



## Cómo preparar una entrevista de trabajo, 6 claves para marcar la diferencia

La entrevista de trabajo es la herramienta más empleada por las empresas a la hora de seleccionar nuevo personal. El objetivo de la misma es conocer a los candidatos y candidatas y evaluar sus capacidades para un puesto determinado. A continuación te presentamos una serie de claves que te ayudarán a causar una buena impresión.

### **1- Conócete a ti mismo para tener claro cómo afrontar las preguntas de la persona entrevistadora**

Antes de presentarte a una entrevista, es fundamental saber cuáles son tus cualidades y cómo te puedes diferenciar del resto de aspirantes. Preguntas como qué puedes aportar o por qué has solicitado el puesto son muy habituales.

### **2- Antes de ir a la entrevista, indaga sobre la empresa**

Muestra interés por el puesto de trabajo y demuestra que conoces la empresa. Llevar preguntas preparadas para hacerlas durante el encuentro puede darte puntos extra.

### **3- Mantén una actitud relajada y una posición de escucha activa**

Demostrar una confianza excesiva y una posición de saber hacerlo todo se valora, generalmente, de forma negativa. Por el contrario, hablar con naturalidad, respondiendo solo a lo que la persona entrevistadora pregunta dará una buena imagen de ti.

Por otro lado, debes evitar una actitud insegura y nerviosa. Para ello existen algunos trucos que te ayudaran a deshacerte de los nervios, como respirar profundamente o dar un pequeño paseo antes de ir a la entrevista.

#### **4- Controla el lenguaje corporal**

El lenguaje no verbal es fundamental a la hora de crear una buena impresión por lo que es necesario practicarlo previamente para poder controlarlo a la hora de enfrentarnos al proceso de selección.

Adopta una postura erguida pero sin que llegue a ser rígida, situate al mismo nivel de la persona entrevistadora y evita mantener la mirada fija en ella. Las manos también son un elemento importante; evita moverlas con brusquedad o jugar con objetos como bolígrafos o papeles.

#### **5- Elige un atuendo apropiado**

Elige el vestuario con antelación. Debes adaptar las prendas al tipo de trabajo al que vas a optar, no es lo mismo ir a una entrevista para trabajar en una tienda de moda que como albañil.

Aun así, hay una serie de consejos que podrás seguir. La higiene es muy importante: debes llevar las uñas y el pelo bien arreglados y, en el caso de los hombres, también la barba. Además elige ropa y calzado que te resulten cómodos para así evitar inseguridades causadas por el atuendo.

#### **6- Presta atención a los pequeños detalles**

Determinados comportamientos pueden parecer secundarios cuando, en realidad, generan una percepción negativa que hace inclinar la balanza en tu contra. Por ello, sé siempre puntual, no masques chicle ni fumes y no mientas en ningún aspecto que se trate, por secundario que te parezca.