

Càpsula de coneixement

L'ENTREVISTA DE FEINA

Context

L'entrevista de feina es configura moltes vegades com el moment decisiu dels processos de selecció i, per tant, conèixer en profunditat per a què serveix, les formes que adopta i què valoren les organitzacions quan la realitzen incrementa les possibilitats d'èxit i redueix l'angoixa que suposa enfrontar-se a una situació que per si mateixa ja és incerta.

L'entrevista de feina és més que una conversa sobre la pròpia formació i experiència. Constitueix una eina de venda d'un mateix en la qual es posa en funcionament un mecanisme emocional on juguen un paper clau les habilitats socials i les aptituds personals. La demostració de tenir capacitat per comunicar-se, per gestionar els conflictes, per treballar en equip o de lideratge són, entre d'altres, competències valorades a l'hora de fer una entrevista de feina.

L'entrevista de feina: una prova cabdal als processos de selecció

Què és i quin objectiu té una entrevista de feina? L'entrevista de feina és una eina que fan servir les organitzacions com a prova d'avaluació en els processos de selecció de personal. Consisteix en una conversa formal i en profunditat amb un objectiu doble:

Per a qui necessita cobrir el lloc de feina: avaluar en quin grau el perfil de la persona sol·licitant respon als requeriments del lloc que vol cobrir. Comprovar que la persona que opta a la feina, desitja, sap i es capaç d'ocupar el lloc vacant i preveure el rendiment en el mateix.

Per a qui opta al lloc de feina: avaluar en quin grau les característiques i les condicions del lloc responen a les seves necessitats i expectatives laborals. Transmetre la seva competència laboral per al lloc de feina i mostrar que desitja, sap i es capaç d'ocupar el lloc vacant.

Quins tipus d'entrevistes es realitzen? Existeixen diferents tipus d'entrevistes en funció del número d'entrevistadors/es i persones candidates que hi participen; del mètode; i en funció de l'enfocament.

- Entrevista de feina en funció del número d'entrevistadors/es i persones candidates:

- ✓ **Entrevista individual;** hi participen un/a entrevistador/a i una persona candidata. És el tipus d'entrevista més habitual.
- ✓ **Entrevista múltiple o de panell;** hi participen més d'un/a entrevistador/a i una persona candidata. És un tipus d'entrevista freqüent en empreses grans o quan els llocs que es vol cobrir estan relacionats amb diferents departaments o àrees de treball.

- ✓ **Entrevista en grup;** hi participen diverses persones candidates i poden participar-hi un/a o més entrevistadors/es. És un tipus d'entrevista habitual en grans empreses i s'utilitza com a primer filtre de selecció, permet realitzar una primera valoració de tots els candidats que es presenten al lloc de feina. S'acompanya posteriorment amb una entrevista individual o múltiple.

- Entrevista de feina en funció del mètode:
 - ✓ **Entrevista directa o dirigida;** entrevista concreta amb preguntes acotades (preguntes tancades) del tipus "Quina és la teva formació?" o "Quants anys d'experiència professional tens?". S'espera que la persona candidata doni respostes amb concreció.
 - ✓ **Entrevista lliure;** entrevista amb poques preguntes i obertes del tipus "Parla'm de tu", "Què creus que pots aportar a la nostra empresa?" o "Per què t'interessa aquest lloc de treball?". S'espera que la persona candidata doni respostes clares i estructurades, on la fluïdesa comunicativa és essencial.
 - ✓ **Entrevista mixta;** el tipus d'entrevista més freqüent on es combinen preguntes tancades i preguntes obertes.

- Entrevista de feina en funció del enfocament:
 - ✓ **Entrevista curricular:** entrevista on l'entrevistador/a, per mitjà de preguntes, conversa amb el candidat/a amb l'objectiu de revisar la seva trajectòria formativa i laboral. Es tracta de contrastar i ampliar en persona la informació que el candidat/a ha redactat en el seu currículum i així facilitar a l'entrevistador/a la decisió final que li permeti escollir a la persona candidata més idònia per al lloc de feina.
 - ✓ **Entrevista per competències;** aquest tipus d'entrevista es centra en identificar aquestes competències de la persona candidata. Les competències clau són aquelles característiques personals que diferencien a les persones amb resultats superiors en el seu lloc de feina i es demostren per mitjà de conductes observables i avaluables. Es sol preguntar per situacions reals que han ocorregut en el passat, i en algunes empreses també es plantegen situacions hipotètiques. En ambdós casos l'objectiu es el de recollir la màxima informació sobre les competències que la persona candidata ha posat en lloc en el moment de resoldre aquestes situacions i així poder identificar el seu perfil competencial i valorar el grau de idoneïtat amb el perfil requerit per al lloc de feina a cobrir.

