



ENTREVISTA DE TREBALL

QUÈ ÉS I PER QUÈ SERVEIX L'ENTREVISTA DE FEINA?

L'entrevista és un pas més, sovint l'últim i més important, dins d'un procés de selecció, per cobrir un lloc en una empresa.

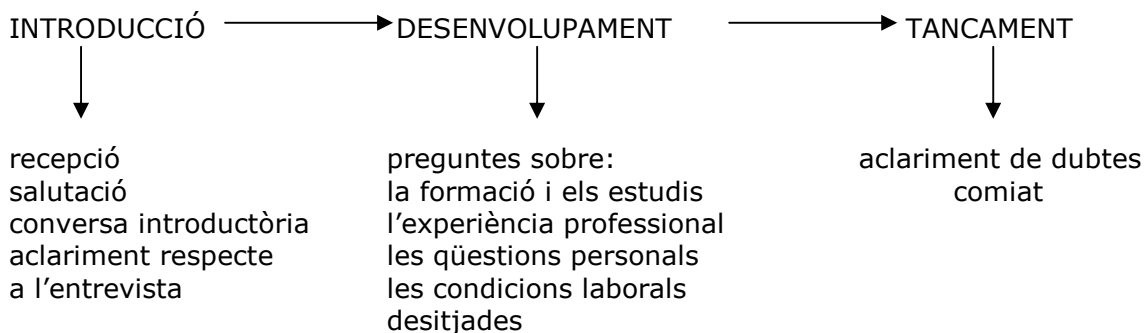
És un diàleg amb preguntes i respostes sobre temes professionals, formatius i personals, en el qual tant la persona entrevistadora com l'entrevistada intentaran resoldre els seus dubtes.

Per què serveix l'entrevista?

- Per aprofundir la informació que es té de la persona candidata a través del seu currículum previ
- Per comprovar si l'estil personal de la persona candidata (actitud, motivacions, personalitat, habilitats, experiència, etc.) coincideix amb el que l'empresa espera
- Perquè l'entrevistador s'asseguri que la persona candidata és la idònia per al lloc vacant i també, perquè la persona candidata valori si aquesta ocupació li convé i li interessa

ESTRUCTURA DE L'ENTREVISTA

L'entrevista acostuma a estar dividida en diverses fases:





COM HO PUC APLICAR AL MEU CAS CONCRET?

Abans d'anar a una entrevista, és convenient:

- **informar-vos sobre l'empresa** en qüestió i el seu sector. Us pot anar molt bé consultar la pàgina web de l'empresa però també catàlegs, fullets publicitaris, coneguts que hi treballen, etc.
- **Repassar bé el vostre currículum**, perquè és el document que l'entrevistador té com a referència per fer les preguntes:

Cal preparar com s'explicarà la **trajectòria formativa i professional** (estudis, titulacions, tasques professionals, empreses, canvis, èxits, fracassos, projectes futurs, motivacions, interessos i objectius) de manera coherent i positiva.

També, cal preparar amb atenció les respostes a preguntes personals, perquè són de difícil improvisació (motivacions, interessos, actituds, etc.). Per fer-ho, s'ha de tenir molt clar quines són les competències adequades al lloc de treball.

És el candidat qui ha de facilitar la feina a l'entrevistador i no esperar que ell ho dedueixi. (Per què us han de contractar? Què podeu aportar a aquest lloc de treball?)

Durant l'entrevista és important:

- **Estar molt atents** durant els primers minuts de l'entrevista, ja que se us donarà una informació valuosa per al seu bon desenvolupament
- Cal adoptar una **actitud positiva** i coherent respecte a les preguntes de l'entrevista. Les persones amb poca experiència han de remarcar la formació que aporten, la motivació i l'interès en aquest sector professional o ocupació, la disponibilitat per aprendre ... En el cas de tenir poca formació però experiència, s'aporta, en canvi, competències professionals, coneixement del sector i disponibilitat per a l'aprenentatge
- Cal fer **preguntes** sobre l'empresa, el negoci o el lloc a ocupar. Després de cada entrevista, feu una valoració de com ha anat

CONSELLS I SUGGERIMENTS PER A L'ENTREVISTA

Cal presentar-se a l'entrevista amb la confiança i seguretat de que l'empresa us ha escollit com a candidat possible i que us vol conèixer més de prop.



