

# Guia de Etiqueta para Entrevista de Emprego

Este guia prático foi criado para ajudar você a se preparar e a se sentir mais confiante em qualquer entrevista de emprego. Abordaremos como se apresentar e como se comunicar de forma eficaz.

## 1. A Imagem Profissional

Sua aparência é a primeira impressão. O objetivo é transmitir profissionalismo, cuidado e atenção aos detalhes. A regra principal é: vista-se de forma apropriada para a cultura da empresa.

### Vestuário

- **Para ambientes formais (escritórios, finanças):** Opte por roupas mais clássicas, como calça social, camisa ou blusa de corte reto. Cores neutras como azul-marinho, cinza, preto e branco são sempre uma boa escolha.
- **Para ambientes casuais ou criativos (startups, agências):** Você pode ser mais flexível, mas evite roupas muito informais. Calças jeans sem lavagem e uma camisa polo ou blusa arrumada são ótimas opções.
- **Em geral:** Suas roupas devem estar limpas, passadas e em bom estado de conservação. Evite estampas muito chamativas.

### Maquiagem, Cabelo e Acessórios

- **Maquiagem (para mulheres):** A maquiagem deve ser leve e discreta. O ideal é usar tons neutros que realcem sua beleza natural, sem chamar muita atenção.
- **Cabelo (para homens e mulheres):** O cabelo deve estar limpo e arrumado. Para os homens, um corte de cabelo recente e uma barba bem-feita (se tiver) demonstram cuidado. Para as mulheres, um penteado que mantenha o cabelo no lugar e fora do rosto é o mais recomendado.
- **Acessórios:** Use acessórios simples. Evite brincos ou colares muito grandes, e certifique-se de que seu calçado esteja limpo e bem conservado.

## 2. A Linguagem e a Postura

Sua comunicação, tanto verbal quanto não-verbal, é crucial.

### Linguagem Verbal (Como Falar)

- **Seja Claro e Objetivo:** Responda às perguntas de forma direta, sem rodeios. Estruture suas respostas para que tenham começo, meio e fim.
- **Use Linguagem Profissional:** Evite gírias, jargões excessivos e informalidades. Adapte seu tom ao do entrevistador, mas mantenha-o respeitoso.

- **Demonstre Confiança:** Fale com um volume de voz adequado e uma entonação positiva. Isso mostra que você acredita em si mesmo.

### **Linguagem Não-Verbal (Como se Portar)**

- **Postura:** Sente-se ereto e com os ombros para trás. Uma boa postura reflete confiança.
- **Contato Visual:** Mantenha contato visual com o entrevistador. Isso demonstra interesse, honestidade e atenção.
- **Gesticulação:** Use as mãos de forma moderada para se expressar, mas evite movimentos muito bruscos ou nervosos. Mantenha os braços relaxados ao lado do corpo.
- **Sorriso:** Um sorriso genuíno ao cumprimentar e durante a conversa pode ajudar a criar um ambiente mais leve e amigável.

### **3. Dicas Extras para o Grande Dia**

- **Pesquise a Empresa:** Mostre que você se importa em saber sobre a história, a missão e os valores da empresa.
- **Seja Pontual:** Chegue com 10 ou 15 minutos de antecedência. Isso mostra responsabilidade e respeito pelo tempo do entrevistador.
- **Prepare Perguntas:** Ter perguntas inteligentes sobre a vaga ou a empresa demonstra seu interesse genuíno.