LA RAZÓN

13/03/2016

Tirada: 114.481 Categoría: Inf General
Difusión: 81.449 Edición: Tu Economía
Audiencia: 244.347 Página: 19

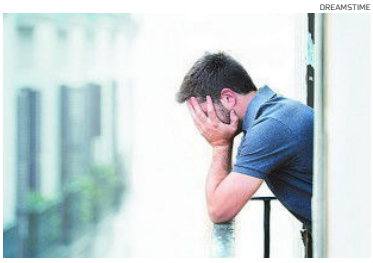
AREA (cm2): 283,4 OCUPACIÓN: 28,5% V.PUB.: 6.873 € www.puntonews.com

GUÍA DE AUTOAYUDA

¿Cómo superar la desmotivación en la búsqueda de empleo?

A. E.

Desde hace años, debido a la coyuntura económica que ha vivido y vive España, es más que normal que los desempleados busquen una y otra vez un puesto de trabajo en el que poder desempeñar su carrera profesional y sacar adelante sus vidas. Esto lleva parejo el hecho de que no es lo normal presentarse a una entrevista y, a la primera, conseguir el objetivo. Por eso, intentarlo una y otra vez, y seguir sin empleo, puede producir cierta frustración. Dulce Subirats, presidenta de la Asociación Centro de Dirección de RR HH, explica cómo entender y superar la falta de motivación. Asegura que «desmotivarse cuando un proceso de selección no sale es algo normal, además contamos con la presión añadida de que necesitamos encontrar un puesto de trabajo». En este sentido, explicó que los entrevistadores «saben buscar estos síntomas»:



DREAMSTIME

- **Hastío y desgana**: Suele reflejarse dando la sensación de que se da por hecho que no se logrará el objetivo.
- **Tirar la toalla**: Salir derrotado antes de jugar el partido es algo que se percibe en los primeros minutos de la entrevista.
- **Aspecto descuidado y cansado.**
- **Posición corporal defensiva**: En ocasiones, cruzar los brazos o las piernas puede entenderse como falta de seguridad.
- **Automatizar las respuestas:** Responder a las preguntas de manera automática, denota falta de interés.
- **Inseguriad**: Utilizar expresiones que proyectan falta de fe del candidato en sus propias posibilidades.

Dulce Subirats añade que es conveniente saber qué buscan los oferentes en los demandantes de empleo:

– Implicación
– Actitud de superación
– Entusiasmo
– Interés

Esa falta de motivación se puede superar, siempre y cuando se pongan los medios. Tres son las claves

– Perseverancia
– Asesoramiento especializado
– Concentrar energías

Distribuido para rosa@notorius-comunicacion.com * Este artículo no puede distribuirse sin el consentimiento expreso del dueño de los derechos de autor.