REGLES DE COMUNICACIÓ VERBAL (QUÈ DIEM)

Conductes bàsiques:

- Preparar les respostes i la forma d'expressar-les, evitant els monosíl·labs, el vocabulari massa col·loquial o massa rebuscat
- Cal evitar el tuteig i utilitzar el mateix idioma que l'entrevistador
- Preguntes a l'Entrevistador (preparar-les per si no surten)
- Reformulació positiva
- Comentaris positius dels teus interessos, metes i aficions
- Comentaris positius de l'experiència: "els teus èxits"
- Comentaris d'interès i entusiasme: "Motivació"
- Utilitzar expressions de "seguretat"
- No facilitar informació perjudicial

Expressions que manifesten els teus ÈXITS:

- Vaig estar encarregat de.....
- He tingut oportunitat d'aprendre.....
- El meu rendiment ha estat satisfactori en.....
- He col·laborat en
- He realitzat
- Vaig estar responsabilitzat de
- M'he preparat molt bé en
- Em vaig dedicar intensament en
- Vaig quedar molt satisfet de

Expressions que denoten MOTIVACIÓ:

- Estic molt interessat en
- M'agradaria poder treballar en un lloc com aquest.....
- Per a mi és molt important una feina.....
- Estic desitjant aplicar els meus coneixements en
- Aquest és el treball que sempre he desitjat
- Em sentiria feliç si
- Em motiva molt poder

Expressions que denoten SEGURETAT:

- Estic segur.....
- La meva experiència és important.....
- Ho faré bé
- Estaré a l'altura de
- Sabré respondre.....
- S'adapta a les meves possibilitats.....

REGLES DE COMUNICACIÓ NO VERBAL (COM HO DIEM, COM ACTUEM)

Tan important és el que es diu com el que no es diu, però es deixa veure. La comunicació no verbal proporciona a l'entrevistador tanta o més informació que la que el candidat manifesta. Davant d'una incongruència entre el missatge verbal i no verbal, ens inclinem sempre a creure el no verbal, perquè és més difícil de simular.



Oferim algunes idees sobre els possibles significats que es poden atribuir a les vostres conductes.

- ✓ **Vestimenta:** Cal portar la roba adequada al lloc de treball al qual s'opta. No és el mateix la vestimenta que el/la candidat/a ha de portar per ocupar un lloc de treball de dependent/a en una botiga d'alta costura, que la que ha de portar el/la candidat/a que opta a un lloc de treball de dependent/a en una botiga del mercat. Però no sols cal que la roba sigui l'adient, cal que estigui neta i que no hi hagi estrips
- ✓ **Higiene:** Té especial importància la referida als cabells i a les mans, sense oblidar el tema de les olors corporals. Una higiene descuidada és més fàcilment identificable que una higiene cuidada en excés
- ✓ **Donar la mà:** La forma de donar la mà predisposa l'actitud de l'entrevistador; cal evitar donar la mà de forma fluixa ja que denota manca d'energia i falta de decisió. Una mà humida provoca una sensació desagradable en l'altra persona
- ✓ **Expressió facial:** L'expressió de la cara indica el nostre estat d'ànim, el nostres sentiments, per tant, cal que la nostra expressió concordi amb el missatge que estem donant
- ✓ **Somriure:** El somriure en moments concrets de l'entrevista és important ja que significa obertura dels canals de comunicació. També, el somriure de vegades pot comunicar una imatge de persona agradable
- ✓ **Contacte visual:** Mirar a la cara de la persona amb la que s'està parlant és el millor procediment per mostrar sinceritat
- ✓ **Postura corporal:** Cal seure de manera correcta, ni recolzat enrere (pot demostrar desinterès) ni molt incorporat cap endavant (pot demostrar nerviosisme i intranquil·litat)
- ✓ **Gesticulació de les mans:** Durant la conversa és correcte que recolzem les nostres explicacions amb els gestos de les mans, però, en cap cas, aquesta gesticulació ha de ser excessiva
- ✓ **Manies o tics:** Cal evitar moviments que s'acostumen a fer quan s'està nerviós, gratar-se el nas, tocar-se el cabell, picar amb els dits sobre la taula..... aquets moviments denoten nerviosisme i inseguretat, falta de control
- ✓ **Fumar o menjar xiclet:** En cap cas entrarem a una entrevista fumant ni menjant xiclet. És aconsellable, que ni tant sols s'accepti una cigarreta en el cas que l'entrevistador l'ofereixi
- ✓ **Puntualitat:** A una entrevista de selecció sempre és necessari arribar amb la suficient puntualitat que ens permeti tranquil·litzar-nos abans d'iniciar l'entrevista
- ✓ **Mòbil:** Abans d'entrar a l'entrevista cal apagar el mòbil per evitar interrupcions inoportunes



CONSELLS PER SER BEN VALORATS A L'ENTREVISTA

A continuació es mostren unes últimes recomanacions sobre el que es valora positivament i negativament en una entrevista personal.

Es valora positivament:

- Mostrar interès en l'ocupació.
- Mostrar una actitud positiva i d'entusiasme
- Ser un bon comunicador
- Tenir confiança en un mateix
- Mostrar aparença de maduresa
- Implicar-se en la feina creure en el que es fa
- Ser agradable, ser simpàtic
- Ser tolerant a la tensió
- Mostrar capacitat d'organització i planificació
- Tenir iniciativa
- Tenir capacitat d'adaptació
- Tenir capacitat de treball

EXEMPLES DE PREGUNTES

En l'entrevista de selecció, l'entrevistador pot fer tot tipus de preguntes. A continuació en relacionem algunes classificades per blocs temàtics.

