

Como se dar bem em uma entrevista de emprego online

valor.globo.com/carreira/artigo/como-se-dar-bem-em-uma-entrevista-de-emprego-online.ghtml

Estela Marques



Entrevistas de emprego online facilitam o processo seletivo para candidatos e recrutadores, mas a tecnologia requer alguns cuidados extras: equipamentos de qualidade, internet estável e local adequado são alguns dos requisitos que garantem o andamento da conversa sem imprevistos, segundo especialistas ouvidos pelo **Valor**.

Para além da parte técnica, o comportamento do candidato também é importante — até porque o momento continua exigindo profissionalismo, mesmo que ambos não estejam no mesmo ambiente.

“A entrevista virtual é uma conversa e a pessoa tem que se posicionar como se estivesse em uma conversa presencial”, explica Nathalia Lopes, consultora em empregabilidade e carreira.

Como se comportar em uma entrevista online

Assim como existem **regras de etiqueta quando na entrevista presencial** — chegar no horário, se vestir adequadamente, entre outros —, no formato online também há boas práticas que o candidato deve seguir para passar uma boa impressão. Se for atrasar, por exemplo, é importante avisar ao recrutador.

Outra orientação é **vestir-se adequadamente**. Não precisa vestir roupas formais, mas peças limpas, arrumadas e que passe a imagem de profissionalismo do candidato.

“O simples funciona muito”, Nathalia resume.

A lista de dicas para **o que fazer antes da entrevista online** inclui:

- Testar o link onde será a entrevista antes do horário marcado;
- Testar a internet, câmera e microfone, para garantir que irão funcionar na entrevista;
- Encontrar um lugar mais calmo para fazer a entrevista — quanto menos interrupções, melhor;
- Ajuste a câmera para a altura dos seus olhos e centralizada no seu rosto;
- Opte por um background neutro e, se não tiver, organize se houver bagunça no cômodo onde fará a entrevista.

O que não fazer na entrevista online

A preparação para uma entrevista online não é muito diferente de uma entrevista presencial, pois o objetivo continua sendo o mesmo: contratar a pessoa mais adequada para uma vaga em aberto. Por esse motivo, é importante lembrar **do que fazer para chegar seguro e confiante na conversa com o recrutador**.

A professora Vanessa Cepellos, que dá aula de Gestão de Carreiras na Escola de Administração de Empresas da Fundação Getúlio Vargas (FGV-EAESP), recomenda:

- Reconheça sua trajetória profissional, as experiências, aprendizados e habilidades que desenvolveu ao longo da sua vida;
- Estude a empresa, seus valores, cultura e últimos acontecimentos;
- Faça simulações da entrevista, em casa mesmo, para treinar as respostas para as perguntas mais comuns.

Nathalia Lopes, consultora de empregabilidade, acrescenta que **a inteligência artificial pode ser uma aliada nesse processo de preparação**.

“Você pode colocar a descrição da vaga em uma ferramenta e pedir pra ela simular as perguntas da entrevista, e aí você treina no espelho”, afirma.

Mas, além de saber **o que e como falar na entrevista**, o candidato tem mais chances de conquistar o recrutador se evitar alguns comportamentos. Uma unanimidade entre os especialistas ouvidos pelo **Valor** é **não falar mal de empregadores anteriores**.

Os motivos variam:

- Sugestão de que poderá falar mal da empresa no futuro;
- Impressão de ingratidão;
- Não reconhecer o aprendizado obtido no período em que esteve na empresa;
- Sentimento mal resolvido com o passado;
- Imaturidade para lidar com situações desafiadoras.

Também **não é adequado incluir informações falsas no currículo**, como ter alguma experiência ou concluído algum curso que, na verdade, não aconteceu. Paulo Sardinha, presidente da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH Brasil), afirma que recrutadores têm uma rede de informação grande e conseguem descobrir facilmente quando uma informação não se sustenta.

“Querer conquistar uma vaga para a qual não está preparado, se utilizando de subterfúgios, tem vida útil muito curta”, opina.