



¿SABES “VENDERTE” EN UNA ENTREVISTA DE TRABAJO?

Es importante, antes de acudir a una entrevista, conocer qué competencias poseemos en mayor y menor grado, independientemente de que nos enfrentemos a una entrevista por competencias o no, nos servirá para analizar nuestros puntos fuertes y débiles y es una oportunidad para hacer un ejercicio de autoanálisis.

Cuando no tenemos experiencia parece complicado “vendernos” frente al entrevistador. Si somos conscientes de las competencias que tenemos podremos afrontar con más soltura este tipo de entrevistas y cualquier otras y conocernos más a nosotros mismos.

Existen unas competencias, en jóvenes sin experiencia, estándar, más demandadas y aquí os mostramos las posibles situaciones que te debes plantear para averiguar si posees esa competencia o debes trabajar en conseguirla. Esto te facilitará para prepararte la entrevista. Ante todo hay que ser sincero.

En jóvenes sin experiencia lo más demandado por las empresas:

1. **Entusiasmo y ganas de trabajar.** Es la energía y la disposición que se tiene para realizar una labor orientada a conseguir un objetivo particular.

Intenta pensar en una situación en la que pusiste mucho empeño para conseguir un resultado positivo. Qué hiciste, cómo lo hiciste y con quién contaste para conseguirlo.

2. **Empatía.** Es ponerse en la situación del otro, percibir lo que otra persona puede sentir.

Intenta plantearte una situación conflictiva o problemática que le pasara a otra persona y que esa persona reaccionara de una determinada manera o tuviera unos determinados sentimientos y que recibiera tu apoyo ya que entendías perfectamente su reacción.

3. **Adaptación al cambio.** Capacidad para aceptar los cambios con facilidad, de forma positiva y constructivamente.

Una situación muy común es la introducción de nuevas tecnologías. Muchas personas son reticentes a los cambios y prefieren seguir funcionando como “siempre lo han hecho”. Piensa en una situación en la que se produjera un cambio importante y en cómo actuaste y cómo te sentiste.

4. **Flexibilidad.** Es la habilidad de adaptarse y trabajar de forma eficaz en diferentes situaciones y con personas y grupos diversos.

Piensa en una situación en tu vida que tuvieras que resolver o en la que estuvieras implicado en el que tuvieras que “cambiar el chip”, buscando la mejor solución y que el resultado fuera satisfactorio.

5. **Capacidad de aprendizaje.** Habilidad para adquirir y asimilar nuevos conocimientos y destrezas y utilizarlos de forma correcta.

Imagina una situación que pusieras en práctica los conocimientos adquiridos (si no tienes experiencia...en prácticas, asociaciones, con amigos).

6. **Trabajo en equipo.** Colabora con otras personas para conseguir una meta común.

Describe un ejemplo en el que hubiera un buen trabajo en equipo. Por qué se obtuvo buen resultado.Cuál era tu función dentro del equipo.