



CONSELLS CLAU PER A SUPERAR UNA ENTREVISTA DE DE FEINA

Segurament t'han sorgit **desenes de dubtes sobre com superar una entrevista de treball**: quin tipus de feina sol·licitar, què dir, com anar vestit, etc...

Com preparar una entrevista de feina?

Consells infal·libles

L'entrevista de selecció consta de **tres fases de preparació: abans, durant i després de l'entrevista de feina**.

Per a cadascuna hi ha unes pautes que cal tenir en compte que t'ajudaran a superar amb èxit la recerca de feina. Molt atent a quines són!

Abans de l'entrevista

- Revisa que la **informació del teu currículum sigui correcta** i assaja per saber-la explicar de manera ordenada i clara.
- Esbrina aspectes importants de l'empresa i pensa què et pot aportar la feina i què pots aportar a l'empresa.
- **Vés-hi amb prou temps**, calcula el desplaçament, el temps per aparcar, etc. Sobretot, per evitar imprevistos, procura **MAI** arribar tard ni amb el temps just, entrar 5 minuts abans per la porta es ho recomanable.
- Decidir **com anar vestit en una entrevista de feina** és tot un dilema. Tria una vestimenta d'acord amb el lloc vacant i mantingues aquest estil en entrevistes posteriors. El més important es mantenir la formalitat en la teva vestimenta, evitar colors forts, xandall, sabetilles d'esport, complements i maquillatges excessius, etc..
- Extrema la higiene, evita perfums i/o colònies excessivament forts.
- A la sala d'espera, no estiguis permanentment mirant el mòbil ni el rellotge.
- Prepara **respostes per a les qüestions que puguin incidir en un punt dèbil**, com l'edat, l'experiència, les càrregues familiars o el desplaçament.
- Aprèn a detectar **les teves fortaleeses i debilitats** per avançar-te a preguntes complexes.
- Recorda que l'entrevista comença tan bon punt entres en el recinte. Sigues correcte i adequat des del principi, tota acció i interacció pot ser important.

- Desactiva el mòbil abans d'entrar.

Durant l'entrevista

- Destaca les teves competències i punts forts **posant èmfasi en les competències transversals** que et caracteritzen, per exemple, la flexibilitat, el treball en equip, el lideratge, la presa de decisions, la capacitat d'aprenentatge, etc...
- Escolta atentament
- Sigues concret i natural en el discurs. Sincer, positiu i convincent.
- Adopta una postura correcta i còmoda però adequada; que mostri seguretat en tu mateix. Has de mantenir l'esquena dreta sense creuar les cames ni els braços. Per descomptat, no envaeixis l'espai de l'entrevistador.
- No miris el rellotge i no evitis la mirada de l'entrevistador.
- **No parlis malament d'empreses, companys o superiors anteriors.**
- Les preguntes en una entrevista de feina poden ser molt variades. Intenta portar-ne preparades algunes de casa, respondre-les totes amb naturalitat i confiar en tu mateix en tot moment.
- Deixa que l'entrevistador prengui la iniciativa:
 - No siguis el primer en presentar la mà per saludar
 - No fer petons per saludar a l'entrevistador/a
 - No li parlis de tu a menys que t'ho demani explícitament
 - No t'asseguis a menys que ell t'ho indiqui

Després de l'entrevista

- Reflexiona sobre com ha anat l'entrevista i pensa si hi ha hagut alguna cosa per millorar, ja que et pot ajudar a preparar pròximes entrevistes.
- Quan passi un temps prudent, i en cas que no tinguis notícies del procés, pots trucar per interessar-te per com està la selecció i saber si continues estant entre els candidats. Demostraràs interès pel lloc i sabràs si continues tenint opcions.