



12

TEXTO BASE

SOFT SKILLS



Texto base

12

Entrevista Digital

Elisa Gutierrez Sola e Renata C. Nieto

Resumo

Todo entrevistador deseja saber partes da nossa história pessoal e profissional. Ninguém saberá contar melhor nossa história do que nós mesmos. Pensar em quem somos, organizar os acontecimentos de nossa vida de modo cronológico e treinar a melhor maneira de contá-la o deixará mais calmo e confiante para demonstrar sua melhor versão em uma entrevista de emprego.

1.1. Entendendo o processo de uma entrevista digital

O recrutamento online é uma nova forma de fazer o processo seletivo utilizando a internet. Para tanto, as empresas anunciam vagas em sites especializados e em grupos no Facebook, LinkedIn e WhatsApp. Esse sistema proporciona inúmeros benefícios em relação à forma presencial.

Antes, todo o processo de agendamento de entrevista, testes e feedbacks dos resultados era oneroso e exigia muito tempo. Também dependia de ligações telefônicas e transporte para locomoção. Com o recrutamento online, o candidato se beneficia com um grande aumento na acessibilidade e agilidade em todo o processo.

Esse formato otimiza o processo de contratação, gera menos custo e tem um alcance bem maior, permitindo que as organizações publiquem suas vagas e sejam encontradas. Os candidatos podem acessar essas oportunidades de trabalho e se cadastrar em sites que exigem assinatura, em páginas gratuitas ou nas redes sociais.

Se você está achando tudo isso muito diferente e não sabe como se dar bem em uma entrevista ou dinâmica de grupo online, não se preocupe! Temos algumas dicas que, se colocadas em prática, contribuirão para que você passe uma imagem positiva para os recrutadores.

É preciso que você seja você mesmo durante o processo, evitando interpretar um personagem que você acredite ter o perfil do funcionário ideal. Você precisa demonstrar

as suas habilidades, pontos fortes e capacidades profissionais, mas tudo isso de forma natural, sem que pareça algo “forçado”. Lembre-se de que, quando interpretamos um personagem, podemos cometer deslizos e sair da atuação. O recrutador perceberá isso e a sua reputação será posta em xeque, fazendo com que você possa ser até mesmo desconsiderado nas próximas etapas do processo seletivo. Por esse motivo, seja sempre você, aja com naturalidade e evite atitudes que não seriam características da sua personalidade.

Nesse sentido, recomenda-se que você mantenha uma boa postura, vista-se bem e use maquiagem discreta. Também dê atenção especial ao local onde você fará a entrevista. Ligar a câmera em um quarto bagunçado e com a cama desarrumada, por exemplo, poderá dar a entender que você não é organizado.

É preciso demonstrar empatia e companheirismo em relação aos demais candidatos que estão participando do processo seletivo. Lembre-se de que um dos pontos avaliados pelos recrutadores é, justamente, o trabalho em equipe.

A ideia do processo é ver quem se destaca por ter mais *fit* cultural com a empresa e as qualificações necessárias para o trabalho. O objetivo não é, portanto, demonstrar saber mais que o outro ou rebaixar colegas para se sobressair. Pelo contrário, esse tipo de atitude pode contar pontos negativos para você.

Um ponto importante para fazer uma entrevista ou dinâmica de grupo online é escolher bem o local onde ela será realizada. Lembre-se de que você precisará utilizar a câmera e, também, ter tranquilidade para participar das tarefas.

Por isso, escolha um local que seja silencioso e em que você possa ficar sozinho. Se for fazer a entrevista no seu quarto ou em uma sala da sua casa, avise os seus familiares ou outras pessoas que moram com você sobre o procedimento.

Aqui vão algumas dicas para sua entrevista virtual:

1.1.1. Ensaie a entrevista

Apesar de não saber exatamente como vai acontecer a entrevista, é bom lembrar que todas elas têm um objetivo comum: conhecer melhor o candidato. Por isso, não existe motivo para nervosismo, basta se preparar. Ensaie suas falas e respostas com o espelho, amigos ou familiares. Outra opção é gravar a si mesmo enquanto fala para escutar e analisar depois os pontos que precisam ser melhorados.

Treinar esse momento é importante para relembrar os seus pontos fortes, refletir sobre os motivos que levaram você a procurar o emprego e se escutar falando sobre tudo isso. É uma oportunidade de conhecer mais os próprios argumentos e melhorá-los, se for preciso. Assim, você evita ser surpreendido com perguntas sobre as quais você não está acostumado a falar ou nem pensou muito a respeito.

1.1.2. Considere possíveis perguntas e respostas

Toda entrevista envolve pelo menos uma pergunta inusitada. Nesse caso, é válido fazer uma pesquisa rápida e se preparar para o que está por vir, ou seja, as perguntas que podem ser feitas. Além disso, é importante encontrar respostas que possam tirar você de uma situação duvidosa, como “essa é uma boa pergunta, deixe-me pensar e voltaremos a ela em breve”.

Dentro desse aspecto, é importante manter em mente que você possivelmente passará por uma entrevista por competência. Uma entrevista por competência, usualmente, se utiliza de perguntas que esperam um padrão de resposta específico: qual foi a situação? Que atitude tomou em relação a isso? Quais foram as consequências da sua atitude? O que aprendeu com isso?

Treinar-se para responder às perguntas do recrutador nesta ordem conseguirá mostrar exatamente como você lida com situações adversas independente se suas atitudes te beneficiaram naquele momento ou não. O importante não é mostrar que nunca erra, mas o que você se permite aprender com seus erros.

Alguns exemplos de perguntas de entrevista por competência são:

Cite uma negociação em que você não obteve sucesso. Explique o que aconteceu.

Qual a pessoa que você mais admira?

Quais são os seus pontos de melhoria?

Independente se você já possui experiência profissional ou não, todas as perguntas são possíveis de serem respondidas dentro de seu contexto atual. Utilize a criatividade.

Outro aspecto relevante é que, geralmente, o recrutador dá a oportunidade de o candidato fazer perguntas do seu interesse. É preciso pensar sobre isso também. Questionar algumas coisas pode demonstrar o seu entusiasmo por entender mais sobre a empresa. No entanto, é recomendado tomar cuidado para não ser indiscreto.

1.1.3. Controle o nervosismo

Utilize as técnicas meditativas de *mindfulness*, tenha em mente que você se preparou para esse momento e que você estará plenamente presente para demonstrar o melhor de si. Ninguém melhor do que você para contar sua história e demonstrar o quanto a sua cultura se encaixa com a cultura da empresa.

1.1.4. Porte-se bem diante da câmera

A maioria das pessoas não está acostumada a ficar diante de uma câmera. Embora uma boa postura e passar uma boa impressão sejam aspectos muito relevantes

em uma entrevista presencial também, na entrevista online é preciso atentar para outros fatores, como:

- Posicionamento da câmera;
- Enquadramento do seu rosto;
- Qualidade de imagem;
- Qualidade de som;
- Nível de ruído externo (como sons da rua).

1.1.5. Seja honesto e não disfarce características

Em hipótese alguma é benéfico mentir em uma entrevista de emprego. Você pode ser surpreendido por testes surpresa ou perguntas muito profundas sobre o assunto que você não domina e isso não será bom para sua imagem. Caso o entrevistador pergunte algo que você não tenha domínio, responda a verdade: “Não tenho domínio sobre esse assunto, mas posso me dedicar a aprender”.

1.1.6. Exercite a autoconfiança

A timidez em entrevista de emprego está diretamente relacionada com a falta de confiança. Como você pode ver até aqui, existem formas de aumentar a autoconfiança, principalmente por meio da preparação. Treinar e ensaiar a entrevista é um método de autoanálise eficiente, que pode fazer você melhorar o suficiente para confiar em si mesmo.

1.1.7. Treine a calma e organize seus pensamentos

Em alguns casos, é absolutamente normal que pessoas mais introvertidas tenham certa dificuldade para expor os seus pensamentos e elaborar reações. Ponderar as expressões e as respostas é uma característica bastante habitual em pessoas com esse perfil. Isso é algo positivo, desde que você não se estenda demais para gerar um retorno.

Tenha cuidado ao elaborar sua fala e organizar os pensamentos. É importante encontrar uma forma de expressar informações em uma ordem cronológica que faça sentido para quem não as conhece. Para isso, vale formular as respostas como se estivesse contando uma história que precisa ter início, meio e fim.

Mesmo se tratando de uma entrevista online, é importante manter o contato visual com o recrutador, apesar de ser através da câmera. Além disso, é essencial se desligar de tudo o que possa trazer distrações — para isso, vale pendurar um aviso de “não perturbe” na porta, desligar o celular e desativar as notificações do computador.

Agora que você aprendeu um pouco mais sobre a Entrevista Virtual ou Online, vamos praticar...

Referências

COELHO, Ana Carolina. A IMPORTÂNCIA DO LINKEDIN PARA OS HEADHUNTERS E RECRUTADORES NO PROCESSO DE E-RECRUTAMENTO. 2016. 164 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Recursos Humanos, Escola de Ciências Sociais, Universidade de Évora, Évora, 2016.

CONNEKT, "7 DICAS PARA LIDAR COM A TIMIDEZ EM UMA ENTREVISTA DE EMPREGO ONLINE", 2019. <<https://blog.connekt.com.br/7-dicas-para-lidar-com-a-timidez-em-uma-entrevista-de-emprego-online/>> Acesso em: 15/07/2020.