



7 passi per un colloquio efficace

Le emozioni al nostro servizio



a cura di Marco Rovatti

Il colloquio di lavoro

Cercare lavoro con le emozioni?

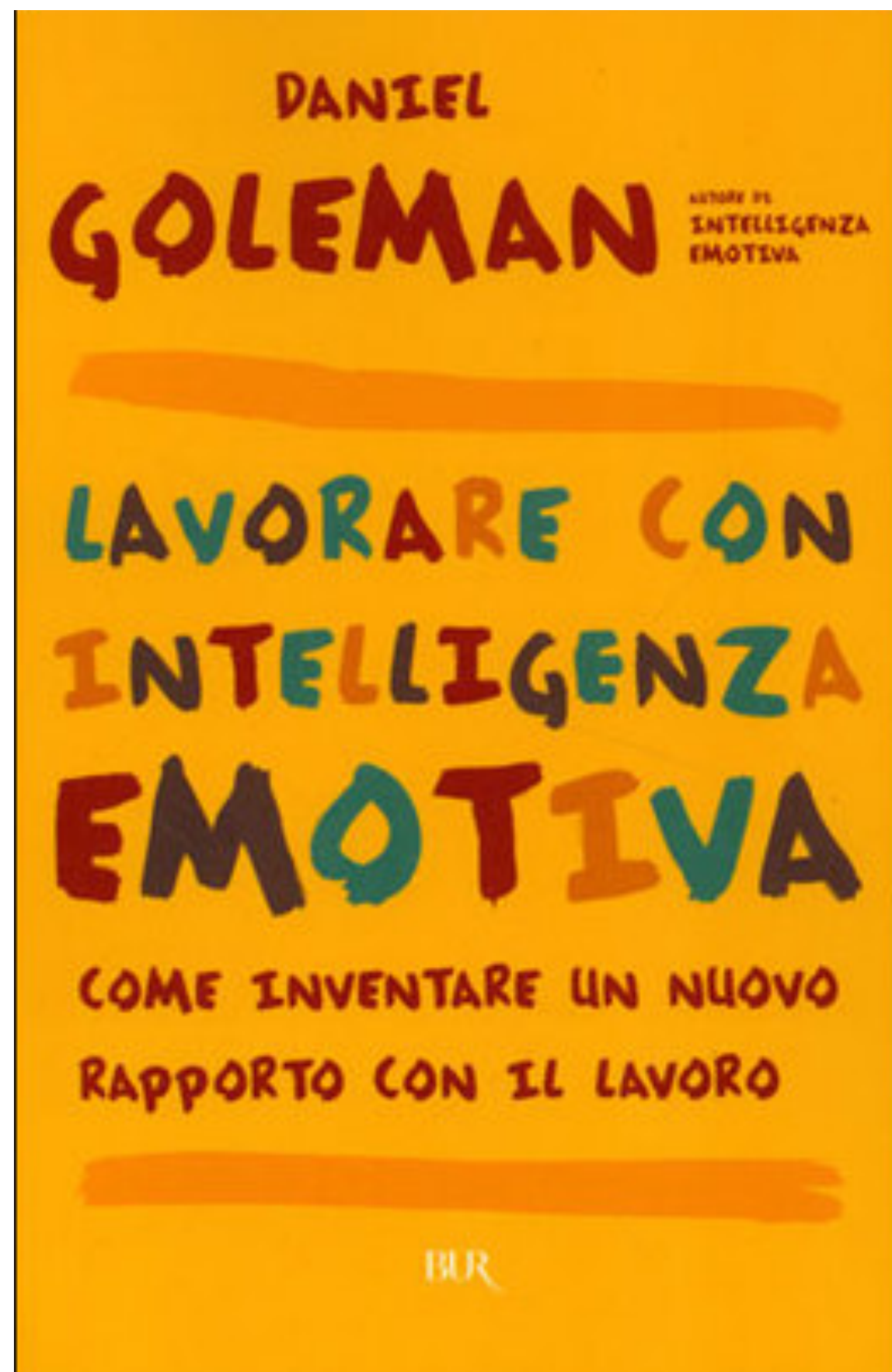
1 Ascolta attivamente

