

# ¿Cómo abordar las **MALAS** **EXPERIENCIAS** en una entrevista?



**Melissa Celis**  
Especialista en empleabilidad

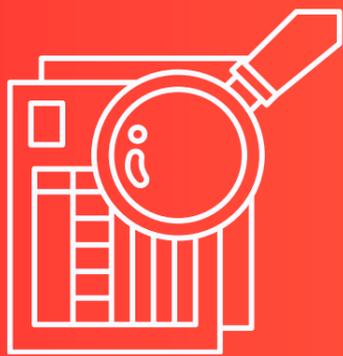




Hablar sobre nuestras experiencias laborales negativas en una entrevista puede ser incómodo y difícil, pero es clave hacerlo con profesionalismo cuando nos lo soliciten. No debemos dejar de prepararnos para estas preguntas.

Aquí te damos **4 TIPS** para que conviertas esas experiencias en **oportunidades de mostrar tu resiliencia y creatividad:**





# 1

## MANTEN LA CALMA

Cuando te pregunten acerca de una experiencia laboral complicada en una entrevista, no muestres quejas o emociones negativas. En su lugar, **describe los hechos de manera neutral, enfocándote en tu manera única de superar ese reto particular.** Es fundamental preservar una actitud comprometida y profesional durante esos momentos de la conversación.





# 2

## ABORDA TUS APRENDIZAJES

**Reflexiona sobre los comportamientos que desplegaste y las lecciones aprendidas en la situación que has decidido abordar y menciona a detalle cómo te ayudaron a mejorar habilidades específicas de tu perfil. Aunque esta experiencia haya sido difícil, siempre habrán aspectos positivos y crecimiento que puedes capitalizar y en el que te puedes apoyar.**





# 3

## CERO CULPAS

**Evita caer en la tentación de culpar a colegas, jefes o a la empresa misma;** si mencionas algún conflicto en el que viste envuelto/a, hazlo de manera breve y menciona tu responsabilidad en las acciones que tomaste para mejorar la situación. Demuestra tu accountability, madurez y disposición para resolver cualquier problema de manera consciente y colaborativa.





# 4

## CONCLUYE LA HISTORIA BIEN

**Termina tu relato destacando la manera en la que te sientes preparado para afrontar desafíos específicos del puesto al que estas postulando** y poniendo sobre la mesa una mirada abierta y confiada hacia el futuro. Enfatiza en cómo la experiencia que decidiste compartir te ayudó a ser mejor en todo sentido y a enfrentar situaciones similares con una entereza más elevada.





¿Necesitas ayuda con tu  
búsqueda de trabajo y no  
sabes qué hacer?

**¡Conversemos!**



**Melissa Celis**  
Especialista en empleabilidad