Quines són les competències que es posen en joc en una entrevista de feina? Al marge de les competències específiques que l'entrevistador/a busca avaluar en una entrevista per competències per a un lloc de feina determinat, en qualsevol tipus d'entrevista es posen de manifest una sèrie de competències del candidat/a que es mereixen una especial atenció. Aquestes són:

- ✓ **Autoconeixement** i valoració adequada d'un mateix: si et coneixes millor a tu mateix (el teu potencial i el grau d'ajustament del teu perfil al lloc al qual et presentes), et permetrà reduir l'angoixa, la inseguretats i la incertesa a l'hora de realitzar l'entrevista de feina.
- ✓ **Confiança en un/a mateix/a:** si aconseguixes transmetre seguretats en l'autovaloració personal, això farà que la teva comunicació sigui més fluïda, demostraràs autocontrol i que et coneixes i valors adequadament, tant pel que fa als teus punts forts com als febles.

- ✓ **Autocontrol:** mantenir les teves emocions sota control evitant reaccions negatives davant de situacions inesperades o desconegudes com ara els nervis, és una de les principals dificultats que trobaràs en una entrevista de feina. Si mires de controlar el teu llenguatge no verbal (moviments compulsius, jugar amb objectes, tocar-se el cabell...), donaràs una imatge de més seguretat.
- ✓ **Comunicació:** practicar l'escolta activa garanteix uns resultats positius en una entrevista de feina. És evident que és una oportunitat per comunicar-te, però resulta més interessant demostrar èmfasi en escoltar de forma interessada l'entrevistador/a. Si parles excessivament pots ser inoportú/na o caure en incongruències.
- ✓ **Empatia:** una de les conseqüències de l'escolta activa és l'empatia, capacitat per la qual prens consciència de les necessitats de l'altre, posant-te al seu lloc. Això et facilitarà assolir els objectius marcats per l'entrevistador/a i un intercanvi d'informació més fluid.

Quines són les recomanacions principals que cal seguir a l'hora d'afrontar una entrevista de feina? Existeixen tres moments clau en l'entrevista de feina: abans d'anar-hi, durant la mateixa i quan sortim de l'entrevista. Moltes vegades l'èxit d'aconseguir una feina resideix en la preparació d'aquestes fases. Alguns consells bàsics per afrontar l'entrevista amb més garanties són:

Abans de l'entrevista...

- Consulta informació sobre l'empresa i el sector al qual pertany (pàgina web corporativa, anuaris, informes del sector i competència, persones conegudes, etc.). Demostraràs més interès i tindràs més discurs a l'entrevista. També disposaràs de més recursos per saber quina imatge personal has de projectar: clàssica, moderna, creativa, etc.
- Procura esbrinar quina posició ocupa en l'organització la persona que et farà l'entrevista. Tindràs la possibilitat de deduir quina tipologia de preguntes et faran a l'entrevista si la persona que et fa l'entrevista és un/a cap de RRHH (cap a una vessant psicològica), el/la responsable de la teva possible àrea (cap a una vessant professional o tècnica) o el/la director/a general (cap a una vessant organitzativa).
- Estudia possibles preguntes que et puguin fer i assaja les possibles respostes. Això farà que et sentis més segur/a.
- Tingues clar el teu objectiu professional.
- Repassa el teu currículum per tenir present la teva trajectòria formativa i professional.
- Reflexiona sobre les teves competències tant personals com professionals. Intenta realitzar un balanç sobre quins coneixements, habilitats i aptituds s'adaptin millor al perfil requerit per l'empresa.

Durant l'entrevista...

