



## Entrevista de Trabajo: Cómo transmitir la mejor imagen

Tenemos que tener en cuenta que los primeros momentos de una entrevista son fundamentales. La imagen personal y nuestra forma de actuar serán relevantes a la hora de causar la mejor impresión posible. Cuidar la comunicación es un valor en alza y las empresas insisten mucho en ello. Durante una entrevista de trabajo debemos ser educados, cordiales, y habrá que mostrarse interesado, potenciando nuestras virtudes.

Acudir a la entrevista de forma inadecuada puede ser considerado por el seleccionador como una falta de interés por el trabajo en cuestión.

### CONSEJOS GENERALES CUIDADO PERSONAL ADECUADO:

- ❖ Estar limpios, olores frescos: no abusar de la colonia o del perfume.
- ❖ Dientes cepillados y aliento fresco.
- ❖ Tener las uñas limpias y cuidadas.
- ❖ Llevar el cabello limpio y peinado.
- ❖ No comer ni mascar chicles o caramelos.

Teniendo en cuenta que el empleado transmite también la imagen de la empresa, miraremos los detalles de nuestra vestimenta:

Lo más adecuado es investigar a cerca del tipo de empresa que nos va a entrevistar, cuál es su filosofía con el fin de acercarnos al máximo a la imagen que mejor se adapte a sus expectativas. No obstante, tendremos en cuenta el puesto de trabajo al que optamos, pero lo ideal es ir siempre más formal de lo que nuestro puesto requiere en adelante.

Los colores elegidos, los complementos y la forma de hablar aportan información sobre la personalidad del candidato. Es preferible ser discreto y llevar prendas más clásicas pero siempre y cuando estemos cómodos y seamos fieles a nuestra personalidad. Es fundamental sentirse cómodo para transmitir seguridad en la entrevista.





# Secretariaevento



"Diseñamos TU boda a medida"  
Tu weddingplanner-eventplanner

## IMAGEN ADECUADA EN EL CASO DE LAS MUJERES:

- ✓ Traje de chaqueta de color discreto, bien falda o bien pantalón. El largo de la falda debe ser ligeramente por debajo de la rodilla. Tendremos en cuenta que el traje nos sienta impecable y se encuentre en condiciones ideales de planchado, largos...
- ✓ Los vestidos son menos recomendados, pero pueden ser adecuados si tenemos en cuenta los detalles básicos de largo, evitar las transparencias, cuidado con el escote y acompañados siempre de una chaqueta.
- ✓ Cuidado con la ropa interior, nos aseguraremos que no se vea jamás. El llevar ropa interior color nude evitará que se vea a través de la ropa.
- ✓ Cuidado de los complementos: Usar pocas joyas.
- ✓ La blusa debe ser de algodón o seda sin escotes o transparencias.
- ✓ Los zapatos en perfecto estado, bien limpios y cuidados. Cuidado con llevar zapatos planos o tacón exagerado.
- ✓ Las medias sin carreras y discretas. Depilación correcta.
- ✓ Manicura cuidada, preferiblemente usar esmalte en tonos transparente, porcelana o nude. Uñas no demasiado largas. El maquillaje debe ser muy ligero, con tonos neutros.

## IMAGEN ADECUADA EN EL CASO DE LOS HOMBRES:

- ✓ Aseo personal cuidado. Cabellos, barba o bigote bien arreglados. Las uñas deben estar limpias y cortas
- ✓ Traje de color oscuro de fibras naturales, con una camisa clara de manga larga y corbata de seda de colores discretos que combinen con el color del traje. Traje impecable, cuidado con el largo, planchado, perfectamente limpio...
- ✓ Los zapatos de corte clásico, y preferiblemente color oscuro, a juego con el traje y de cordones. Los zapatos en perfecto estado, bien limpios y cuidados.
- ✓ Las medias tienen que ser siempre oscuras
- ✓ Cinturón a juego con los zapatos.
- ✓ Cuidado con los complementos. No usaremos complementos, solo un reloj y en su caso, el anillo o alianza de casado. Evitaremos cadenas, anillos, y otros elementos que den una mala impresión...

## PROTOCOLO DE ACTUACIÓN:

- ✓ El saludo. En todo caso, lo correcto será un apretón de manos, firme y breve. Levantarnos cuando alguien entre en la sala o despacho.
- ✓ El Tratamiento. SIEMPRE de usted, salvo que nos indiquen lo contrario.
- ✓ Durante la entrevista: Escuchar atentamente, es signo de educación, muestra de interés y respeto hacia su interlocutor y empresa.
- ✓ Hablar cuando nos indiquen.
- ✓ Las intervenciones deben ser breves y concisas, evitaremos por supuesto los monólogos. Evitar temas conflictivos, se debe ser lo más neutral posible.
- ✓ Debe ser lo más discreto posible con sus antiguos compañeros y jefes. No hablaremos mal de nadie ni contaremos detalles internos de las antiguas empresas o experiencias.
- ✓ Es importante tener cuidado con los gestos, posturas y movimientos.
- ✓ Debe estar cómodo y evitar "ticks", no cruzar las piernas ni los brazos.
- ✓ Se sentará y se levantará al finalizar la entrevista cuando le indiquen en todo momento.

