan de quicio?
- \*¿Duermes bien?
- \*¿Cómo reaccionas habitualmente frente a la jerarquía?
- \*¿Cómo te insertas en un equipo de trabajo?
- \*¿Qué impresión crees que he sacado de ti tras esta entrevista?

### FORMACIÓN

- \*¿Por qué estudiaste arquitectura, derecho, económicas.....?
- \*¿Cómo decidiste estudiar.....?¿Qué otras carreras te atraían?
- \*¿Quien influyó más en ti a la hora de elegir tu carrera?
- \*¿Qué asignaturas te gustaban más/menos y en cuáles sacabas mejores/peores notas?
- \*¿En qué medida tus calificaciones se deben a tu esfuerzo personal y en qué medida a tu inteligencia?
- \*¿Qué cambios habrías introducido en el plan de estudios de tu Facultad o Escuela, si hubieras podido?
- \*¿Cuál fue la experiencia más gratificante durante tu vida como estudiante?
- \*¿Piensas proseguir o ampliar tus estudios de alguna manera?
- \*Si volvieras a empezar tus estudios, ¿qué harías de modo diferente?
- \*En tu formación complementaria, ¿qué seminarios o cursos de corta duración has realizado?¿Qué te motivó a realizarlos?
- \*¿Tuviste algún puesto representativo durante tu tiempo de estudiante? (Delegado de curso, miembro de la Tuna...?)





## TRABAJOS ANTERIORES

- \*Háblame de tus actividades al margen de tus estudios
- \*¿Realizaste algún trabajo de "estudiante" (clases, trabajos de verano, de prácticas...)?
- \*¿Qué aprendiste durante tus trabajos anteriores? ¿Qué funciones desempeñabas? ¿Cuánto cobrabas?
- \*¿Debías supervisar el trabajo de alguien?
- \*¿Cuál de tus trabajos previos te ha gustado más/menos? ¿Por qué?
- \*¿Cuál es tu proyecto o solución más creativa?
- \*¿Cómo te llevabas con tus compañeros, con tus jefes, con tus subordinados?
- \*¿Cuál fue la situación más desagradable en que te viste? ¿Cómo le hiciste frente?
- \*Describe el mejor jefe que hayas tenido. Y el peor
- \*Describe un día típico en tu trabajo anterior
- \*¿Cómo conseguiste ese trabajo, esa práctica...?

## EMPLEO

- \*¿Qué sabes acerca de nuestra empresa?
- \*¿Qué te atrae de ella?
- \*¿Qué ambiente de trabajo prefieres?
- \*¿Prefieres un trabajo previsible o un trabajo cambiante?
- \*¿Qué relaciones piensas debe haber entre un jefe y su colaborador inmediato?
- \*¿Estarías dispuesto/a a trasladarte a vivir a otra ciudad, a otro país, o a viajar con frecuencia?
- \*¿Tienes alguna preferencia geográfica?
- \*¿Cuál crees que puede ser para ti la mayor dificultad al pasar de la vida de estudiante a la vida del trabajo?
- \*¿Qué departamento (marketing, financiero, producción, comercial...) te atrae más?
- \*¿Cuáles son tus puntos fuertes y tus puntos débiles para este puesto?
- \*¿Qué te ves haciendo dentro de cinco, de diez años?
- \*¿Cuáles son tus objetivos a largo plazo? ¿Cómo crees que podrás lograrlos?
- \*¿Cómo te enteraste de la existencia de este puesto?
- \*¿Por qué piensas que vas a tener éxito en este trabajo?
- \*¿Con qué tipo de jefe te gustaría trabajar?
- \*¿Y con qué tipo de jefe crees que acabarías por chocar?
- \*¿Estarías dispuesto/a a realizar un curso de formación a cargo de la empresa, antes de ser contratado/a?
- \*¿Cuánto quieres ganar ahora ( y dentro de cinco años)
- \*¿Prefieres trabajar en una empresa grande, mediana, pequeña, pública, privada...? ¿Por qué?
- \*¿Te gusta la previsibilidad de un trabajo cuya hora de comienzo conoces, así como la hora de finalización, o prefieres un trabajo en el que hoy no sabes exactamente lo que harás mañana?
- \*¿Cuándo podrías incorporarte al trabajo?
- \*¿Qué personas de las empresas en que has trabajado anteriormente pueden darnos referencias de ti?
- \*¿Participas en otros procesos de selección?
- \*¿Qué opinas de.....la unión monetaria, el terrorismo, el feminismo, los políticos, los sindicatos.....?
- \*¿Comentas con tus padres-esposa/o-novia/o las incidencias de tu trabajo?