- Recorda que has de prestar atenció a totes les fases de l'entrevista: salutació, conversa introductòria, conversa sobre el llocs de feina, clarificació de dubtes i acomiadament.
- Practica l'escolta activa en tot moment.
- Aporta optimisme en les teves respostes, encara que parlis de febleses o mancances demostra la intenció de millorar o d'aprendre.
- Argumenta les teves respostes i mai responguis amb un sí o un no.
- Utilitza un llenguatge natural i educat.
- Para atenció a la comunicació no verbal: donar la mà amb fermesa, posició de cos i mans, mirada atenta als ulls sense envair l'espai, somriu per demostrar positivisme.
- Demuestra interès pel lloc que cal cobrir fent preguntes sobre l'empresa i el seu funcionament, les tasques o l'equip de treball, deixant les qüestions sobre el sou pel final de l'entrevista.
- Destaca els punts positius de les empreses a les quals has treballat, i mai els negatius.

Després de l'entrevista...

- Acomiada't de totes les persones que t'han atès a l'empresa.
- Analitza els punts forts i els punts febles de l'entrevista.
- Si aconsegueixes la feina, recorda que:
 - Pots tenir un parell de dies per consultar abans de dir que sí.
 - Pots demanar un pre-contracte per escrit, sobretot si deixes una feina per una altra.

Al Centre per al desenvolupament professional Porta22 et proposem un conjunt d'eines i consells útils per preparar-te l'entrevista de feina a través d'articles, llibres, documents, aplicacions multimèdia i tallers dirigits. També pots consultar les competències requerides per a més de 800 noves ocupacions.

L'aplicació multimèdia "L'entrevista de feina" t'ofereix la possibilitat de conèixer i posar en pràctica les competències clau que entren en joc en una entrevista de feina.

Per què és important el llenguatge no verbal a les entrevistes de feina? Quan ens comuniquem, a més de les nostres paraules, existeix un llenguatge no verbal que establim mitjançant una comunicació corporal a través de mirades, gestos o postures. Per tant, si l'entrevista de feina constitueix una conversa formal entre dues o més persones per cobrir necessitats d'informació, la importància de controlar la nostra comunicació no verbal és bàsica a l'hora d'acompanyar les nostres paraules i així poder reforçar el nostre discurs. Els missatges no verbals son percebuts pels altres –encara que sigui de manera inconscient – i condicionen la relació de comunicació amb ells i moltes vegades contradiuen el que diem amb les paraules.

Així, a l'hora de fer una entrevista, cal tenir en compte:

- La mirada. Mira l'entrevistador/a als ulls sense envair el seu espai. Donaràs una imatge de transparència, confiança i seguretat en tu mateix.
- La posició del cos. Evita postures de tancament (braços i cames creuades) i fomenta gestos d'obertura per demostrar relaxació (mans visibles i posició del cos erecta).
- Els moviments del cap. Assenteix sovint sense forçar-ho. Demuestra un nivell elevat d'atenció i comprensió d'allò que se t'explica.
- Les mans. Pots acompanyar el teu discurs amb les mans en determinats moments, però no es recomana moure les mans per jugar amb objectes com bolígrafs, claus, etc. ni tampoc moure-les excessivament demostrant nervis o impaciència. Donar la mà amb fermesa també aporta una imatge correcta.

Conclusions

- Preparar l'entrevista de feina resulta essencial per afrontar un procés de selecció amb més oportunitats d'èxit. Conèixer els diferents tipus d'entrevista i el conjunt de tècniques i els objectius de cadascuna d'elles dona eines per afrontar una entrevista amb més garanties.
- En una entrevista de feina, al marge del tipus de lloc de feina i del tipus d'entrevista, es posen de manifest unes determinades competències del candidat/a, aquestes són: autoconeixement, confiança en un mateix, autocontrol, comunicació i empatia. Per aquesta raó s'ha de parlar especial atenció sobre elles i l'entrevista ofereix la oportunitat per a posar-les en marxa d'una forma eficient.

- Conèixer les etapes de l'entrevista de feina resulta útil per saber que l'avaluació per part de l'empresa es realitza no únicament durant l'entrevista, sinó també abans d'anar-hi i al sortir-ne.
- Acompanyar les nostres paraules amb una comunicació no verbal correcta causa una bona imatge a l'entrevistador/a.

