

EMPREGABILIDADE

Arquivo pessoal



Marcela Brito, consultora de marca pessoal, explica como contar bem sua história profissional

Marcelino Serafim



Giovanni Begossi, especialista em oratória: "não fale demais de si, responda as perguntas"

Arquivo pessoal



Para Micarla Lins, comunicadora, entrevistas são uma oportunidade para demonstrar simpatia

Como **melhorar** o **desempenho** nas **entrevistas** de **emprego**

» MARINA RODRIGUES
ESPECIAL PARA O CORREIO

A entrevista de emprego é uma conversa que revela o comportamento e as intenções do candidato quanto à vaga oferecida. É o momento que o profissional tem para se diferenciar e mostrar por que a empresa deveria contratá-lo, e não os demais. Portanto, "vence a entrevista de emprego quem sabe contar a melhor história sobre a própria jornada de vida", afirma Marcela Brito, estrategista em gestão de marca pessoal e analista de imagem e reputação.

"O storytelling (narrativa, em português) é uma técnica que deve ser aprendida e desenvolvida por todo profissional. O candidato deve contar sua história de uma maneira cativante, relatando como conseguiu superar seus desafios pessoais e profissionais, além de destacar resultados relevantes em experiências anteriores. Também precisa demonstrar interesse pela vaga e se mostrar assertivo quanto aos objetivos de crescimento profissional na empresa", aconselha a mentora de carreiras.

Erros que você não pode cometer na hora da seleção

» Falta de preparação:

Não pesquisar sobre a empresa e a vaga, ou não estar familiarizado com o próprio currículo pode demonstrar falta de interesse e despreparo.

» Nervosismo excessivo:

É normal ficar nervoso durante uma entrevista, mas o excesso de nervosismo pode prejudicar a comunicação eficaz. Praticar antecipadamente pode ajudar a reduzir a ansiedade.

Falta de clareza na comunicação: Não expressar suas ideias de forma clara e concisa pode dificultar a compreensão do entrevistador sobre suas habilidades e experiências.

» Comentários negativos sobre experiências anteriores:

Evite falar negativamente sobre antigos empregadores ou colegas de trabalho. Isso pode levantar dúvidas sobre seu profissionalismo.

Giovanni Begossi, advogado e professor de oratória, acrescenta que é importante ter uma dicção clara e concisa e não ser prolixo. "Não fale demais sobre si mesmo, pois pode acabar esquecendo de responder às perguntas de forma rápida, sucinta e que faça sentido", recomenda. "Seja confiante não só na sua fala, mas na sua postura não verbal, isto é, não fique se encolhendo a durante a entrevista, com

a cabeça baixa ou numa posição subsserviente, porque fica claro para quem te olha que você não quer ser visto", completa.

Para Micarla Lins, empreendedora e palestrante, entrevistas são oportunidades de se mostrar não somente como um bom profissional, mas como uma pessoa carismática. "Sorria, seja genuíno, escute com atenção as informações da entrevista, sempre chame a pessoa pelo nome. Se

usar essas técnicas a seu favor, você vai se sair muito bem", aposta.

Recrutamento on-line

Uma tendência que ganhou força após a pandemia de covid-19, quando muitos processos passaram a ser remotos, foi o recrutamento on-line. Nele, todas ou a maior parte das etapas são aplicadas virtualmente, do anúncio da vaga até a entrevista.

Para se adaptar a essa modalidade de seleção, Karla Clarinda, mentora de carreiras, orienta testar a conexão com a internet, câmera e microfone com antecedência, além de escolher um local silencioso, organizado e com boa iluminação, livre de distrações. Se a entrevista for realizada por meio de uma plataforma específica, como Zoom, Skype ou Meet, é importante se familiarizar com a ferramenta antes da entrevista para evitar contratempos técnicos.

"Escolha suas roupas como se estivesse indo a uma entrevista presencial. Isso ajuda a criar uma impressão profissional. Ao final, pergunte até quando a empresa pretende dar o retorno, para não deixar a ansiedade dominar após a entrevista", diz.