Exemples de preguntes sobre la trajectòria formativa:

- Perquè va escollir els estudis que ha realitzat? *És molt important una resposta ordenada cronològicament i suficientment justificada. Cal evitar respostes com: "perquè no sabia que fer" o "perquè la nota no em donava per fer una altra cosa"*
- Com han influït els seus estudis en el desenvolupament de la seva carrera professional?
- Quines matèries i assignatures li van interessar més? I quines menys? *Es poden ressaltar matèries relacionades amb el lloc de treball sol·licitat*
- Quines li van presentar més dificultats? Per què?
- Si tornés a començar, repetiria la seva elecció d'estudis? *És important justificar i adequar la resposta a la importància del títol en relació al lloc de treball*
- Està disposat a complementar la seva formació en allò que faci falta? *Si la resposta és positiva causarà molt bona impressió ja que demostra que té molt interès en aprendre i aconseguir la formació necessària per al lloc de treball*
- Quins idiomes coneix i a quin nivell? *Aquesta pregunta es comprova. La sinceritat és molt important*
- Qui et va influir a l'hora d'escollir els teus estudis? *Un cop més, la sinceritat és molt important, però recorda que és bo anomenar persones amb més experiència que tu*
- En quina mesura les teves notes es deuen al teu esforç personal i en quina mesura a la teva intel·ligència? *La constància i l'esforç es valoren molt en l'àmbit laboral*



- Quina va ser l'experiència més gratificant durant la teva vida com estudiant? *Cal mostrar entusiasme en la resposta*
- Penses seguir estudiant? *Recorda que "El saber no ocupa lloc"*

Exemples de preguntes sobre l'experiència professional:

- Com creu que l'han preparat les seves experiències professionals anteriors?
- Quines funcions realitzava en la seva feina anterior?
- Quin tipus de relacions existien amb el seu anterior responsable? En què coincidien i en què no?
- Recordi alguna situació problemàtica que sorgís en les seves feines anteriors. Com la va resoldre?
- Quins han estat els seus assoliments i èxits en la seva última empresa?
- Per què va deixar l'última feina?

Exemples de preguntes personals:

- Quines són les seves majors virtuts?
- Quins són els seus majors defectes? *No digui que no en té. Cal dir aspectes que siguin positius per a la feina: "Sóc molt perfeccionista" "Sóc molt puntual i m'impacienta quan algú no arriba a l'hora"*
- Quina és la seva relació amb els seus pares/germans/parella/amics?
- Com reacciona normalment davant d'una autoritat?
- Com es definiria? o Parli'm de vostè mateix
- A què dedica el seu temps lliure?
- Parli'm de les seves activitats i aficions no professionals
- Que li aporta la pràctica d'aquest esport? o Quina és l'última pel·lícula que ha vist? o Quin és l'últim llibre que ha llegit?

Exemple de preguntes relacionades amb els motius pels quals demana el lloc de treball:

- Per què s'ha posat en contacte amb la nostra empresa? *Aprofiti per lloar l'empresa: " És una gran empresa que té un nom molt important en el sector"*
- Per què l'interessa aquesta feina?
- Què pensa que pot aportar-nos si no té experiència professional?
- Què li fa pensar que vostè està capacitat per ocupar aquest lloc?

Exemples de preguntes relacionades amb la feina:

- Per què creu que l'hauríem de contractar a vostè i no a un altre? *Cal donar exemples en els que hagi resolt problemes amb èxit, hagi treballat en equip, hagi demostrat la seva fortalesa..... en funció del lloc de treball*
- Què espera d'aquesta feina? *Les respostes ha d'anar adreçades a les oportunitats que pot trobar en l'empresa. "Tenir l'oportunitat de millorar, tenir l'oportunitat de fer una carrera professional...."*
- Què en pensa dels seus caps anteriors? *En cap cas es pot parlar malament ni dels caps anteriors ni dels companys*
- Què valora més d'una feina?

**Exemple de preguntes relacionades amb el seu futur:**

- Quins són els seus objectius a curt, mig i llarg termini?
- En quin lloc de treball li agradaria estar d'aquí a cinc anys?
- Estaria disposat a fixar la seva residència fora d'Espanya si li ho demanéssim?

Exemple de preguntes sobre condicions personals:

- Pot incorporar-se immediatament?
- No l'importa haver de viatjar freqüentment?
- Té cotxe?

Exemple de preguntes sobre retribucions econòmiques:

- Quin és el mínim per cobrir les seves necessitats actuals?
- Què vol guanyar?
- És realment el factor econòmic el més important en la seva decisió?

Exemples de preguntes que podeu realitzar al final de l'entrevista:

- Quines són les funcions concretes del lloc vacant?
- Que s'espera que jo pugui aconseguir amb aquest lloc de treball?
- Quina és la situació actual d'aquest lloc de treball?
- Quins són els desafiaments o dificultats més importants que em puc trobar en aquesta feina?

**No sols importa EL QUE es diu
Si no també COM es diu
I a QUI es diu**