Conceptes Clau

Procés de selecció: Conjunt d'accions que han de permetre conèixer, avaluar i decidir, entre totes les persones que opten a un lloc de treball, quina és la que més s'hi adequa. L'èxit d'aquest procés rau en fer coincidir al màxim les necessitats i les expectatives dels/de les candidats/es amb les necessitats i les expectatives de les organitzacions. El procés de selecció es compon de diferents fases: reclutament, recepció de candidatures, preselecció, proves de selecció, entrevista de selecció i valoració i decisió.

Competències: Les competències s'engloben en un conjunt de comportaments observables que inclou: coneixements, habilitats, actituds i valors que s'han d'aportar a un treball per tal de realitzar-lo amb el nivell adient d'eficiència. Per tant, no n'hi ha prou de tenir els coneixements necessaris per realitzar una feina (saber) sinó que, a més, cal ser capaç d'aplicar aquest coneixement (saber-ho fer) i tenir l'actitud adequada per fer-ho (voler-ho fer).

Procés d'autoconeixement: Exercici individual que comporta realitzar una reflexió sobre les competències tècniques pròpies (formació acadèmica, trajectòria professional, coneixements lingüístics, etc.), personalitat (característiques personals, objectiu professional i vital, grau de motivació, confiança en un mateix, adaptabilitat, relació amb els demés en la vida professional i personal, etc.) i adaptabilitat personal als canvis (capacitat de treball en equip, d'integració, de progressar en una empresa nova, etc.).

Bibliografia

Bonet Anglarill, Miquel (2004). *¡Búscate la vida!* Centro de Estudios Ramón Areces, S.A.

Breakwell, Glynis (2002). *Cómo realizar entrevistas con éxito*. Barcelona, Ediciones Gestión 2000, S.A.

Dumon, Charles-Henry; De Bretteville, Alexis (2000) *El puesto es suyo*. Barcelona: Ediciones Gestión 2000, S.A.

June, Lines (1999). *30 minutos...antes de su entrevista laboral*. Barcelona, Ediciones Granica, S.A.

Puchol, Luis (2002). *El libro de la entrevista de trabajo*. Madrid, Ediciones Díaz de Santos, S.A.

Puchol, Luis. (1997). *La venta de sí mismo*. Madrid, Ediciones Díaz de Santos, S.A.

Straw, Alison; Shapiro, Mo (2005). *Superar con éxito las entrevistas en una semana*. Barcelona, Ediciones Gestión 2000, S.A.

Webgrafia

Expansión&Empleo. Enllaç d'interès.

http://www.expansionyempleo.com/mercado_laboral/buscar_empleo.html

Revista digital on trobar articles interessants sobre l'entrevista de treball, currículum, carta de presentació i en general totes les eines necessàries per a la recerca de feina.

Llistat de competències per avaluar en candidats i empleats. Article digital.

<http://www.gestiopolis.com/canales/derrhh/articulos/47/compevaluar.htm>

Article que recull les definicions de 34 competències. S'han seleccionat aquelles que són més habitualment utilitzades en un procés de selecció.

¿Qué buscan las empresas? Article digital.

<http://azcarreras.com/carrera/tucarrera02.asp>

Si et preocupa el teu perfil professional i vols oferir-ne un de competitiu, no et perdís aquest article. Veuràs com amb una titulació no hi ha prou.

Trabajos.com. Enllaç d'interès

<http://www.trabajos.com/información>

Web que ofereix informació i consells pràctics per superar una entrevista de feina. També tens informació per ajudar-te en tot el teu procés de selecció en general (currículum, carta de presentació, proves psicotècniques).

Dinámicas de Grupo. Article digital.

<http://azcarreras.com/seleccion/seleccion03.asp>

Existeixen molt tipus de dinàmiques de grup. Però, què són? Es tracta de tècniques de discussió verbal, en les que es pot observar el comportament i competències que tenen els participants.

Webgrafia de Capital Humà

Et proposem unes rutes a seguir dins del web de Capital Humà que et serviran per ampliar informació sobre l'entrevista de feina:

[Eines > Entrevista de feina](#)

[Eines > Altres recursos per a la recerca de feina](#)

[Persona > Competències Clau](#)

Utilitza el **CERCADOR** per obtenir una selecció molt completa de recursos: llibres, articles i enllaços d'interès. És molt senzill: només cal que obris el menú CERCAR i busquis amb una paraula clau.

Cofinançat per:

