

Como se preparar para uma entrevista de emprego?

 valor.globo.com/carreira/artigo/como-se-preparar-para-uma-entrevista-de-emprego.ghtml

Estela Marques



Enquanto o currículo contém o resumo das experiências profissionais, a **entrevista de emprego** é a oportunidade que o candidato tem para mostrar ao recrutador os resultados que obteve e suas habilidades sociais (**soft skills**). Esse momento costuma ser marcado por nervosismo e expectativa, e a preparação é fundamental.

“Muitas vezes o candidato está nervoso, não se preparou para a entrevista e não vai ter exemplos para mostrar que ele tem determinada competência. Isso pode passar a mensagem de que a pessoa não está preparada, que ela não tem confiança em si mesmo”, observa a professora Vanessa Cepellos, que dá aulas de Gestão de Carreiras na Escola de Administração de Empresas da Fundação Getúlio Vargas, em São Paulo (FGV-EAESP).

Saber **como responder às perguntas dos entrevistadores** é fundamental para não deixar dúvidas de que você é o candidato ideal para a vaga pretendida. Isso inclui comunicação objetiva e respeitosa, postura profissional e interesse na oportunidade.

Especialistas ouvidas pelo **Valor** afirmam que a preparação é fundamental para ter sucesso em uma entrevista de emprego. Um passo a passo eficiente inclui autoconhecimento, pesquisa sobre a empresa e simulações da conversa com o recrutador.

1. Autoconhecimento

É importante que o candidato reconheça sua trajetória profissional, as experiências, aprendizados e habilidades que desenvolveu ao longo da sua vida. A professora Vanessa Cepellos lembra que as perguntas mais recorrentes em entrevistas dizem respeito, justamente, ao autoconhecimento: quais são seus pontos fortes, quais pontos precisa melhorar, o que viveu e foi marcante em sua vida etc. (*veja outros exemplos adiante*).

“Um exemplo: ‘Meu ponto forte é tal, porque tive tal experiência e tal e tal resultados’. Isso demanda autoconhecimento. Nem todo mundo consegue identificar um ponto forte e onde precisa melhorar”, destaca.

Luana de Souza Teixeira, psicóloga e mentora de carreiras, acrescenta que a clareza do candidato quanto ao próprio momento faz parte do autoconhecimento. Cuidar da saúde mental e praticar atividade física podem ajudar no processo de conhecer a si mesmo, suas habilidades e perspectivas.

“Entender o ‘eu’ — onde estou e para onde quero ir — é muito importante para a forma que vou responder no contexto que a oportunidade me traz. Não é só a empresa que escolhe, mas você deve entender se a empresa e os valores dela fazem sentido”, afirma.

2. Estudar a empresa

Para conhecer os valores da empresa e avaliar se faz sentido para o candidato, é preciso estudá-la. Alguns fatores ajudam o candidato a se comportar na entrevista, como:

- A cultura da empresa, se competitiva ou colaborativa;
- O momento da empresa;
- Quais produtos a empresa vende;
- O que aconteceu na empresa no último ano;
- Como é o mercado em que a empresa está inserida.

Com essas informações em mãos, o candidato pode alinhar suas experiências às necessidades da empresa.

“Se essa vaga exige que alguém seja comunicativo, preciso ter exemplos de situações em que minha comunicação gerou resultados positivos. Como posso contribuir para a empresa, para aquela posição? É articular isso da melhor forma possível”, acrescenta Vanessa.

3. Treinar a entrevista

Fazer simulações da entrevista é uma forma eficiente de complementar a preparação para o momento. A ideia é listar perguntas possíveis, específicas à área de atuação, e treinar as respostas que você pode vir a dar. A prática ajuda a deixar o candidato mais **confiante** para a hora decisiva.

Como responder as perguntas de uma entrevista de emprego?

As **perguntas de uma entrevista de emprego** variam conforme o tipo de empresa e de recrutador, área de atuação e nível de complexidade da vaga. No entanto, em geral algumas perguntas são "clichê" para o momento de conversa entre candidato e contratante.

Saber **quais são as perguntas dos recrutadores** é fundamental para se preparar para respondê-las. Veja um **passo a passo** para as **principais perguntas em uma entrevista de emprego**:

- **“Conte-me sobre você e sua trajetória”**: É importante contar sua trajetória de forma concisa e objetiva. Vanessa Cepellos, da FGV, sugere apresentação de forma breve e cronológica, da formação até a última posição que o candidato ocupou. Se o recrutador quiser saber mais sobre alguma experiência, ele irá perguntar.
- **“Qual foi o projeto que você mais se orgulhou de participar?”**: Esse é o momento de aprofundar um aspecto do que foi dito na pergunta anterior e também expressar os valores do candidato. O ideal é dizer qual foi o projeto e que a justificativa se relacione com algum aspecto da vaga. “O ideal é que você, de fato, diga algo que se orgulha porque envolvia tal e tal aspecto, e que também importe para a empresa. Seja genuíno no que está dizendo, porque isso vai demonstrar algumas coisas. Você está falando de si mesmo quando fala de um projeto que gostou de participar”, acrescenta Vanessa.
- **“Qual foi o principal desafio que você enfrentou na sua trajetória?”**: Se não tiver exemplo profissional, o candidato pode citar alguma experiência pessoal. O importante, para esta pergunta, é que a pessoa seja capaz de citar alguma lição ou habilidade desenvolvida devido ao momento desafiador. Se na hora da entrevista você não lembrar nada, pode falar uma situação hipotética. *Por exemplo: “Agora não me lembro de ter passado alguma situação desafiadora, mas se eu tivesse desafio ‘X’, eu agiria de tal maneira...”*

- **“Qual sua pretensão salarial?”**: Essa pergunta costuma deixar os candidatos desorientados, mas é importante saber responder de forma genuína e de acordo com sua realidade. A psicóloga Luana de Souza recomenda ponderar se a oportunidade é compatível com o salário que você pretende receber; se sua entrega irá corresponder ao valor; qual é sua experiência e jornada profissional; se o pacote de benefícios pode compor o valor salarial. “Hoje, as pessoas contam com benefícios. Se não recebo R\$ 10 mil, mas tenho plano de saúde pago pela empresa, academia, cursos, ticket alimentação... É legal pensar nesse combo de benefícios com o valor que você atualmente recebe, e fazer uma estimativa do que o mercado está oferecendo”, sugere.
- **“Como você acha que se destaca perante os outros candidatos?”**: Essa é a oportunidade que o candidato tem de mostrar seu diferencial. Para não ser arrogante ou presunçoso, Vanessa orienta a dar exemplos para cada qualidade. *Por exemplo: “Considerado que nos projetos da faculdade eu sempre fui eleito líder do grupo, considero que me diferencio pela capacidade de liderança”.*
- **“O que as pessoas criticam em você?”**: Normalmente, os recrutadores esperam que o candidato cite um ponto fraco. Em vez de dizer o clássico “perfeccionismo”, está tudo bem ser genuíno e citar algum feedback que tenha recebido. Nesses casos, os entrevistadores valorizam profissionais que falam o que não é tão bom em si e o que fazem a respeito disso. O objetivo é mostrar que você não estagnou naquele ponto negativo, mas busca evoluir. *Por exemplo: Meu último gestor sinalizou que eu conversava muito durante o trabalho, e desde então eu tento me policiar em relação a isso.*
- **“Por que você deixou seu último emprego?”**: A mentora de carreiras Luana de Souza sugere que o profissional responda sobre a necessidade de buscar novos desafios fora da empresa. Se o candidato tiver sido demitido, ele não precisa ter vergonha. “Em algum momento da vida, alguém já foi demitido ou será demitido. A forma como você coloca a demissão é que vai fazer diferença”, afirma. *Por exemplo: “A empresa passou por mudanças e precisou fazer desligamentos. Dentro do que a empresa esperava para o novo cenário, a atividade que eu desempenhava já não fazia sentido”.*
- **“Como você pode contribuir para nossa empresa?”**: O candidato pode usar o descritivo da vaga para responder a essa pergunta. A ideia é fazer um link entre o que a empresa está buscando e como suas experiências anteriores se encaixam nessa demanda.