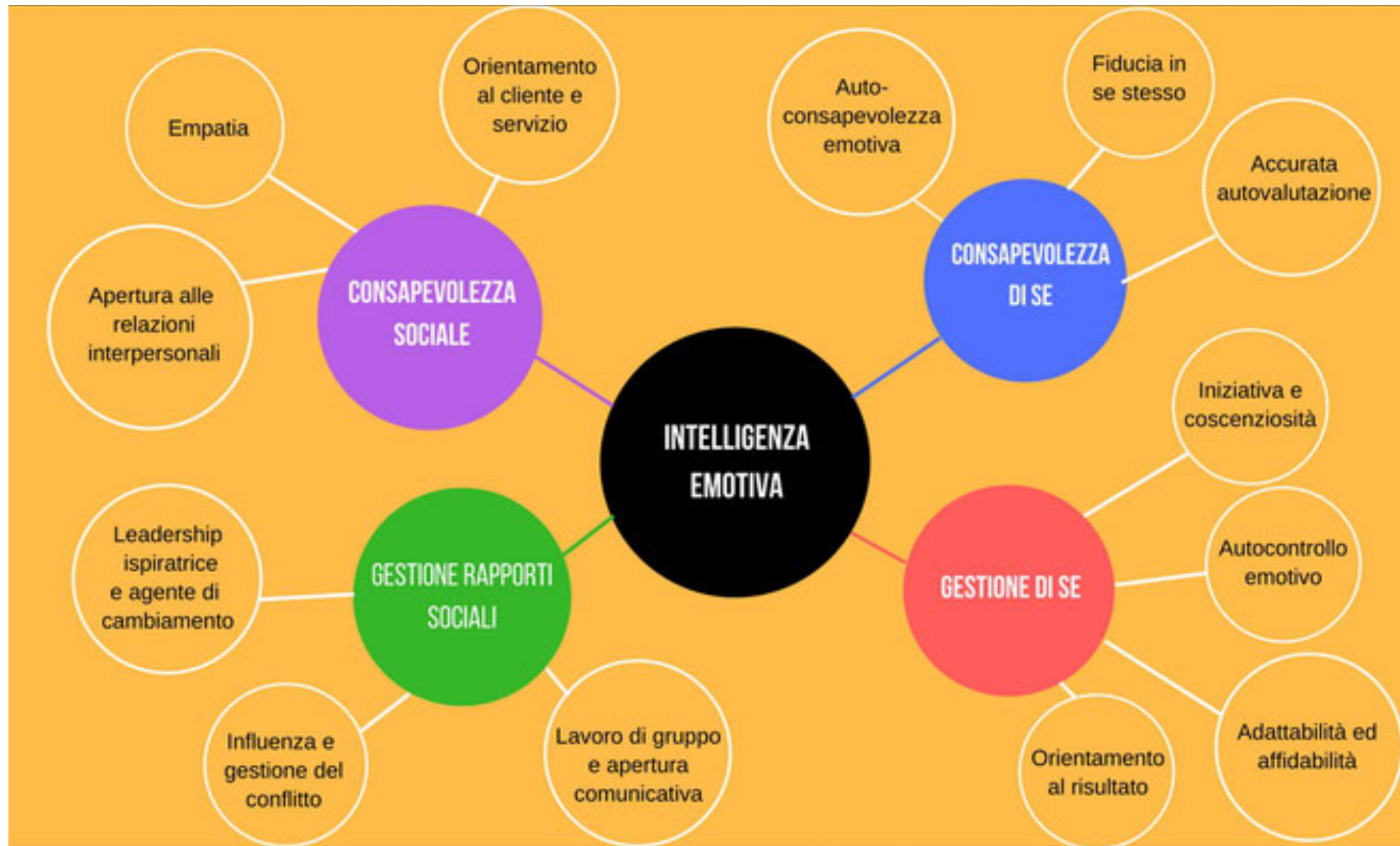
Non rispondere di botto. Prenditi del tempo riformulando la domanda con parole tue e se non hai capito cosa ti viene chiesto, chiedi gentilmente di rifartela. Gli intervistatori stanno cercando una risposta ponderata.

