

# DICAS PARA ENTREVISTA DE EMPREGO

A entrevista de emprego é uma etapa essencial no processo de contratação, pois permite que o empregador avalie os conhecimentos, habilidades, experiência e personalidade do candidato (a) para determinar se a pessoa é adequada para o cargo e a cultura da empresa.

## POR QUE SE PREPARAR?

### 1. Confiança:

Quando a pessoa está bem preparada, sente mais confiança em suas habilidades e nas informações que está apresentando.

### 2. Conhecimento:

Significa que a pessoa fez sua pesquisa sobre a empresa e o cargo para o qual está se candidatando.

### 3. Comunicação:

A preparação para uma entrevista pode ajudar a pessoa a pensar em possíveis perguntas e praticar suas respostas.

### 4. Profissionalismo:

Preparar-se para uma entrevista mostra que a pessoa leva a oportunidade a sério e se preocupou em se preparar. Isso pode causar uma impressão positiva no entrevistador e demonstrar o profissionalismo.



## PREPARAÇÃO

### DA ENTREVISTA

#### Passo 1:

Pesquise a empresa. Agora que você tem uma data e hora reais para uma entrevista (pessoalmente / por telefone / via zoom). Você precisa aprender o que puder sobre esta organização. Quem são eles, o que fazem, grandes são, onde estão localizados etc. funcionários, relatórios anuais, comunicados à imprensa, etc. Toda essa pesquisa te fornecerá informações sobre a organização.

#### Passo 2:

Saiba quem é o entrevistador: Se você recebeu um nome e cargo, veja se consegue encontrar o Linked In ou outro lugar no site da empresa. Qualquer pequeno detalhe (que escola eles frequentaram ou há quanto tempo estão na empresa) será útil.

#### Passo 3:

Revise a descrição do cargo: Analise cuidadosamente a descrição do cargo e observe as principais responsabilidades e qualificações. Isso o ajudará a identificar as habilidades e experiências mais importantes a serem destacadas durante a entrevista.

#### Passo 4:

Prepare-se para as perguntas da entrevista: Crie uma lista de perguntas que podem ser feitas a você e pratique suas respostas. Isso pode ser feito na frente de um espelho ou em um dispositivo de gravação para você avaliar suas respostas.

Procure no YouTube exemplo de perguntas referentes ao cargo da entrevista.

# DICAS PARA ENTREVISTA DE EMPREGO

A preparação é a chave para uma entrevista de emprego bem-sucedida. Ao seguir essas etapas, você pode se sentir mais confiante e preparado (a) para mostrar suas habilidades e experiência a potenciais empregadores.

## PREPARAÇÃO DA ENTREVISTA

### Passo 5:

**Vista-se profissionalmente:** escolha trajas profissionais adequados à cultura da empresa dois dias antes da entrevista se for possível. Isso ajudará você a causar uma impressão positiva no entrevistador e demonstrar seu profissionalismo.

### Passo 6:

**Tenha cópias com você:** Traga cópias do seu currículo ATUALIZADO, carta de apresentação, referências e qualquer outro material relevante para a entrevista. Isso te ajudará a fazer referência a experiências e realizações específicas durante a entrevista.

### Passo 7:

**Chegue cedo:** Planeje chegar cedo ao local da entrevista para evitar atrasos inesperados. Isso ajudará você a evitar se sentir apressada (o) e estressada (o) antes da entrevista.

**Passo 8: Use técnicas de respiração antes de uma entrevista de emprego:** será útil para reduzir a ansiedade e promover uma sensação de calma. Colocarei uma técnica simples que você pode tentar:

- Encontre um local sossegado onde possa sentar-se ou deitar-se confortavelmente.

## RESPIRE

- Ao inspirar, visualize a energia positiva, o emprego desejado e a calma entrando em seu corpo.
- Ao expirar, visualize qualquer pensamento negativo sobre a entrevista ou qualquer tensão deixando seu corpo.
- Continue respirando profunda e lentamente, concentrando-se na sensação da respiração entrando e saindo do corpo.
- Se sua mente começar a divagar, volte a atenção para a respiração.
- Pratique esta técnica de respiração por alguns minutos ou até se sentir mais calmo (a) e centrado (a) para a entrevista.  
**Boa Sorte!**

