

ENTRE VISTAS DE TRA BAJO

Uno de los momentos clave en el proceso de búsqueda de empleo es el momento en el que te convocan para una entrevista de trabajo. Este momento despierta, por una parte:

Alegría de poder tener una oportunidad para mostrar tus competencias.

Confianza de ser consciente que tu CV ha resultado interesante para el reclutador/a.

Nervios y, en ocasiones, dudas respecto a si sabré o no afrontar el momento de la entrevista de la mejor manera posible y poder mostrar mi valía.

Este momento de la entrevista de trabajo dentro de la búsqueda activa de empleo es una fase que hay que tener en cuenta.

Como deportistas, para lograr los objetivos que uno/a se propone se debe de dominar las técnicas y conocer sus potencialidades como profesionales del deporte, en el proceso de búsqueda es igual, debes de dominar entre otras técnicas el afrontar una entrevista para lograr tu objetivo final que es el ser seleccionado/a en un puesto determinado.

Hay **4 áreas en las que debemos pararnos** tras la comunicación de cita para entrevista:

- Actitud e interés
- Preparación
- Comunicación verbal y no verbal
- Seguimiento de la candidatura y autoevaluación

A continuación, detallamos una serie de claves para tener en cuenta en este momento:

Hay que preparar la entrevista, pero conviene ser natural pues actuar de manera forzada puede generar desconfianza.



No debes de dejar de ser tú, el prepararse la entrevista no es crearte un personaje porque esto puede ser detectado por el/la reclutador/a y generar rechazo.

Tener claro el formato de entrevista y si conozco como acceder a la misma:

- Si es **presencial, la ubicación y tiempo que tardarías en llegar.**
- **Si es online, la plataforma con la que me conectaré** y si me va el dispositivo electrónico con el que me conectaré.



Haber realizado un trabajo de autoconocimiento personal y profesional para poder mostrar todo tu valor:

Conocer en tus fortalezas es clave para mostrar tu valía y mostrar tus competencias profesionales. Sería interesante tener preparadas algunas respuestas de las siguientes preguntas:

- ¿Qué tres fortalezas tienes?
- ¿Por qué deberíamos contratarte a tí?
- ¿Qué puedes aportar a la empresa?

Muestra y da valor a todo lo adquirido durante tu carrera deportiva, alguien que ha luchado, esforzado y sacrificado para la obtención de sus objetivos es alguien con unos valores que enriquecen a una entidad.

MUÉSTRALOS

Estudia muy bien tu curriculum para poder explicar con detalle las experiencias laborales y/o formaciones realizadas.

La actitud e interés es importante para evaluar tu motivación por el puesto de trabajo:

- No interrumpas y des opiniones sin fundamento.
- Muestra buena actitud y pregunta las dudas que te surjan.
- No descalifiques a otras entidades, eso no da valor.
- Pregunta sobre el puesto en sí y las funciones para obtener más detalles.
- Recuerda que no sólo estás siendo evaluado/a tu como candidato/a sino que tú también evalúas si es una entidad que te interesa, recordar esto da mucha tranquilidad

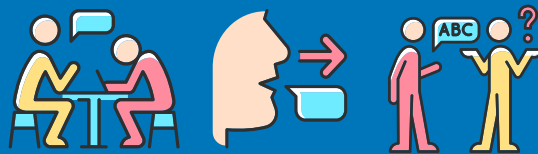
La preparación no sólo el tipo de entrevista sino de dónde vas, esto es clave:

- Busca información de la entidad, servicios etc para tener más información de la entidad durante la entrevista.
- Prepárate la documentación actualizada por si te la requieren: Currículum, certificados, recomendaciones etc.
- Sé puntual y cuida la imagen.



En una entrevista nuestro lenguaje y manera de comunicarnos dice mucho por eso la importancia de la comunicación verbal y no verbal.

- Usa lenguaje claro y conciso.
- Mira a los ojos y no cruces los brazos (se percibiría como rechazo)
- Contesta de manera firme a las preguntas con argumentos (por eso es tan importante prepararse posibles preguntas).
- Se sincero en tus contestaciones y que tu lenguaje verbal coincida con tu lenguaje no verbal.



Tras una entrevista puedes iniciar un proceso de evaluación y seguimiento de la misma:

- A los días ponte en contacto para ver cómo va el proceso de selección(si te han dado un plazo anótalo) y agradecer la entrevista.
- Evalúa si al final no eres seleccionado pide feedback para conocer los motivos para así mejorar.
- Realiza una autoevaluación para detectar puntos fuertes y aspectos a mejorar de la entrevista realizada.
- Es recomendable poder practicar con alguna persona posibles preguntas y respuestas, vivir ese momento para así afrontarlo con mayor tranquilidad. Puedes practicar visualización así mismo.
- Una entrevista de trabajo es un paso importante en nuestra búsqueda de empleo, recuerda que el reclutador/a es consciente de ello y de los nervios que puede producir.

**MAÑANA ES MI
ENTREVISTA...**
¿ESTOY PREPARADO/A?