2 Mostra le emozioni

Sorridi in modo sincero, mostra un reale entusiasmo. Evita di essere forzato, però.

Potrebbe pregiudicarti il buon esito del colloquio.





L'intelligenza emotiva secondo il modello di Goleman

3 Condividi

Condividi i meriti di altri rispetto ai traguardi che hai raggiunto. Prendi spunto dagli atleti professionisti quando vengono intervistati dopo una vittoria o un risultato. Fanno sempre riferimento ai loro compagni di squadra, alla loro squadra, piuttosto che ricevere riconoscimenti personali. Quando ti viene chiesto di un progetto di cui sei orgoglioso o

che ha avuto successo, assicurati di condividere il credito con il team o altre persone coinvolte nel progetto. Metti in chiaro che sei orgoglioso di essere un membro del gruppo coinvolto nel successo. Ciò conferisce maggiore credibilità al fatto che sei un giocatore di squadra, piuttosto che se affermi semplicemente che lo sei, cosa che, tra l'altro, fanno tutti.

4 Aperti

Di apertamente come intendi migliorare te stesso colmando eventuali lacune. Il consiglio tipico per rispondere a una domanda sulla tua debolezza è inquadralo come qualcosa che in realtà è un punto di forza. Quando comunichi una debolezza, assicurati di indicare ciò che stai facendo attivamente per lavorarci e di fornire esempi di progresso. Gli intervistatori sanno che tutti abbiamo dei punti deboli. Non nasconderli.

5 Non essere timido

Abbi il coraggio di parlare di eventuali conflitti (con colleghi, capi, clienti, ecc.) da te risolti in modo positivo. Alla domanda sui tuoi punti di forza, piuttosto che concentrarti solo sulle tue qualifiche o abilità tecniche, parla della tua capacità di lavorare bene con gli altri in un ambiente di lavoro di gruppo. La tua capacità di adattarsi a cambiamenti o battute d'arresto e di lavorare bene con colleghi e clienti è importante da far apparire. Invece di menzionare semplicemente queste cose, sii preparato a fornire esempi di quando devi usare quelle abilità. Forse c'era un conflitto all'interno della tuo team o hai avuto a che fare con un cliente arrabbiato. Parla di come hai usato le tue competenze trasversali per affrontare efficacemente queste situazioni.

6 Sii determinato

Mostra che puoi imparare dai tuoi errori. Quando l'intervistatore chiede una situazione in cui le cose sono

andate fuori controllo, la cosa peggiore che puoi fare è incolpare gli altri della situazione. Indica cosa è successo, ma evita di incolpare. Prima di rispondere a questa domanda, è giusto riconoscere alcune emozioni attraverso le tue espressioni e il linguaggio del corpo. Così facendo indirizzerai il messaggio che la situazione era reale e non qualcosa che hai inventato perché dovevi rispondere alla domanda. Fai sapere che è stato un momento difficile e hai faticato se fosse così. Ciò che l'intervistatore vuole sapere è come hai reagito e se hai fatto qualcosa per migliorare la situazione. Gli intervistatori si aspettano che le persone commettano errori, ma vogliono sapere se sei una persona che impara dagli errori e apprende la lezione.

7 Chiedi

Fai domande relative alla cultura aziendale e ai suoi valori. Alla fine di un colloquio in genere ci viene chiesto se abbiamo qualche domanda. Questa è una grande opportunità per dimostrare la tua intelligenza emotiva. Fai domande sulla cultura, i valori di un'organizzazione e ciò che serve per far sì che le persone abbiano successo. Mostrerà che non sei interessato solo a un lavoro, ma stai cercando di vedere come ti integrerai nell'azienda. Ciò indica loro che sei consapevole di te stesso e dell'importanza di abbinare i loro bisogni con quelli del tuo.